



ANALISIS HUBUNGAN MEDIA SOSIAL TIPE KEPERIBADIAN DAN TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI MTS NEGERI 11 JEMBER

Sahrul Gunawan¹, Maulida N Oktaviana², Alwin Widhiyanto³

Universitas Hafshawaty Zainul Hasan^{1,3}

STIKES Rustida Banyuwangi²

Email Korespondensi : s.gunawan2106@gmail.com

ABSTRAK

Remaja sedang mengalami masa transisi penting. Di era digital, penggunaan media sosial seperti Instagram, TikTok, dan YouTube meningkat dan berpotensi memengaruhi kesehatan mental. Tipe kepribadian dan pendidikan orang tua juga berperan, di mana remaja introvert dan dari keluarga berpendidikan rendah lebih rentan mengalami gangguan psikologis. Penelitian ini menganalisis hubungan ketiga faktor tersebut Dengan kesehatan mental remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan *kuantitatif* dengan desain *deskriptif korelasional* dan *cross-sectional*. Sampel sebanyak 97 responden dipilih secara purposive. Instrumen berupa kuesioner, dengan analisis data mencakup uji univariat (distribusi frekuensi), bivariat (uji Chi-Square), dan multivariat (regresi logistik ordinal). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja menggunakan media sosial tingkat sedang (55,7%), berkepribadian ekstrovert (53,6%), dan memiliki orang tua dengan pendidikan terakhir SD (45,4%), sedangkan kesehatan mental terbanyak berada pada kategori rendah dan tinggi (34%). Uji Chi-Square menunjukkan media sosial ($p = 0,000$), tipe kepribadian ($p = 0,000$), dan pendidikan orang tua ($p = 0,001$) berhubungan signifikan dengan kesehatan mental, namun uji regresi logistik ordinal memperlihatkan hanya media sosial ($p = 0,000$) dan tipe kepribadian ($p = 0,037$) yang berhubungan signifikan, sementara pendidikan orang tua ($p = 0,481$) tidak berhubungan. Media sosial menjadi faktor dominan yang memengaruhi kesehatan mental remaja, diikuti oleh tipe kepribadian. Temuan ini menekankan pentingnya pengawasan penggunaan media sosial dan pemahaman karakter remaja dalam menjaga kesehatan mental.

Kata Kunci: Media Sosial, Tipe Kepribadian, Tingkat Pendidikan Orang Tua, Kesehatan Mental Remaja

ABSTRACT

Adolescents are in a crucial transitional period marked by physical, emotional, and social changes. In the digital era, increased use of platforms like Instagram, TikTok, and YouTube may negatively impact mental health. Personality type and parental education also play roles; introverted adolescents and those with less-educated parents may be more prone to psychological issues. This study aims to examine the correlation between social media use,

personality type, parental education, and adolescent mental health. This research used a quantitative approach with a descriptive correlational and cross-sectional design. A total of 97 students from MTs Negeri 11 Jember were selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using univariate (frequency distribution), bivariate (Chi-Square), and multivariate (ordinal logistic regression) analyses. The study showed that most adolescents used social media at a moderate level (55.7%), were extroverted (53.6%), and had parents with elementary education (45.4%), while mental health was mostly in the low and high categories (34%). Chi-Square analysis indicated significant associations for social media ($p = 0.000$), personality type ($p = 0.000$), and parental education ($p = 0.001$). However, ordinal logistic regression revealed that only social media ($p = 0.000$) and personality type ($p = 0.037$) had significant effects, whereas parental education ($p = 0.481$) did not. Social media is the most dominant factor. These results highlight the need to monitor social media use and consider personality traits to support adolescent mental health.

Keywords: *Social Media, Personality Type, Parental Education Level, Adolescent Mental Health*

PENDAHULUAN

Masa remaja terjadi sebagai transisi dari kanak-kanak ke dewasa, di mana berbagai perubahan fisik, mental, sosial, dan emosional muncul. Pada tahap ini, remaja mengalami perkembangan psikososial yang mencerminkan pencarian jati diri. Konflik-konflik, baik internal maupun eksternal, menjadi bagian dari proses pembentukan identitas mereka (Haniyah et al., 2022). Pemanfaatan teknologi media sosial di kalangan remaja menjadi aspek krusial yang memerlukan perhatian lebih, terutama di era digital saat ini (Septiana, 2021). Remaja cenderung sering mengakses berbagai platform media sosial, seperti Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, YouTube, dan TikTok. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan dampak negatif Dengan kesehatan mental mereka (Manik et al., 2024). Tipe kepribadian juga merupakan salah satu factor yang menghubungkan Kesehatan metal remaja karena Remaja introvert yang lebih tertutup cenderung rentan mengalami kecemasan atau depresi jika kurang dukungan sosial. Sebaliknya, remaja ekstrovert yang aktif bergaul biasanya lebih mampu mengelola tekanan emosional. Memahami tipe kepribadian dapat membantu menjaga kesehatan mental remaja (Fadili & Mamnu'ah, 2021). Orang tua yang pendidikannya rendah biasanya punya penghasilan terbatas dan kurang tahu cara mengasuh anak dengan baik. Akibatnya, anak bisa merasa kurang diperhatikan dan lebih mudah mengalami stres atau masalah mental (Anggraeni et al., 2020).

Secara global menurut (WHO, 2024), satu dari tujuh remaja berusia 10-19 tahun mengalami gangguan mental, yang mencakup 15% dari beban penyakit global pada kelompok usia ini. Depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku merupakan beberapa penyebab utama penyakit dan disabilitas di kalangan remaja. Survei tentang kesehatan mental remaja di Indonesia pada tahun 2022 menunjukkan bahwa 5,5% remaja usia 10-17 tahun mengalami gangguan mental. Di antaranya, 1% mengalami depresi, 3,7% mengalami kecemasan, 0,9% mengalami gangguan stres pascatrauma (PTSD), dan 0,5% mengalami gangguan perhatian dan hiperaktivitas (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Jawa Timur pada tahun 2018, prevalensi gangguan mental emosional (GME) pada penduduk usia ≥ 15 tahun di provinsi tersebut tercatat sebesar 6,8%. Pengukuran ini dilakukan menggunakan instrumen Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) dengan batas skor ≥ 6 . Kota Jember, prevalensi gangguan mental emosional (GME) pada tahun 2018 tercatat sekitar 8% (Riskesdas, 2018).

Menurut analisis terbaru dari tim Kepios, pada April 2025 jumlah pengguna media sosial di dunia mencapai sekitar 5,31 miliar orang, atau sekitar 64,7% dari populasi global. Selama satu tahun terakhir, pengguna media sosial meningkat sebanyak 241 juta, mencerminkan pertumbuhan tahunan sebesar 4,7% atau sekitar 7,6 pengguna baru setiap detik. Selain itu, data juga menunjukkan bahwa 94,2% pengguna internet global aktif menggunakan media sosial setiap bulannya (We Are Social & Meltwater, 2025). Pada Januari 2025, data terbaru menunjukkan bahwa terdapat 212 juta pengguna internet di Indonesia, yang berarti tingkat penetrasi internet di Indonesia mencapai 74,6 persen dari total penduduk. Analisis Kepios juga mencatat adanya peningkatan jumlah pengguna internet sebesar 17 juta (+8,7 persen) antara Januari 2024 dan Januari 2025. Secara relatif, tingkat adopsi internet Indonesia meningkat sebesar 7,9 persen (+543 basis poin) dalam periode yang sama. Meskipun demikian, masih ada 72,2 juta orang di Indonesia yang tidak menggunakan internet pada awal tahun 2025, yang menunjukkan bahwa sekitar 25,4 persen penduduk Indonesia masih "offline" (Meltwater & We Are Social &, 2025). Berdasarkan data Susenas Maret 2022, persentase penduduk berumur 5 tahun ke atas di Provinsi Jawa Timur yang mengakses internet dan menggunakannya untuk media sosial mencapai 90,19 persen, untuk pembelian barang/jasa sebesar 18,92 persen, dan untuk penjualan barang/jasa sebesar 6,49 persen. Sementara itu, di Kabupaten Jember, sebesar 86,53 persen penduduk menggunakan internet untuk media sosial, 15,17 persen untuk pembelian barang/jasa, dan 6,58 persen untuk penjualan barang/jasa. Data ini menunjukkan bahwa selain sebagai sarana berjejaring sosial, internet juga dimanfaatkan oleh masyarakat Jawa Timur, termasuk Jember, untuk aktivitas ekonomi digital seperti jual beli barang dan jasa secara daring (BPS Provinsi Jawa Timur, 2022).

