



PERAN KELUARGA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA USIA 15 – 18 TAHUN

Sutiyah Heni

Program Studi D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri

Email Korespondensi: sutiyah.heni@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan mental remaja seringkali menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan, kurangnya tenaga kesehatan di bidang mental seperti halnya mental *health konselor*, psikiater dan psikolog yang membuat keluarga salah mengambil keputusan dalam menangani dan membantu gangguan mental pada remaja. Adanya pengaruh lingkungan baik lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat bisa juga membuat remaja mengalami perubahan dan melakukan kegiatan negatif. Apabila Peran keluarga mengalami kendala terkait hubungan dengan remaja kurang baik akan dapat berdampak pada Kesehatan mental remaja. Tujuan untuk mengetahui bagaimana peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental pada remaja usi 15 -18 tahun di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. Desain penelitian deskriptif, populasi dan sampel 32 responden, dengan teknik *total sampling*, dan menggunakan instrumen kuesioner. Penelitian dilaksanakan tanggal 4 Desember 2023 – 4 Januari 2024. Variabel peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental, data dianalisa dengan rumus persentase dan diinterpretasi secara kuantitatif. Hasil penelitian dari 32 responden, sebagian besar responden (84,3%) memiliki peran baik dan sebagian kecil responden (15,7%) memiliki peran cukup dalam menjaga kesehatan mental remaja. Peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental dipengaruhi faktor yaitu jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, hubungan dengan remaja, mendapatkan informasi tentang kesehatan mental, pekerjaan, tinggal bersama. Diharapkan responden untuk lebih aktif mencari informasi mengenai peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental pada remaja, salah satunya dengan datang ke pelayanan kesehatan untuk mencegah dampak juga bisa mencari informasi melalui internet dan komplikasi dari terganggunya kesehatan mental.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Remaja, Peran Keluarga

ABSTRACT

Adolescent mental health is often an unresolved health problem, lack of health workers in the mental field as well as mental health counselors, psychiatrists and psychologists who make families make wrong decisions in dealing with and helping mental disorders in adolescents. The influence of the environment, both the school environment and the community environment, can also make adolescents experience changes and carry out negative activities. If the role of the family experiences obstacles related to relationships with adolescents are not good, it will have an impact on adolescent mental health. The purpose is

to find out how the role of family in maintaining mental health in adolescents aged 15-18 years in Sumberbendo Hamlet, Sumberbendo Village, Pare District, Kediri Regency. Descriptive research design, population and sample of 32 respondents, with total sampling technique, and using questionnaire instruments. The study will be conducted on December 4, 2023 – January 4, 2024. The variable role of the family in maintaining mental health, the data was analyzed with a percentage formula and interpreted quantitatively. The results of the study of 32 respondents, most respondents (84.3%) have a good role and a small number of respondents (15.7%) have a sufficient role in maintaining adolescent mental health. The role of the family in maintaining mental health is influenced by factors such as gender, age, recent education, relationships with adolescents, getting information about mental health, work, living together. It is expected that respondents will be more active in seeking information about the role of family in maintaining mental health in adolescents, one of which is by coming to health services to prevent the impact of also being able to search for information through the internet and complications from mental health disorders.

Keywords: Mental Health, Adolescents, Family Role

PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah individu yang terbebas dari gejala psikiatri atau penyakit mental, terwujudnya keharmonisan antar fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan atas kemampuan dirinya, kemampuan yang dimiliki untuk menyesuaikan diri antar manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat (Bukhori, 2006)

Kesehatan mental pada remaja telah menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan di tengah – tengah masyarakat, kurangnya tenaga kesehatan di bidang mental seperti halnya mental *healt konselor*, psikiater dan psikolog yang membuat keluarga salah mengambil keputusan dalam menangani gangguan mental pada remaja. Adanya pengaruh lingkungan baik lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat bisa juga membuat remaja mengalami perubahan. Adanya tanda-tanda perubahan sikap ataupun perilaku remaja biasanya keluarga membawa berobat ke dukun, paranormal dan pemuka agama yang seharusnya langsung di bawa ke Tenaga Kesehatan. Dimana keluarga mempunyai peran penting dalam menjaga kesehatan mental remaja.