Masa remaja merupakan tahap yang sangat penting untuk memelihara kesehatan mental, karena lebih dari setengah gangguan mental bermula pada periode ini dan dapat berlanjut hingga masa dewasa (Suswati et al., 2023). Beberapa faktor yang menghubungkan Kesehatan mental remaja seperti, Penggunaan media sosial berkaitan dengan kesehatan mental remaja, terutama pada perempuan yang lebih rentan mengalami depresi. Semakin lama durasinya, semakin tinggi risikonya, termasuk karena faktor seperti pelecehan, kurang tidur, dan rendahnya harga diri (Manik et al., 2024). Tipe kepribadian berhubungan besar Dengan kesehatan mental remaja karena menentukan bagaimana mereka merespons tekanan, bersosialisasi, dan mengelola emosi. Remaja dengan kepribadian introvert cenderung lebih tertutup dan suka menyendiri, sehingga jika tidak memiliki dukungan sosial yang cukup, mereka bisa lebih rentan mengalami stres atau depresi. Sementara itu, remaja ekstrovert yang aktif berinteraksi biasanya lebih mudah mengekspresikan diri dan mengelola tekanan, karena mereka memiliki jaringan sosial yang lebih kuat (Fadili & Mamnu'ah, 2021). Selain itu, tingkat pendidikan orang tua juga memengaruhi kesehatan mental remaja. Orang tua dengan pendidikan rendah umumnya memiliki keterbatasan dalam hal ekonomi dan pengetahuan tentang pola asuh yang tepat. Hal ini bisa membuat anak merasa kurang dipahami dan kurang mendapat dukungan emosional, sehingga lebih mudah mengalami masalah mental seperti kecemasan atau kurang percaya diri. Sebaliknya, orang tua yang berpendidikan tinggi cenderung lebih sadar pentingnya komunikasi dan perhatian Dengan kebutuhan emosional anak (Anggraeni et al., 2020)..

Mengatasi masalah kesehatan mental remaja yang dihubungkan oleh penggunaan media sosial, tipe kepribadian, dan tingkat pendidikan orang tua, diperlukan berbagai upaya terpadu. Pertama, edukasi kesehatan mental perlu diberikan secara intensif di sekolah melalui program bimbingan dan konseling agar remaja dapat mengenali dan mengelola emosi serta memahami perbedaan tipe kepribadian. Selain itu, literasi digital harus ditingkatkan agar remaja mampu menggunakan media sosial secara bijak dan terhindar dari dampak negatif seperti kecanduan atau tekanan sosial. Peran orang tua juga sangat penting, sehingga pelatihan pola asuh dan

komunikasi efektif perlu diberikan terutama kepada orang tua dengan pendidikan rendah agar mereka dapat memberikan dukungan emosional yang tepat kepada anak. Selain itu, akses Dengan layanan psikologis dan konseling harus diperluas dan dibuat lebih terjangkau untuk membantu remaja yang mengalami masalah mental. Terakhir, lingkungan sosial yang suportif seperti guru, teman sebaya, dan masyarakat perlu diperkuat agar dapat menjadi faktor pelindung yang membantu remaja menghadapi stres dan tekanan kehidupan sehari-hari. Dengan pendekatan yang menyeluruh ini, diharapkan kesehatan mental remaja dapat lebih terjaga dan berkembang dengan baik.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh siswa atau siswi MTS Negeri 11 Jember sebanyak 158 responden, penentuan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 97 responden. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 01 sampai 30 Juni 2025 di MTS Negeri 11 Jember. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar kuesioner yang diberikan kepada responden. Data yang diperoleh kemudian diproses *editing, coding, scoring* dan *tabulating*, kemudian dianalisis menggunakan uji *chi square* dan *regresi logistik*.

HASIL PENELITIAN

Data Umum Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Media Sosial, Tipe Kepribadian, Pendidikan Orang Tua, Dan Kesehatan Mental.

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
13 Tahun	33	33
14 Tahun	36	37
15 Tahun	28	28
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	44	45
Perempuan	53	55
Media Sosial		
Rendah	22	22,7
Sedang	54	55,7
Tinggi	21	21,6
Tipe Kepribadian		
Introvet	52	53,6
Extrovet	45	46,4
Pendidikan Orang Tua		
Tidak Sekolah	22	22,7
SD	44	45,4
SMP	10	10,3
SMA	16	16,5
PT	5	5,2

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki usia 14 tahun sebanyak 36 responden (37%), jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 53 responden (55%), media sosial mayoritas sedang sebanyak 54 responden (55,7%), tipe kepribadian

mayoritas introvert sebanyak 52 responden (53,6%), dan tingkat pendidikan orang tua mayoritas SD sebanyak 44 responden (45,4%).

Data Khusus Hasil Penelitian

Tabulasi Silang Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja

Tabel 2. Tabulasi Silang Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja MTS Negeri 11 Jember

Kategori Media Sosial	Kesehatan Mental			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Rendah	4	3	15	22
Sedang	9	28	17	54
Tinggi	20	0	1	21
Total	33	31	33	97

Menurut tabel 2 menunjukkan, jumlah responden paling banyak menggunakan media sosial sedang dengan kesehatan mental Rendah 9 Responden (9,3%), yang memiliki kesehatan mental sedang 28 responden (28,9%), yang memiliki kesehatan mental Tinggi 17 responden (17,5%).

Tabulasi Silang Tipe Kepribadian Dengan Kesehatan Mental Remaja

Tabel 3. Tabulasi Silang Tipe Kepribadian Dengan Kesehatan Mental Remaja MTS Negeri 11 Jember

Kategori Tipe Kepribadian	Kesehatan Mental			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Introvert	17	26	9	52
Extrovert	16	5	24	45
Total	33	31	33	97

Menurut tabel 3 menunjukkan, jumlah responden memiliki tipe kepribadian paling banyak introvert dengan kesehatan mental Rendah 17 Responden (32,7%), yang memiliki kesehatan mental sedang 26 responden (50,0%), yang memiliki kesehatan mental Tinggi 9 responden 17,3%).

Tabulasi Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja

Tabel 4. Tabulasi Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja MTS Negeri 11 Jember

Tingkat Pendidikan Orang Tua	Kesehatan Mental			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Tidak sekolah	12	3	7	22
SD	13	21	10	44
SMP	2	1	7	10
SMA	2	5	9	16
S1	4	1	0	5
Total	33	31	33	97

Menurut tabel 4 menunjukkan, jumlah responden paling banyak memiliki tingkat pendidikan orang tua SD dengan kesehatan mental Rendah 13 Responden (13,4%), yang

memiliki kesehatan mental sedang 21 responden (20,6%), yang memiliki kesehatan mental Tinggi 9 responden (9,3%).

Analisis Uji Chi Square Hubungan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental

Tabel 5. Analisa Uji Chi Square Hubungan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental

	Chi-square Tests		
	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson <i>Chi-square</i>	58.177 α	4	.000
Likelihood Ratio	59.597	4	.000
Linear-by-Linear Association	30.451	1	.000
N of Valid Cases	97		

Menurut tabel 5 diatas menunjukkan hasil Uji *Chi Square* didapatkan *p-value* 0.000 lebih kecil dari α . berarti terdapat hubungan media sosial Dengan kesehatan mental remaja MTS Negeri 11 Jember.

Analisis Uji Chi Square Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Kesehatan Mental

Tabel 6. Analisa Uji Chi Square Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Kesehatan Mental

	Chi-square Tests		
	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson <i>Chi-square</i>	20.677 α	2	.000
Likelihood Ratio	22.183	2	.000
Linear-by-Linear Association	3.859	1	.049
N of Valid Cases	97		

Menurut tabel 6 diatas menunjukkan hasil Uji *Chi Square* didapatkan *p-value* 0.000 lebih kecil dari α . berarti terdapat hubungan tipe kepribadian Dengan kesehatan mental remaja MTS Negeri 11 Jember.

Analisis Uji Chi Square Hubungan Tingkat pendidikan Orang Tua Dengan Kesehatan Mental

Tabel 7. Analisa Uji Chi Square Hubungan Tingkat pendidikan orang tua Dengan Kesehatan Mental

	Chi-square Tests		
	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson <i>Chi-square</i>	25.827 α	8	.001
Likelihood Ratio	26.769	8	.001
Linear-by-Linear Association	1.632	1	.201
N of Valid Cases	97		

Menurut tabel 7 diatas menunjukkan hasil Uji *Chi Square* didapatkan *p-value* 0.001 lebih kecil dari α . berarti terdapat hubungan tingkat pendidikan Dengan kesehatan mental remaja MTS Negeri 11 Jember

Analisis Regresi Logistik Ordinal Hubungan Media Sosial, Tipe Kepribadian Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kesehatan Mental

Tabel 8. Analisis Regresi Logistik Ordinal Hubungan Media Sosial, Tipe Kepribadian Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kesehatan Mental

		Std.		Wald	df	Sig.	95% Confidence Interval	
		Estimate	Error				Lower Bound	Upper Bound
Threshold	[kesehatan_mental = 1,00]	-6.626	1.245	28.328	1	.000	-9.066	-4.186
	[kesehatan_mental = 2,00]	-4.730	1.151	16.876	1	.000	-6.986	-2.473
Location	media_sosial	-2.394	.428	31.332	1	.000	-3.232	-1.556
	pendidikan_orstu	.138	.196	.496	1	.481	-.523	.246
	[tipe_kepribadian=1, 00]	.937	.448	4.368	1	.037	-1.816	.058
	[tipe_kepribadian=2, 00]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Berdasarkan hasil uji regresi logistik ordinal, diketahui bahwa dari tiga variabel yang dianalisis, yaitu media sosial, tingkat pendidikan orang tua, dan tipe kepribadian, terdapat dua variabel yang menunjukkan hubungan signifikan Dengan kesehatan mental remaja, yaitu media sosial ($p = 0,000$) dan tipe kepribadian ($p = 0,037$). Sementara itu, variabel tingkat pendidikan orang tua menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,481$, yang berarti tidak memiliki hubungan yang signifikan Dengan kesehatan mental remaja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial merupakan faktor dominan yang memengaruhi kesehatan mental remaja di MTs Negeri 11 Jember, disusul oleh tipe kepribadian, sementara pendidikan orang tua tidak memberikan hubungan yang berarti.

PEMBAHASAN

Pengguna Media Sosial Pada Remaja

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil pengguna media sosial pada remaja MTS Negeri 11 Jember paling banyak menggunakan media sosial secara sedang yaitu 54 responden (55,7%) sedangkan rendah 22 responden (22,7%) dan tinggi 21 responden (21,6%).

Media sosial merupakan salah satu platform jejaring sosial yang memungkinkan individu untuk berkomunikasi dan berinteraksi satu sama lain sesuai dengan berbagai kebutuhan dan kepentingan masing-masing (Laugu, 2020). Masa remaja merupakan tahap transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai tugas perkembangan, salah satunya adalah mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan bersosialisasi dengan teman sebaya, yang kemudian mendorong meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja (Prajanti et al., 2022). Salah satu permasalahan yang muncul dari penggunaan media sosial adalah kaburnya batas antara ruang privat dan ruang publik para penggunanya. Kondisi ini memicu terjadinya pergeseran budaya, di mana individu cenderung tidak lagi ragu membagikan aktivitas pribadi mereka kepada teman maupun kolega melalui akun media sosial sebagai bentuk pembentukan identitas diri. Namun di sisi lain, media sosial juga memberikan berbagai manfaat seperti memperluas konektivitas sosial, meningkatkan keterlibatan sosial, menyediakan akses informasi terbaru, serta menjadi sumber hiburan (Ummah, 2019).

Menurut asumsi peneliti, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan dampak negatif Dengan kesehatan mental remaja. Remaja yang terlalu sering menggunakan media sosial berisiko mengalami stres, kecemasan, hingga depresi akibat paparan konten yang tidak sesuai, perbandingan sosial, serta tekanan untuk tampil sempurna di dunia maya. Sebaliknya, penggunaan media sosial yang seimbang dan bijak dapat mendukung interaksi sosial, memperoleh informasi positif, serta meningkatkan rasa percaya diri. dalam kategori tinggi. Sebagian besar remaja Mts Negeri 11 Jember telah menggunakan media sosial dalam batas wajar. Penggunaan media sosial dalam tingkat sedang dapat memberikan manfaat jika digunakan untuk hal-hal yang produktif, seperti pembelajaran daring, komunikasi positif, dan pengembangan diri. Namun demikian, remaja tetap perlu mendapatkan edukasi mengenai dampak negatif dari penggunaan media sosial secara berlebihan, serta pentingnya menjaga kesehatan mental dengan mengatur waktu layar, memperkuat hubungan sosial nyata, dan menumbuhkan kepercayaan diri di luar dunia maya.

Tipe Kepribadian Pada Remaja

Menurut hasil penelitian menunjukkan hasil tipe kepribadian pada remaja MTS Negeri 11 Jember paling banyak extrovert yaitu 52 responden (53,6%) sedangkan introvert 45 responden (46,4%).

Kepribadian dapat didefinisikan sebagai cerminan menyeluruh dari aspek-aspek kemanusiaan seseorang, baik yang tampak secara fisik maupun batiniah, serta mencakup interaksi individu dalam kehidupan sosialnya (Beno et al., 2022b). Kepribadian manusia dibagi menjadi dua tipe utama, yaitu ekstrovert dan introvert. Tipe ekstrovert adalah individu yang cenderung berorientasi keluar, aktif dalam interaksi sosial, dan mudah beradaptasi karena dihubungkan oleh faktor-faktor eksternal atau lingkungan. Sebaliknya, tipe introvert lebih berfokus pada dunia internalnya, cenderung tertutup, menyukai suasana tenang, dan lebih sering menikmati waktu sendiri. Kepribadian ini dihubungkan oleh faktor internal sehingga adaptasinya Dengan lingkungan cenderung lebih rendah (Pagita, 2023). Kepribadian dihubungkan oleh faktor genetik, lingkungan, pembelajaran, pola asuh orang tua, perkembangan, dan kesadaran diri. Genetik memberi kecenderungan dasar, namun lingkungan dan pola asuh membentuknya. Kepribadian juga berkembang seiring waktu dan dapat diarahkan melalui kesadaran individu (Beno et al., 2022a).