Peran keluarga merupakan seperangkat perilaku *interpersonal*, sifat kegiatan yang berkaitan dengan individu dalam posisi situasional. Peran individu dalam keluarga di dasarkan pada harapan dan pola perilaku keluarga kelompok dan masyarakat (Effendy 1998:33). Masa remaja dikenal sebagai dimana terjadi pergolakan emosi dan diiringi oleh pertumbuhan fisik pesat dan perkembangan psikis yang bervariasi.

Apabila Peran keluarga mengalami kendala terkait hubungan dengan remaja kurang baik akan dapat berdampak pada Kesehatan mental remaja. Kedekatan keluarga terhadap remaja akan membentuk suatu karakter positif untuk remaja. Adanya keterbukaan remaja terhadap keluarga akan mencegah terjadinya gangguan dalam kesehatan mental remaja. Angka kejadian yang meningkat setiap tahunnya, memperluas pengetahuan terkait kesehatan mental pada remaja menjadi hal yang penting. Kesehatan mental remaja dapat mempengaruhi masa depan dirinya sendiri sebagai individu, dan berdampak pada keluarga hingga masyarakat. Oleh karenanya, kekhawatiran ini berkembang baik untuk institusi kesehatan dan peneliti akademis(Gunatirin, 2018)

Riset kesehatan dasar (Riskesdes, 2018) menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari usia 15 tahun menderita gangguan mental emosional, dan Indonesia National

Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja 10 – 17 tahun di Indonesia, menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental sementara satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. , diperoleh data bunuh diri pertahun sebanyak 1.800 orang atau setiap hari ada 5 orang melakukan bunuh diri, serta 47% korban bunuh diri adalah usia 10-39 tahun yang merupakan usia anak remaja dan usia produktif. Untuk saat ini di Indonesia memiliki prevalensi orang dengan gangguan jiwa sekitar 5 dari penduduk Indonesia artinya sekitar 20% dari populasi di Indonesia itu mempunyai potensi-potensi masalah gangguan jiwa (Kemenkes RI, 2021).

Riskesdes tahun 2018 depresi pada penduduk umur lebih dari 15 tahun menurut provinsi, dari 34 provinsi Jawa Timur menempati urutan ke 25, dari 450.000 orang yang mengalami gangguan sebanyak 4,5% penduduk Jawa Timur umur lebih dari 15 tahun mengalami depresi atau sekitar 2,025 jiwa (Riskesdes 2018), sedangkan di Kediri sendiri dari data yang di ambil dari riskesdes tahun 2018 dari jumlah ODGJ sebesar 75,758 Kediri menempati peringkat 14 dengan data 0,21% atau sekitar 159 jiwa (Riskesdes 2018)

Masa remaja dikenal sebagai dimana terjadi pergolakan emosi dan diiringi oleh pertumbuhan fisik pesat dan perkembangan psikis yang bervariasi. Pergolakan emosi yang terjadi, tidak terlepas dari bermacam-macam faktor seperti keluarga, lingkungan tempat tinggal, sekolah, dan aktivitas lainnya dalam kegiatan sehari-hari, di sini peran orang tua sangat penting dalam menjaga Kesehatan mental remaja, ada beberapa upaya yang dapat dilakukan keluarga seperti memberikan pujian terhadap remaja, menetapkan tujuan yang realistis, jujur, menyalurkan perkataan dan perbuatan, menghindari komentar yang sarkastik, menyemangati dan memotivasi remaja.

Pergolakan emosi yang terjadi, tidak terlepas dari bermacam-macam faktor seperti keluarga misal di besarkan di keluarga konservatif (kolot), lingkungan tempat tinggal, stigma yang buruk di masyarakat, adanya bullying di sekolah. Dampaknya dapat mengakibatkan komplikasi serius, baik pada fisik, emosi, maupun perilaku. Adanya perubahan sikap ataupun perilaku yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental.

Peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental berupaya meningkatkan ikatan batin antar anggota keluarga, memberikan suasana yang nyaman untuk remaja dapat mengeluarkan perasaan, masalah yang tengah remaja alami, jangan sampai remaja memendam masalah atau perasaan karena apa bila masalah tersebut meledak merupakan faktor terjadinya gangguan kesehatan mental kemudian anggota keluarga lain jangan pernah memberikan solusi yang fiktif, keluarga harus selalu mendampingi dan selalu bisa menjadi sahabat remaja. Keluarga bisa mencari informasi dari internet atau pengalaman orang lain tentang bagaimana cara menjaga kesehatan mental remaja. Sebagai tenaga medis kita harus lebih sering memberikan penyuluhan tentang menjaga kesehatan mental remaja, baik pada remaja maupun keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Peran Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Pada Remaja di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Metode deskriptif tersebut bertujuan untuk mendeskripsikan (memaparkan) peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini (Nursalam, 2011). Tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui peran keluarga dalam Menjaga Kesehatan Mental pada remaja usia 15 – 18 tahun di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. Populasi dalam penelitian ini : semua anggota keluarga yang memiliki remaja usia 15 – 18 tahun Di Dusun

Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri sejumlah 32 orang. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah Total *Sampling*. Total *sampling* adalah teknik *sampling* dengan pengambilan jumlah sampel sama dengan populasi (Nursalam, 2015). Tempat penelitian di Di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri dan Waktu penelitian 4 Desember 2023 – 4 Januari 2024.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri Tanggal 4 Desember 2023 – 4 Januari 2024.

No	Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	5	15,7
b	Perempuan	27	84,3
	Usia		
a	47-53Tahun	10	31,25
	>53 Tahun	22	68,75
w	Pendidikan Terakhir		
	SD	22	68,75
a	SMP	10	31,25
	Hubungan Remaja		
h	Ayah	5	15,7
	Ibu	27	84,3
i	Mendapat Informasi		
	Mendapat	7	21,9
n	Tidak Mendapat	25	78,1
	Pekerjaan		
i	Petani	5	15,7
	Pedagang	6	18,7
	PNS	7	21,9
	Swasta	14	43,7
Jumlah		32 responden	100%

Tabel 2. Peran Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Pada Usia 15 – 18 Tahun Di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri Tanggal 4 Desember 2023 – 4 Januari 2024.

No	Kriteria	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Baik	27 responden	84,3
2	Cukup	5 responden	15,7
3	Kurang	0 responden	0
Jumlah		32 responden	100%

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian Peran Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental Pada Remaja Usia 15 – 18 Tahun di Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri, didapatkan tabel 2 dari 32 responden menunjukkan bahwa hampir seluruh dari responden yaitu 27 responden (84,3%) memiliki peran yang baik dalam menjaga kesehatan mental pada remaja, sebagian kecil dari responden yaitu 2 responden (15,7%) memiliki peran yang cukup dalam menjaga kesehatan mental pada remaja, dan tidak ada satupun dari responden yang memiliki peran kurang dalam menjaga kesehatan mental pada remaja.

Kesehatan mental adalah individu yang terbebas dari gejala psikiatri atau penyakit mental, terwujudnya keharmonisan antar fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan atas kemampuan dirinya, kemampuan yang dimiliki untuk menyesuaikan diri antar manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat (Bukhori, 2006). Peran keluarga adalah tingkah laku spesifik yang diharapkan oleh seseorang dalam konteks keluarga. Jadi, peranan keluarga menggambarkan seperangkat perilaku interpersonal, sifat, kegiatan yang berhubungan dengan individu dalam posisi dan situasi tertentu (Setiadi, 2008).

Kesehatan mental pada remaja telah menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan di tengah – tengah masyarakat, kurangnya tenaga kesehatan di bidang mental seperti halnya mental *healt konselor*, psikiater dan psikolog yang membuat keluarga salah mengambil keputusan dalam menangani gangguan mental pada remaja. Adanya pengaruh lingkungan baik lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat bisa juga membuat remaja mengalami perubahan. Adanya tanda-tanda perubahan sikap ataupun perilaku remaja biasanya keluarga membawa berobat ke dukun, paranormal dan pemuka agama yang seharusnya langsung di bawa ke Tenaga Kesehatan. Dimana keluarga mempunyai peran penting dalam menjaga kesehatan mental remaja.