Menurut asumsi peneliti, tipe kepribadian remaja dapat memengaruhi cara mereka menghadapi tekanan hidup serta dalam berinteraksi sosial, termasuk bagaimana mereka merespons situasi yang berdampak pada kesehatan mental. Remaja dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung lebih terbuka, aktif bersosialisasi, dan mudah mengekspresikan perasaan. Hal ini dapat menjadi faktor pelindung Dengan gangguan kesehatan mental karena adanya dukungan sosial yang lebih kuat. Sebaliknya, remaja dengan tipe kepribadian introvert cenderung pendiam, lebih menyukai aktivitas sendiri, dan kurang terbuka dalam mengekspresikan masalah yang dihadapi, sehingga berisiko lebih tinggi mengalami stres atau gangguan emosional jika tidak memiliki strategi koping yang baik. Sebagian besar remaja MTS Negeri 11 Jember tersebut memiliki kecenderungan untuk berinteraksi aktif dengan lingkungan sosialnya. Tipe ekstrovert dapat menjadi potensi positif apabila diarahkan pada kegiatan yang produktif, namun tetap perlu pendampingan agar tidak terlalu bergantung pada validasi sosial dari luar, seperti dari media sosial. Sementara itu, remaja dengan tipe introvert juga memiliki kelebihan dalam hal refleksi diri dan ketenangan dalam mengambil keputusan, namun perlu perhatian khusus dalam hal dukungan emosional dan penguatan mental agar tidak merasa terisolasi atau mengalami tekanan psikologis.

Tingkat Pendidikan Orang Tua

Menurut hasil penelitian menunjukkan hasil Tingkat pendidikan orang tua pada remaja MTS Negeri 11 Jember paling banyak SD yaitu 44 responden (45,4%), sedangkan tidak

sekolah 22 responden (22,7%), SMP 10 responden (10,3%), SMA 16 Responden (16,5%), S1 5 Responden (5,2%).

Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk membentuk peserta didik agar dapat menyesuaikan diri secara optimal dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan dalam diri mereka yang memungkinkan berperan sesuai dengan kompetensinya di masyarakat (Sukmawati, 2020). Tingkat pendidikan orang tua adalah jenjang pendidikan formal yang pernah ditempuh ayah atau ibu. Setiap orang memiliki latar belakang pendidikan dan kehidupan yang berbeda. Perbedaan ini memengaruhi pengetahuan dan potensi diri, di mana pendidikan yang lebih tinggi umumnya berkaitan dengan wawasan dan kemampuan yang lebih baik (Rahayu, 2020). Rendahnya pendidikan orang tua berkaitan dengan meningkatnya risiko gangguan mental seperti depresi dan kecemasan pada mahasiswa. Orang tua berpendidikan tinggi cenderung lebih terlibat, memiliki komunikasi yang baik, dan menciptakan hubungan keluarga yang lebih sehat (Andriani et al., 2021).

Menurut asumsi peneliti, tingkat pendidikan orang tua berhubungan besar Dengan pola asuh, cara pandang, serta kemampuan dalam memberikan dukungan psikososial kepada anak, khususnya dalam menjaga kesehatan mental remaja. Orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kebutuhan psikologis anak, pola komunikasi yang lebih terbuka, serta kemampuan dalam mengarahkan anak untuk menghadapi tekanan sosial, termasuk hubungan dari media sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja berasal dari keluarga dengan latar belakang pendidikan rendah. Kondisi ini dapat berdampak pada keterbatasan pengetahuan orang tua dalam mendeteksi dan merespons gejala gangguan mental pada anak. Orang tua dengan pendidikan rendah juga cenderung lebih sulit dalam mengakses informasi atau layanan kesehatan mental yang sesuai, serta kurang terpapar pada pendekatan pengasuhan yang mendukung kesehatan mental remaja secara optimal. Oleh karena itu, penting adanya intervensi dari sekolah maupun tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada orang tua, terutama yang memiliki tingkat pendidikan rendah, agar mampu memberikan dukungan yang memadai bagi perkembangan mental anak-anak mereka. Hal ini bertujuan untuk meminimalisir risiko gangguan mental pada remaja, terutama di era digital yang sarat akan tekanan sosial dan paparan media.

Kesehatan Mental Pada Remaja

Menurut hasil penelitian menunjukkan hasil kesehatan mental pada remaja MTS Negeri 11 Jember paling banyak rendah dan tinggi yaitu sama sama 33 responden (34%) sedangkan kesehatan mental sedang 31 responden (32%).

Remaja merupakan tahap perkembangan yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa. Pada fase ini, individu mengalami berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun kognitif. Perubahan-perubahan tersebut dapat berdampak langsung Dengan kondisi kesehatan mental, karena remaja mulai menghadapi tantangan baru dalam menyesuaikan diri dengan identitas, lingkungan, dan tekanan sosial di sekitarnya (Rahma et al., 2024). Kesehatan mental kondisi di mana seseorang terbebas dari gangguan jiwa, mampu menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya, serta mampu mengembangkan potensi, bakat, dan kemampuannya secara optimal. Hal ini mencerminkan keharmonisan fungsi kejiwaan, kemampuan menghadapi masalah sehari-hari, serta merasakan kebahagiaan dan makna positif dalam hidup (Arifin et al., 2022). rinsip-prinsip kesehatan mental mencakup sikap positif Dengan diri sendiri, keseimbangan emosional, dan kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Individu yang sehat mentalnya mampu mengembangkan potensi diri, menjalin hubungan sosial yang baik, serta memiliki minat Dengan pekerjaan. Selain itu, pegangan hidup seperti agama, cita-cita, dan falsafah hidup turut membantu dalam menghadapi tantangan. Pengendalian diri, rasa benar, dan tanggung

jawab juga menjadi bagian penting dalam menjaga kesehatan mental (Ardiansyah et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, tingkat kesehatan mental remaja dihubungkan oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, seperti kepribadian, lingkungan keluarga, media sosial, serta latar belakang pendidikan orang tua. Kesehatan mental yang baik pada remaja ditandai dengan kemampuan untuk mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta mampu menghadapi tekanan secara adaptif. Sebaliknya, kondisi kesehatan mental yang rendah dapat ditandai dengan munculnya gejala seperti stres, kecemasan, menarik diri, dan gangguan suasana hati. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental remaja berada pada dua kutub yang berlawanan, yaitu sebagian mengalami tingkat kesehatan mental yang baik, namun sebagian lainnya mengalami masalah kesehatan mental. Sementara itu, jumlah remaja dengan kesehatan mental sedang sedikit lebih rendah. Fenomena ini menunjukkan adanya kesenjangan yang cukup mencolok, di mana sebagian remaja mampu beradaptasi dengan baik, sedangkan sebagian lainnya mengalami hambatan psikologis yang perlu mendapatkan perhatian. Kondisi ini perlu menjadi perhatian serius bagi pihak sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan, mengingat masa remaja merupakan periode kritis dalam perkembangan mental dan emosional. Diperlukan strategi promotif dan preventif untuk membantu remaja meningkatkan ketahanan mental, seperti melalui konseling, pembinaan karakter, manajemen penggunaan media sosial, serta dukungan keluarga yang memadai.

Hubungan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja

Hasil analisis *Chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai Pearson *Chi-square* sebesar 58,177 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan dalam kategori penggunaan media sosial (rendah, sedang, tinggi) berkaitan secara bermakna dengan perbedaan dalam tingkat kesehatan mental (rendah, sedang, tinggi). Temuan ini diperkuat oleh nilai *Likelihood Ratio* sebesar 59,597 dan *Linear-by-Linear Association* sebesar 30,451, yang juga menunjukkan signifikansi tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat intensitas penggunaan media sosial dan kondisi kesehatan mental remaja.

Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja yang menggunakan media sosial dengan intensitas tinggi cenderung lebih rentan dengan masalah kesehatan mental. Remaja yang terlalu sering menggunakan media sosial cenderung lebih rentan mengalami gangguan psikologis seperti depresi, stres, kecemasan, bahkan perasaan kesepian. Jika kondisi ini berlangsung dalam jangka waktu lama, maka tidak hanya memengaruhi kondisi mental, tetapi juga berdampak pada kesehatan fisik, seperti gangguan pada mata dan pola tidur yang terganggu (Yuhana et al., 2023). Penggunaan media sosial memiliki dampak ganda bagi remaja, baik positif maupun negatif. Dari sisi positif, media sosial dapat membantu memperluas jaringan sosial, memudahkan dalam memperoleh informasi, serta menjadi sarana yang efektif untuk mempromosikan usaha. Namun, di sisi lain, media sosial juga bisa menimbulkan dampak negatif seperti kecenderungan untuk membandingkan diri dengan orang lain (perbandingan sosial), risiko mengalami *cyberBullying*, serta munculnya tekanan untuk selalu menampilkan citra diri yang sesuai dengan harapan publik di dunia maya (Prajanti et al., 2022). Beberapa resiko Remaja yang menggunakan media social berlebih. Pertama, mereka menyebutkan bahwa penggunaan media sosial secara langsung dapat memicu stres, depresi, perasaan tidak berharga, bahkan pikiran untuk bunuh diri. Kedua, mereka mengungkapkan bahwa media sosial dapat menjadi ruang yang memicu intimidasi dan perilaku negatif seperti trolling, yang berdampak buruk pada kondisi psikologis. Ketiga, media sosial dianggap memiliki sifat adiktif yang membuat penggunanya sulit melepaskan diri (Sudrajat, 2020).

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan media sosial Dengan kesehatan mental, studi oleh (Septiana, 2021) yang mengemukakan bahwa ada hubungan antara penggunaan media sosial (X) Dengan kesehatan mental (Y1), hal ini dilihat dari nilai F hitung sebesar 40,990 dan taraf signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. dan juga di dukung oleh peneliti (Prajani et al., 2022) dengan hasil (p value = 0,001; $r = 0,235$) yang menunjukkan adanya hubungan dengan arah positif, yang artinya semakin tinggi penggunaan media sosial maka semakin tinggi juga gejala depresi yang dialami remaja.

Menurut asumsi peneliti mengindikasikan bahwa semakin tinggi penggunaan media sosial, maka semakin besar pula kemungkinan terjadinya gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, stres, atau perasaan rendah diri. Media sosial memang memberikan berbagai kemudahan dalam berkomunikasi dan memperoleh informasi, namun jika digunakan secara berlebihan tanpa kontrol, justru dapat berdampak negatif Dengan kondisi psikologis remaja. Penggunaan media sosial yang tidak terkendali dapat menyebabkan remaja lebih rentan Dengan tekanan sosial, cyberBullying, serta kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain yang ditampilkan dalam kehidupan maya. Hal inilah yang dapat memicu perasaan cemas, tertekan, hingga depresi. Sebaliknya, remaja yang menggunakan media sosial secara bijak dan terbatas, cenderung memiliki keseimbangan emosional yang lebih baik, karena mereka dapat menghindari dampak negatif tersebut. Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa perlu adanya edukasi dan pendampingan dari orang tua, guru, maupun pihak sekolah untuk membantu remaja mengatur waktu dan cara penggunaan media sosial. Dengan demikian, media sosial dapat dimanfaatkan secara positif tanpa mengorbankan kesehatan mental remaja.

Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Kesehatan Mental Remaja

Hasil analisis *Chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dengan kesehatan mental remaja, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai Pearson *Chi-square* sebesar 20,677 dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan dalam kategori tipe kepribadian (introvert dan ekstrovert) berkaitan secara bermakna dengan perbedaan tingkat kesehatan mental (tinggi, sedang, rendah). Temuan ini juga diperkuat oleh nilai Likelihood Ratio sebesar 22,183 dengan signifikansi yang sama. Sementara itu, nilai Linear-by-Linear Association sebesar 3,859 dengan $p = 0,049$ menunjukkan adanya kecenderungan hubungan linier yang lemah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tipe kepribadian dan kesehatan mental remaja.

Tipe kepribadian introvert, yaitu pribadi yang lebih tertutup, menyukai aktivitas individual, dan cenderung menyimpan emosi atau perasaan dalam diri. Kepribadian ini memiliki hubungan yang linier dengan kecenderungan mengalami depresi, artinya semakin kuat kecenderungan introversi seseorang, maka semakin tinggi pula potensi munculnya gejala depresi (Michael & Putri, 2021). Dibandingkan dengan individu ekstrovert, karena cenderung berpikir secara mendalam dan subjektif, sehingga lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan dan lebih teliti dalam menyelesaikan masalah. Sebaliknya, individu dengan tipe kepribadian ekstrovert dikenal aktif, lincah, dan mudah berinteraksi dengan lingkungan. Namun, mereka cenderung kurang teliti dan tidak terlalu berhati-hati dalam menghadapi persoalan karena lebih mengandalkan cara berpikir yang objektif dan spontan (Pagita, 2023).

Penelitian oleh (Fadili & Mamnu'ah, 2021) yang dilakukan di desa Banaran galur kulon juga menemukan bahwa tipe kepribadian berhubungan signifikan dengan gangguan jiwa atau kondisi mental, di mana Hasil penelitian menunjukkan bahwa gangguan jiwa lebih banyak pada responden yang memiliki tipe kepribadian introvert yaitu sebanyak 21 (53.8%) responden. Tipe kepribadian terdiri dari introvert dan ekstrovert.

Menurut asumsi peneliti Kepribadian remaja yang berbeda, seperti introvert dan

ekstrovert, dapat memengaruhi cara mereka menghadapi tekanan, menyelesaikan masalah, serta mengekspresikan emosi. Remaja dengan kepribadian introvert cenderung memproses masalah secara internal, lebih tertutup, dan memiliki kebutuhan waktu sendiri yang lebih banyak. Hal ini bisa membuat mereka lebih rentan Dengan gangguan kesehatan mental jika tidak memiliki outlet yang tepat untuk menyalurkan emosinya. Sebaliknya, remaja dengan kepribadian ekstrovert lebih terbuka, mudah bersosialisasi, dan cenderung lebih ekspresif, sehingga lebih mudah mencari dukungan sosial ketika mengalami tekanan psikologis. Namun demikian, baik introvert maupun ekstrovert tetap memiliki potensi yang sama untuk menjaga kesehatan mentalnya apabila mampu mengelola stres dengan baik dan memiliki lingkungan yang suportif. Oleh karena itu, peneliti menilai pentingnya pendekatan yang berbeda dalam mendampingi remaja berdasarkan karakter kepribadian masing-masing, agar kesehatan mental mereka dapat tetap terjaga dengan optimal.

Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja

Hasil analisis *Chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan orang tua dengan kesehatan mental remaja, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai Pearson *Chi-square* sebesar 25,827 dengan signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan dalam kategori tingkat pendidikan orang tua berkaitan secara bermakna dengan perbedaan dalam tingkat kesehatan mental remaja. Temuan ini juga diperkuat oleh nilai Likelihood Ratio sebesar 26,769, yang menunjukkan signifikansi tinggi. Namun, nilai Linear-by-Linear Association sebesar 1,632 dengan $p = 0,201$ ($p > 0,05$) tidak menunjukkan hubungan linier yang signifikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat pendidikan orang tua dan kondisi kesehatan mental remaja, meskipun hubungan tersebut tidak bersifat linier.

Pendidikan orang tua mencerminkan kemampuan dalam memberikan pola asuh, dukungan emosional, dan stabilitas lingkungan rumah. Orang tua dengan pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki wawasan lebih baik tentang pentingnya kesehatan mental dan mampu menciptakan lingkungan pengasuhan yang kondusif bagi perkembangan psikologis anak. Mereka cenderung lebih terbuka Dengan komunikasi dua arah, mendukung kebutuhan emosional anak, serta memahami pentingnya keseimbangan antara tuntutan akademik dan kesejahteraan mental (Magfiroh, 2020). Sebaliknya, orang tua dengan tingkat pendidikan yang rendah mungkin memiliki keterbatasan dalam memahami gejala gangguan mental, kurang mampu memberikan dukungan psikososial, atau bahkan memiliki gaya pengasuhan yang otoriter atau permisif secara berlebihan. Kondisi ini dapat berdampak negatif pada kesehatan mental anak, seperti stres berlebih, kecemasan, atau rasa tidak aman (Mutmainnah, 2024).

Menurut asumsi peneliti, semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam memahami kebutuhan emosional anak dan memberikan pola asuh yang mendukung perkembangan psikologis remaja. Orang tua dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pentingnya kesehatan mental, komunikasi yang efektif, serta cara-cara positif dalam membimbing anak menghadapi tekanan hidup dan perubahan emosi selama masa remaja. Sebaliknya, orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah mungkin memiliki keterbatasan dalam memahami perubahan psikologis anak, sehingga cenderung menggunakan pola asuh yang kurang adaptif, yang pada akhirnya dapat berdampak pada kondisi kesehatan mental remaja. Meskipun hasil analisis menunjukkan tidak adanya hubungan linier yang signifikan, peneliti meyakini bahwa tingkat pendidikan tetap berperan penting sebagai faktor lingkungan yang membentuk kondisi psikologis anak. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan edukasi bagi orang tua di semua tingkat pendidikan agar mereka memiliki pemahaman dan keterampilan yang memadai dalam mendukung kesehatan mental anak, terlepas dari latar belakang

pendidikan mereka.

Faktor Dominan Dengan Kesehatan Mental Di Era Digital Pada Remaja.

Berdasarkan hasil uji regresi logistik ordinal, diketahui bahwa dari tiga variabel yang dianalisis, yaitu media sosial, tingkat pendidikan orang tua, dan tipe kepribadian, terdapat dua variabel yang menunjukkan hubungan signifikan Dengan kesehatan mental remaja, yaitu media sosial ($p = 0,000$) dan tipe kepribadian ($p = 0,037$). Sementara itu, variabel tingkat pendidikan orang tua menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,481$, yang berarti tidak memiliki hubungan yang signifikan Dengan kesehatan mental remaja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial merupakan faktor dominan yang memengaruhi kesehatan mental remaja di MTs Negeri 11 Jember, disusul oleh tipe kepribadian, sementara pendidikan orang tua tidak memberikan hubungan yang berarti.

Media sosial berfungsi sebagai sumber pengetahuan baru dan informasi yang sesuai dengan minat mereka, sekaligus memperluas wawasan melalui interaksi dengan beragam budaya. Selain itu, media sosial dapat menjadi ruang aman untuk mencari dukungan emosional dan membangun relasi dengan individu yang memiliki pengalaman atau ketertarikan serupa. Fitur-fitur seperti forum diskusi, komunitas daring, dan akun edukatif memudahkan remaja mengakses informasi yang mungkin sulit diperoleh dari media konvensional, sehingga media sosial berperan dalam menunjang perkembangan pribadi maupun sosial remaja (Septiana, 2021). Namun, manfaat tersebut diimbangi oleh risiko jika media sosial tidak digunakan secara bijak, terutama Dengan kesehatan mental remaja. Paparan Dengan konten negatif seperti ujaran kebencian, perundungan siber, atau standar kecantikan yang tidak realistis dapat berdampak buruk pada kondisi psikologis, menyebabkan remaja merasa tidak aman, rendah diri, atau terasing. Tekanan untuk selalu tampil aktif dan membagikan momen menarik juga dapat memicu fenomena *fear of missing out* (FoMO), yaitu perasaan cemas atau stres ketika remaja merasa tertinggal dari tren atau tidak memperoleh pengakuan sosial (Arsini et al., 2023). Media sosial yang paling sering diakses oleh remaja, seperti Facebook, Instagram, TikTok, Twitter, WhatsApp, dan YouTube, memiliki hubungan Dengan kesehatan mental. Penggunaan yang terus-menerus Dengan platform ini sering dikaitkan dengan berbagai masalah psikologis, seperti meningkatnya risiko perundungan daring (*cyberBullying*), terganggunya kualitas tidur, serta rendahnya harga diri, yang semuanya berkontribusi pada tingginya tingkat kecemasan dan depresi di kalangan remaja (Manik et al., 2024). T

ipe kepribadian memengaruhi cara remaja menghadapi tekanan, bergaul, dan mengatur emosi. Remaja introvert cenderung pendiam dan suka menyendiri, yang dapat membuat mereka lebih rentan mengalami stres atau depresi jika kurang dukungan sosial. Sebaliknya, remaja ekstrovert yang aktif berinteraksi umumnya lebih mudah mengekspresikan diri dan mampu mengatasi tekanan berkat lingkungan sosial yang kuat yang mereka miliki (Fadili & Mamnu'ah, 2021). Selain itu, tingkat pendidikan orang tua turut berhubungan Dengan kesehatan mental remaja. Orang tua dengan pendidikan rendah seringkali memiliki keterbatasan ekonomi dan kurang memahami cara mengasuh anak dengan baik. Akibatnya, anak bisa merasa tidak dimengerti dan kurang mendapatkan dukungan emosional, sehingga lebih rentan mengalami gangguan mental seperti kecemasan atau kurang percaya diri. Sebaliknya, orang tua dengan pendidikan tinggi umumnya lebih peka Dengan pentingnya komunikasi dan perhatian Dengan kondisi emosional anak, yang berkontribusi positif pada kesehatan mental remaja (Anggraeni et al., 2020).