Apabila Peran keluarga mengalami kendala terkait hubungan dengan remaja kurang baik akan dapat berdampak pada Kesehatan mental remaja. Kedekatan keluarga terhadap remaja akan membentuk suatu karakter positif.

Berdasarkan hasil penelitian dari 32 responden sebagian kecil responden yaitu 5 responden (15,7%) mempunyai peran yang cukup dalam menjaga kesehatan mental pada remaja. Hal ini dapat dipengaruhi faktor pendidikan, lebih dari setengah responden memiliki pendidikan terakhir SD sebanyak 22 responden (68,75%). Hasil penelitian Lestari Dwi & astuti, (2017) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sebelum dan sesudah diberikan informasi. Sejalan pula dengan Pengetahuan Mubarak, (2009). Menyatakan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah juga mereka menerima informasi sehingga semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya. Pendidikan memiliki peran dalam proses pengembangan diri manusia, sehingga erat kaitannya dengan reaksi serta pembuatan keputusan terhadap suatu.

Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan dapat menjalankan perannya dengan baik dapat memiliki banyak informasi dan memiliki kebiasaan-kebiasan baik dalam kesehariannya yang dapat ditiru atau dicontoh oleh remaja sehingga dapat menunjang kesehatan mental pada remaja dan bisa menyesuaikan peranan menjaga kesehatan mental pada remaja. Namun bukan berarti apabila seseorang memiliki pendidikan yang rendah tidak dapat menjalankan perannya dengan baik. Saat seseorang yang berpendidikan rendah dapat berinteraksi baik dengan sekitar, maka akan sangat membantu seseorang tersebut menjalankan perannya dan pada orang tua yang berpendidikan rendah pada umumnya sangat

bersemangat dalam mendidik memotifasi dan mengrahkan anaknya atau remaja agar kelak remaja dapat menjadi orang yang berguna di masa depan.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi peran keluarga dengan kriteria cukup adalah pernah tidaknya mendapat informasi tentang kesehatan mental. Dalam penelitian ini diantara 12 responden (54,6%) yang memiliki kriteria cukup lebih dari setengah responden tidak mendapat informasi tentang kesehatan mental. Hal ini sesuai dengan teori informasi, informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya (Budiman & Riyanto, 2013).

Pada orang tua yang memiliki sedikit informasi tentang cara menjaga kesehatan mental pada remaja tentunya akan mengakibatkan sulitnya orang tua dalam menjaga kesehatan mental pada remaja, informasi tidak hanya di dapat dari tenaga kesehatan namun bisa di akses melalui media cetak dan elektronik namun harus mengakses di media cetak dan media elektronik yang *kredibel* semakin banyak informasi yang disediakan di handphone tentang kesehatan mental maka semakin sering pula masyarakat memperoleh informasi tersebut yang kemudian pula dapat disebarkan ke keluarga ataupun teman sehingga dapat menambah wawasan tentang kesehatan mental.

Berdasarkan hasil penelitian dari 32 responden hampir seluruh responden yaitu 27 responden (84,3%) mempunyai peran yang baik dalam menjaga kesehatan mental pada remaja. Hal ini dapat di pengaruhi oleh faktor jenis kelamin hampir seluruh responden yaitu 27 responden (84,3) Berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, (2012) dalam karya tulisnya hasil analisis data menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih rendah pengetahuannya dibandingkan dengan laki-laki yang lebih tinggi.

Pada dasarnya seorang perempuan yang berperan sebagai ibu akan cenderung di rumah dan sering berinteraksi dengan remaja sehingga dapat memantau perubahan-perubahan anak sehingga dapat lebih mudah menjaga kesehatan mental pada remaja namun tidak menutup kemungkinan karena seorang laki-laki cenderung berpengetahuan tinggi sehingga dapat menerapkan pengetahuannya untuk menjaga kesehatan mental pada remaja, namun harus ada kontribusi oleh seluruh anggota keluarga dalam menjaga kesehatan mental pada remaja, akan tetapi berdasarkan penelitian ini jenis kelamin tidak mempengaruhi peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental pada remaja dimana tingkat pengetahuan mereka imbang atau sama.