Peneliti berasumsi bahwa media sosial merupakan faktor paling kuat yang berhubungan dengan kesehatan mental remaja. Tingginya intensitas penggunaan media sosial dapat berdampak langsung Dengan emosi, persepsi diri, dan hubungan sosial, sehingga berpotensi menimbulkan stres, kecemasan, maupun rasa tidak aman jika digunakan secara

berlebihan atau tanpa pengawasan. Tipe kepribadian juga berperan, di mana remaja introvert lebih rentan mengalami tekanan psikologis karena keterbatasan dalam mengekspresikan emosi dan berinteraksi sosial, sedangkan remaja ekstrovert cenderung lebih terbuka dan adaptif dalam menghadapi tekanan. Tingkat pendidikan orang tua tidak terbukti berhubungan signifikan, kemungkinan karena pendidikan yang tinggi tanpa perhatian, komunikasi, dan pengawasan tidak menjamin kesehatan mental remaja tetap baik. Temuan ini juga didukung oleh fakta bahwa mayoritas responden adalah perempuan dan memiliki kepribadian introvert. Kedua kelompok ini cenderung menghabiskan lebih banyak waktu dengan media sosial dibandingkan kelompok lainnya, sehingga membuat hubungan media sosial Dengan kesehatan mental semakin dominan. Dengan demikian, faktor lingkungan digital dan karakter individu remaja lebih menentukan dibandingkan faktor pendidikan orang tua dalam membentuk kondisi kesehatan mental mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari hasil penelitian ini yaitu pengguna media sosial pada remaja paling banyak menggunakan media sosial secara sedang yaitu 54 responden (55,7%), tipe kepribadian pada remaja paling banyak extrovert yaitu 52 responden (53,6%), tingkat pendidikan orang tua pada remaja paling banyak SD yaitu 44 responden (45,4%), kesehatan mental pada remaja paling banyak rendah dan tinggi yaitu sama sama 33 responden (34%), ada hubungan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja nilai p value 0,000, ada hubungan signifikan antara tipe kepribadian dengan kesehatan mental remaja dengan nilai p value 0,000, ada hubungan signifikan antara tingkat pendidikan orang tua dengan kesehatan mental remaja dengan nilai p value 0,001, berdasarkan hasil *Analisis Multivariat* regresi logistik ordinal faktor dominan yang memengaruhi kesehatan mental remaja adalah media sosial dengan nilai p value 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd.Mukhid. (2021). *Metodologi penelitian pendekatan kuantitatif*.
- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari., M. E. (2021). Metodologi Penelitian Kuantitatif Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Issue May).
- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- Amelya Binti Mufarokhah, & Astika Gita Ningrum. (2025). The correlation between parental education level and emotional disorders among female adolescents in high schools in Surabaya. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 25(1), 873–877. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2025.25.1.0115>
- Andriani, J. A., Romadhon, Y. A., Herawati, E., & Candrasari, A. (2021). Pengaruh Bentuk Keluarga dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi Remaja di Era Pandemi Covid-19. *The 13th University Research Colloquium*, 57(9), 1092–1098.
- Anggraeni, T., Sayekti Heni Sunaryanti, S., & Sarwoko, S. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua dengan Kesehatan Anak. *University Research Colloquium*, 275–278.
- Anggreni, D. (2022). *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- Ardiansyah, S., Yunike, Ardiansyah, S., Tribakti, I., Suprpto, Saripah, E., Febriani, I., Zakiyah, Kuntoadi, G. B., Muji, R., Kusumawaty, I., Narulita, S., Juwariah, T.,

- Akhriansyah, M., Putra, E. S., & Kurnia, H. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Mental*.
- Arifin, Z., Mansyur, M. H., Abidin, J., & Mukhtar, U. (2022). Pendidikan Dan Kesehatan Mental Bagi Remaja Dalam Perspektif Islam. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(2), 188–194. <https://doi.org/10.32509/abdimoestopo.v5i2.1918>
- Arsini, Y., Azzahra, H., Tarigan, K. S., & Azhari, I. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *MUDABBIR Journal Reserch and Education Studies*, 3(2), 50–54. <https://doi.org/10.56832/mudabbir.v3i2.370>
- Auldila, P. (2024). *Pengaruh Bullying Terhadap Minat Belajar Siswa Di SMP Negeri 7 Muaro Jambi*. 1–84.
- Bawono, Y. (2023). *Perkembangan anak & remaja* (Issue September).
- Beno, J., Silen, A. ., & Yanti, M. (2022a). HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN DAN PEMENUHAN KEBUTUHAN DASAR DENGAN KEJADIAN SINDROM FoMO PADA REMAJA DI JAWA TIMUR. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- Beno, J., Silen, A. ., & Yanti, M. (2022b). PENGARUH TIPE KEPERIBADIAN SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR EKONOMI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 2 MANDAU DURI KABUPATEN BENGKALIS OLEH. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- BPS Provinsi Jawa Timur. (2022). *Persentase Penduduk Berumur 5 Tahun Ke Atas yang Mengakses Internet dan Untuk Media Sosial, Beli dan Jual Barang/Jasa dalam 3 Bulan Terakhir di Jawa Timur Dirinci Menurut Kabupaten/Kota dan Jenis Kelamin Perempuan, 2022*. <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/1/Mjg4OCMx/persentase-penduduk-berumur-5-tahun-ke-atas-yang-mengakses-internet-dan-untuk-media-sosial-beli-dan-jual-barang-jasa-dalam-3-bulan-terakhir-di-jawa-timur-dirinci-menurut-kabupaten-kota-dan-jenis-kelam>
- Chairiyah, R. (2021). *Persetujuan Etik: Hubungan Lama Menstruasi, Status Gizi Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di Pondok Pesantren Periode Januari. 020*.
- Damayanti, A. N. (2023). Fenomena Pola Asuh Orang Tua Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental Anak. *Sebaya*, 29–39. <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/sebaya/article/download/6957/5297>
- Diana, V. (2020). Kesehatan Mental (Sejarah Kesehatan Mental). In *Halodoc.Com* (Issue March). https://www.researchgate.net/profile/Diana-Fakhriyani/publication/348819060_Kesehatan_Mental/links/60591b56458515e834643f66/Kesehatan-Mental.pdf
- Fadili, M., & Mamnu'ah. (2021). Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Kejadian Gangguan Jiwa Pada Keluarga Di Desa Banaran Galur Kulon Progo Yogyakarta. *Disertasi*.
- Fauzi, A., & dkk. (2022). Metodologi Penelitian. In *Suparyanto dan Rosad (2015)*.
- H. Rifa'i, A. (2021). Pengantar Metodologi Penelitian. In *Antasari Press*.
- Haniyah, F. N., Novita, A., & Ruliani, S. N. (2022). Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua, Teman Sebaya, Lingkungan Tempat Tinggal dan Sosial Ekonomi Dengan Kesehatan Mental Remaja. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(7), 242–250. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.51>
- Hansen. (2023). Etika Penelitian: Teori dan Praktik Manajemen Kontrak Konstruksi View project. *Podomoro University Press, January*, 1–111. <https://www.researchgate.net/publication/367530183>
- Hendrawati, H., Amira, I., Maulana, I., & Senjaya, S. (2022). Gangguan makan dan perilaku bunuh diri pada remaja: Sebuah tinjauan literatur. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(6), 529–541. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i6.8127>
- Hilmi, R. Z., Hurriyati, R., & Lisnawati. (2018). *PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP AKHLAK ANAK*. 3(2), 91–102.
- Irfani, F. (2018). Islam dan Budaya Banten. *Buletin Al-Turas*, 16(1), 200–216.