Faktor kedua yang mempengaruhi kriteria peran baik adalah hubungan dengan remaja. Dimana dalam penelitian ini 27 responden (84,3%) memiliki peran baik hampir seluruh responden 11 memiliki hubungan sebagai ibu. Hasil penelitian yang di lakukan fatayati (2016). Peran perempuan sebagai seorang ibu dan juga pekerja menuntut berbagai tugas dari kedua peran tersebut. Peranan ibu di dalam keluarga sangat penting, terutama dalam pengasuhan remaja. Kerja keras orang tua untuk membahagiakan remaja, dalam sudut pandang remaja menjadi orang tua yang tidak memerhatikan serta memerdulikan remaja. Perbedaan sudut pandang ini membutuhkan komunikasi agar tidak terjadi kesalahpahaman antara ibu dengan remaja.

Kedekatan keluarga terhadap remaja akan membentuk suatu karakter positif. Hal ini dapat diartikan bahwa peran ibu dalam anggota keluarga tersebut sangat dibutuhkan karena ibu cenderung menghabiskan waktunya di rumah sehingga dapat mementau perubahan-perubahan anaknya, ibu akan sering berinteraksi dengan anak sering berkomunikasi dan bertukar pikiran sehingga menunjang kesehatan mental pada remaja, namun bukan berarti peran ayah tidak dibutuhkan hanya saja biasanya dalam struktur anggota keluarga seorang ayah sering bekerja diluar rumah atau waktunya banyak di luar, sehingga kurang bisa menjaga kesehatan mental pada remaja namun tidak menutup kemungkinan ayah akan dekat

dengan remaja karena ayah akan memanfaatkan waktunya yang sedikit untuk lebih fokus kepada remaja sehingga dapat menjaga kesehatan mental pada remaja .

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi kriteria baik adalah usia .Dalam penelitian ini 27 responden (84,3%) memiliki kriteria baik sebagian kecil responden adalah usia >53 tahun sebanyak 22 responden (68,75%). Sesuai dengan teori kematangan usia, usia memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, dimana semakin bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin banyak (Fitriani dan Andriyani, 2015).

Peran sangat erat kaitannya dengan usia. Semakin bertambah usia diharapkan semakin mengerti pula peran yang bagaimana yang dapat mencegah terjadinya gangguan pada mental remaja akan tetapi orang tua cenderung kolot dan konservatif, namun semakin muda usia orang tua akan semakin banyak memiliki cara yang modern dalam memantau kegiatan anaknya dan cenderung akan mencari informasi melalui media elektronik sehingga dapat menjaga kesehatan mental pada remaja namun karena sedikitnya pengalaman akan membuat orang tua kesulitan dalam mengimplementasikan tindakan-tindakan .Dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa peran orang tua sangat berpengaruh pada proses menjaga kesehatan mental pada remaja.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi kriteria baik adalah pekerjaan. Dalam penelitian ini 27 responden (84,3%) memiliki kriteria baik hampir separuh adalah pedagang sebanyak 6 responden (18,7%). Didukung dari penelitian Sri Susanti, (2001), Peran dalam keluarga tercermin dari adanya hubungan antara orang tua dan anak. Saat kedua-dukan orang tua yang sama-sama bekerja dan memiliki anak menuntut waktu yang lebih besar dalam keluarga, maka orang tua akan mengalami kesulitan untuk dapat membagi waktu dalam bekerja.