- <https://doi.org/10.15408/bat.v16i1.4289>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Fact Sheet Kesehatan Jiwa Remaja Tahun 2023. *Ski 2023*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Kurniati, N., Rejeki, S., Nizar, M., Purwanti, O. S., & Fitria, C. N. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua “Toxic Parents” bagi Kesehatan Mental Anak Sanggar Bimbingan Kepong Kuala Lumpur Malaysia. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(2), 157–166. <https://doi.org/10.23917/bkkndik.v5i2.23174>
- Laugu, N. (2020). *Eksistensi Media Sosial , Youtube , Instagram dan Whatsapp Ditengah Pandemi Covid-19 Dikalangan Masyarakat Virtual Indonesia I Hendra A . PENDAHULUAN Perkembangan teknologi media yang sangat pesat serta dengan kemajuan teknologi-teknologi yang semakin har*. 4(1), 41–57.
- Liu, Y., Song, Y., Wu, Y., Lu, H., Gao, Y., Tang, J., & Zheng, X. (2024). Association between parental educational involvement and adolescent depressive symptoms: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02039-3>
- Magfiroh, N. H. (2020). HUBUNGAN KETERLIBATAN ORANG TUA DAN KESEHATAN MENTAL REMAJA PADA SISWA. *Journal GEEJ*, 7(2).
- Manik, R. M., Sarumaha, M., Veronika, A., Borus, B., & Sitepu, A. B. (2024). *Hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja*. 15(2), 333–342. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i02.1245>
- Maramis M Margarita. (2022). *Gangguan Bipolar dan Psikoedukasi*.
- Meltwater & We Are Social &. (2025). *Digital 2025: Indonesia*. DataReportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2025-indonesia>
- Michael, A. R., & Putri, B. W. (2021). Tipe Kepribadian dan Status Kesehatan Mental pada Kelompok Risiko Tinggi HIV / AIDS di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak I Personality Type and Mental Health Status in the High Risk Group for HIV / AIDS in the Working Area of Ngemplak I Community Health. *Medica Arteriana*, 3(1), 14–27.
- Mutmainnah. (2024). PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP HASIL BELAJAR IPS SISWA KELAS VIII DI UPT SMP NEGERI 4 MATTIROBULU PINRANG OLEH: *Ayan*, 15(1), 37–48.
- Ni'mal, maula yusrina. (2023). *Huungan Pola Asuh Orang Tuan dann Lingkungan Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental*. 19(2), 104–114.
- Ningrum, R. I. (2023). *Hubungan pola asuh orang tua dengan gangguan kesehatan mental pada remaja 1,2,3*. 4(3), 197–203.
- Pagita, O. S. (2023). *Pengaruh Tipe Kepribadian Extrovert Dan Introvert Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Matematis Siswa Kelas Viii Mts Ma ' Arif Nu 1 Sokaraja Universitas Islam Negeri*.
- Pasaribu, B., Herawati, A., Utomo, K. W., & Aji, R. H. S. (2022). Metodologi Penelitian untuk Ekonomi dan Bisnis. In *UUP Academic Manajemen Perusahaan YKPN*.
- Penebangan, A., Secara, H., Di, L., Distrik, W., & Kabupaten, S. (2024). *Jurnal Lingkar Pembelajaran Inovatif*. 5, 105–117.
- Pennee, D. P. (2022). Benjamin Drew and Samuel Gridley Howe on Race Relations in Early Ontario: Mythologizing and Debunking Canada West’s “Moral Superiority.” In *Journal of Canadian Studies* (Vol. 56, Issue 1).
- Pineleng, S. M. P. K., Minahasa, K., Angelina, R., Rotinsulu, J., Atikah, S., & Manado, U. M. (2024). *Pengaruh Tindakan Bullying terhadap Kesehatann Mental pada Siswa – 15 tahun mengalami bullying , dengan tingkat populasi siswa yang sama pun bermunculan* . 2(3).
- Pokhrel, S. (2024). Perilaku buliying di sekolah menengah atas. *Ayan*, 15(1), 37–48.
- Prajaniti, G. A. S., Swedarma, K. E., & Manangkot, M. V. (2022). Hubungan Penggunaan

- Media Sosial Dengan Gejala Depresi Pada Remaja Di Sman 3 Denpasar. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(1), 52. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i01.p08>
- Putra, S., Syahrani Jailani, M., & Hakim Nasution, F. (2021). Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876–27881.
- Rahayu, R. G. (2020). *PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA DI SDN 05 KABAWETAN KABUPATEN KEPAHANG*. 2507(February), 1–9.
- Rahma, G., Hasnah, F., & Alhamda, S. (2024). *Determinan Kesehatan Mental Pada Remaja Usia 11-18 Tahun di Kota Padang Determinants of Mental Health in Adolescents Aged 11-18 Years in Padang*. 8(2).
- Reza, W., Ananda, S. T., Ivanca, T., Fadilah, A., Jonathan, S., Matematika, J., Informasi, F. T., Mada, G., & Riau, K. (2022). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN*. 1, 1–7.
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*. 1–82.
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). *Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja*. 4(1), 49–58.
- Safia, E., & Solong, N. P. (2024). *Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental Dan Perkembangan Sosial Pada Anak*. 2(7), 2280–2289.
- Said, E. A., Jamaluddin, M., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., & Makassar, K. (2022). *Hubungan Perilaku Bullying Dengan Perkembangan Mental Emosional Pada Anak*. 2, 171–177.
- Sari, P. (2019). Dinamika Psikologi Penderita Skizofrenia Paranoid Yang Sering Mengalami Relapse. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(2), 124–136. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/5751>
- Sarmini, S., Putri, A., Maria, C., Syahrias, L., & Mustika, I. (2023). Penyuluhan Mental Health Upaya Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja. *MONSU'ANI TANO Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 154. <https://doi.org/10.32529/tano.v6i1.2400>
- Sartika, N. (2022). *Pengaruh Bullying Terhadap Hubungan Sosial*.
- Sarwono. (2019). *Psikologi Remaja*. 297.
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif Penulis*.
- Septiana, N. Z. (2021). *DAMPAK PEGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL DAN KESEJAHTERAAN SOSIAL REMAJA DIMASA PANDEMI COVID-19*. 8(1), 1–13.
- Sudrajat, A. (2020). *Apakah Media Sosial Buruk untuk Kesehatan Mental dan Kesejahteraan*. 2(1), 41–52.
- Sukma, S., Aat Sriati, Indra Maulana, & Kurniawan, K. (2022). Dukungan Keluarga Pada Odha Yang Sudah Open Status Di Kabupaten Garut. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), 1003–1010. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i3.4037>
- Sukmawati. (2020). *PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMAN 9 PEKANBARU OLEH*. 2507(February), 1–9.
- Suswati, W. S. E., Yuhbaba, Z. N., & Budiman, M. E. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(3), 537–544.
- Syafitri, R. N., & Sabri, R. (2024). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMA Negeri 2 Lubuk Basung*. <http://scholar.unand.ac.id/476308/>
- Tawakkal, G. T. I., & Subekti, T. (2023). Metodologi Penelitian Sosial Dasar. In *Metodologi Penelitian Sosial Dasar*. <https://doi.org/10.11594/ubpress9786232967496>
- Umadiyan, S., & Kalifia, A. D. (2024). Perbedaan Respon Emosional Antara Remaja

- Perempuan Dan Laki- Laki Terhadap Faktor-Faktor Penyebab Depresi. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 293–296.
- Ummah, M. S. (2019a). Gender Dan Kesehatan. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETU_NGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Ummah, M. S. (2019b). Perubahan dan Permasalahan Media Sosial. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETU_NGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Vitoasmara, K., Vio Hidayah, F., Yuna Aprillia, R., & Dyah Dewi, L. A. (2024). Gangguan Mental (Mental Disorders). *Student Research Journal*, 2, 57–68. <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>
- We Are Social & Meltwater. (2025). *Global social media Statistics*. DataReportal. https://datareportal.com/social-media-users?utm_source=chatgpt.com
- WHO. (2024). *Kesehatan Mental Remaja*.
- Yuhana, E. S., Sugiyanto, E. P., Keperawatan, P. S., Widya, U., Semarang, H., Barat, S., & Semarang, K. (2023). *Penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja*. 11(2), 477–486.