Pekerjaan menjadi salah satu faktor yang menjadikan responden memiliki peran baik dalam menjaga kesehatan mental pada remaja. Seperti dijelaskan diatas bahwa, saat seseorang tersebut memiliki pekerjaan diluar rumah maka dapat diketahui bahwa seseorang tersebut tidak dapat mengambil peran aktif didalam menjaga kesehatan mental pada remaja. Hal ini terjadi karena terdapat kesibukan dan faktor penghambat lain didalam pekerjaan, namun bukan berarti seseorang tersebut tidak dapat berperan dalam menjaga kesehatan mental pada remaja, pada umumnya semakin rendah pekerjaan orang tua semakin mengalami kelemahan dalam memberikan / cara mendidik anak remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar dari responden memiliki peran yang baik dalam menjaga kesehatan mental pada remaja di Wilayah RT 003 RW 001 Dusun Sumberbendo Desa Sumberbendo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri.

Penelitian ini merupakan pengalaman proses belajar khususnya di bidang Keperawatan Keluarga dan Metodologi Penelitian. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sarana berfikir ilmiah dan dapat menambah wawasan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya tentang peran keluarga dalam mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Di harapkan responden untuk lebih kooperatif mencari informasi dalam menjaga kesehatan mental pada remaja baik bertanya dengan keluarga, tetangga, tenaga kesehatan, perangkat desa setempat serta bias melalui handphone, TV, radio, koran atau media, dan tidak hanya sekedar tau tetapi juga harus di terapkan sebagai salah satu upaya dalam mengontrol tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

Bukhori, B. (2006). Kesehatan mental mahasiswa ditinjau dari religiusitas dan kebermaknaan

- hidup. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 11(22), 93–106.
- Gunatirin, E. Y. (2018). *Kesehatan Mental Anak dan Remaja*.
- Burlian, Paisol. 2016. *Patologi Sosial*. Jakarta : Bumi Aksara
- Effendy, Nasrul. 1998. *Dasar-Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat Edisi 2*. EGC: Jakarta.
- Fahrudin, Adi. (2012). *Keberfungsian Keluarga: Pemahaman Konsep dan Indikator Pengukuran dalam Penelitian*. 17(2).
- Hidayat, 2007, *Metode Penelitian Keperawatan dan teknik Analisa Data*., Penerbit Salemba medika
<http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/> (Diakses September, 2022)
- Moore, K. A. & Vandivere, S. (2005). *Longitudinal indicators of the social context of families: Beyond the snapshot*.
- Mubarak, W, I & Chayatin, N (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* : Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka
- Nursalam (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* : Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan raktis*.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestari (Ed.); 4th Ed.). Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.Cet. 2. Jakarta: Salemba Medika
- Padila. (2012). *Buku Ajar: Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Palmer A. (2005). *Simple Guide Tekanan Darah Tinggi*. Alih bahasa dr Elizabeth Yasmine. Editor Rina Astikawati ,Amalia Safitri. Jakarta : Erlangga
- Palmer, A. dan Williams, B. 2007. *Simple Guides Tekanan Darah Tinggi*. EGC. Jakarta
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskasdas%202018.pdf – Diakses SEPTEMBER 2023
- Samani Muchlas, 2011 *Pendidikan Karakter, Bandung* : Remaja Rosdakarya
- Santrock, John W. 2007. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga
- Samani Muchlas, 2011 *Pendidikan Karakter, Bandung* : Remaja Rosdakarya
- Sarwono, Sarlito Wirawan. 2002. *Psikologi Lingkungan*. Jakarta : Grasindo
- Setiadi. (2013). *Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan* (Ed.2) Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setiadi. 2008. *Konsep Dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Silalahi, Karlinawati & Eko A Meinarno (Ed). (2010). *Keluarga Indonesia: Aspek dan dinamika zaman*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Singarimbun, M & Effendi, S. (2011). *Metode Penelitian Survai*. Jakarta: LP3S.
- Soekanto, Soerjono, 2002, *Teori Peranan*, Jakarta, Bumi Aksara.
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.



- Sugiyono, 2013, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA)
- Sugiyono. (2014) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sujarweni, Wiratna. 2015. *SPSS Untuk Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Sumiati dkk. 2009. *Kesehatan Jiwa Dan Konseling*. Jakarta : Trans Info Media
- Wade, Carole & Carol Tavriss. 2007. *Psikologi* . Jakarta : Erlangga
- Zakiah, Daradjat. 1975. *Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental*. Jakarta : Bulan : Bintang