

Pengantar

Manusia memiliki beberapa periode perkembangan selama rentang kehidupannya. Salah satu periode yang dialami manusia adalah masa remaja. Remaja merupakan sebuah masa yang merujuk pada saat seseorang berpindah dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Permulaan masa remaja dapat diidentifikasi melalui usia biologis, perubahan fisik, serta usia sosial seorang individu (Kimmel & Weiner, 1995).

Remaja memiliki beberapa karakteristik yang berbeda dengan periode perkembangan lainnya. Cobb (1992) mengungkapkan bahwa remaja memiliki kondisi emosional yang lebih bergejolak jika dibandingkan dengan orang dewasa. Remaja dapat merasakan lebih banyak emosi dibandingkan dengan periode perkembangan lainnya. Selain itu, pada rentang usia 12-16 tahun biasanya para remaja memulai untuk menjalin hubungan lebih luas dan tidak hanya terbatas pada teman yang berjenis kelamin sama, namun juga kepada lawan jenisnya. Oleh karena itu, sudah semestinya remaja memiliki kemampuan mengelola emosi dan menjalin hubungan interpersonal yang baik.

Berbagai perubahan yang terjadi pada remaja nyatanya tidak selalu dapat diatasi dengan baik oleh remaja tersebut. Beberapa di antaranya bahkan ada yang memutuskan untuk melakukan bunuh diri. Beberapa saat yang lalu, Tribunnews Jogja memberitakan bahwa terdapat kasus bunuh diri seorang remaja asal Kabupaten Kulon Progo yang diduga depresi karena diputus oleh kekasihnya (Nugraha, 29 Januari 2018). Remaja tersebut bunuh diri dengan cara menggantungkannya pada seutas tali yang diikatkan di atap dapur rumahnya.

Remaja tersebut merasa tidak diterima karena diputuskan secara sepihak oleh kekasihnya. Kemampuan regulasi emosi dan resolusi konflik yang kurang baik mendorong remaja tersebut mengakhiri hidupnya dengan cara gantung diri.

Pada kenyataannya, fenomena bunuh diri salah satunya disebabkan oleh depresi. Beberapa tekanan emosional maupun konflik personal dapat menjadi pemicu dari depresi itu sendiri (Santrock, 2002). Aditomo dan Retnowati (2004) mengungkapkan bahwa salah satu penyebab dari depresi adalah kebiasaan orangtua yang mengkritik dan mencela kesalahan yang dilakukan oleh anak. Darmayanti (2008) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat depresi berbeda antara laki-laki dan perempuan, di mana perempuan lebih rentan untuk mengalami depresi dibandingkan dengan laki-laki.

Depresi merupakan sebuah gangguan psikologis yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Beck dan Alford (2009) mengungkapkan bahwa depresi dapat disebabkan karena beberapa faktor, seperti faktor perkembangan, gangguan kepribadian, stresor psikologis, gangguan penyerta, faktor biologis, serta faktor kognitif. Terlebih, pada remaja yang memiliki kondisi emosi dan kontrol diri yang belum stabil. Keluarga sebagai sistem terkecil di masyarakat memiliki peranan besar dalam kemungkinan munculnya depresi pada remaja. Rhode, Seeley, Klein, dan Gotlib (dalam Durand & Barlow, 2016) mengungkapkan bahwa depresi dapat muncul pada remaja karena beberapa faktor, seperti faktor keturunan apabila dalam anggota keluarga ada yang mengalami depresi, individu dengan jenis kelamin perempuan, serta konflik dengan orangtua.

Selain konflik dengan orangtua, hubungan antara remaja dan orangtua juga dapat memprediksi kemunculan gangguan psikologis termasuk depresi pada remaja. Kelekatan dan hubungan antara orangtua dan anak menjadi sebuah kunci dalam membangun kesiapan kondisi mental atau psikologis anak. Nolen dan Hoeksema (2004) mengungkapkan bahwa gangguan psikologis yang dialami seorang individu disebabkan karena model kelekatan dan hubungan dengan pengasuhnya. Terkadang model-model kelekatan dan hubungan tertentu dapat mempengaruhi perilaku individu yang kurang sehat.

Kelekatan juga sering kali diidentifikasi sebagai hubungan emosional yang terbentuk antara ibu dengan anak terutama pada masa awal kehidupan (Ainsworth, 1978). Namun, pola kelekatan yang dibentuk ibu pada masa anak-anak juga akan terus berkembang hingga seorang individu menginjak masa remaja, bahkan dewasa. Rice (1990) mengungkapkan bahwa kelekatan pada remaja memiliki keterikatan dengan tingkat kompetensi sosial, fungsi interpersonal, serta kepuasan dalam hidup.

Pada dasarnya, kelekatan dengan ibu dapat dibagi menjadi dua, yaitu kelekatan aman dan kelekatan tidak aman. Kelekatan aman dengan ibu menurut Ainsworth (Holmes, 1993) merupakan keadaan di mana seorang ibu dapat memberikan rasa aman terhadap anaknya. Pola kelekatan ini dapat berkembang hingga seorang individu memasuki usia remaja. Helmi (1999) mengungkapkan bahwa kelekatan aman yang terjalin antara ibu dengan remaja memiliki hubungan yang signifikan terhadap konsep diri yang tinggi. Individu yang memiliki kelekatan aman dengan ibunya memiliki skema dan pandangan positif mengenai

dirinya. Selain itu, kelekatan aman juga memiliki dampak terhadap perasaan aman dan nyaman pada remaja. Penelitian Rice dan Dolgin (2008) mengungkapkan bahwa seorang remaja yang memiliki kelekatan aman dengan orangtua, khususnya ibu, cenderung lebih terampil dalam beradaptasi, memiliki harga diri yang tinggi, serta cenderung terhindar dari risiko memiliki permasalahan perilaku dan psikologis.

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan di atas, maka dapat diketahui bahwa hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara kelekatan aman dengan ibu dan kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X. Remaja yang memiliki skor kelekatan aman dengan ibu yang tinggi akan memiliki kecenderungan depresi yang rendah. Sedangkan remaja yang memiliki skor kelekatan aman dengan ibu yang rendah akan memiliki kecenderungan depresi lebih tinggi.

Metode Penelitian

A. Responden Penelitian

Penelitian ini melibatkan responden remaja di Kabupaten X. Kriteria responden dalam penelitian ini meliputi remaja dengan kisaran usia antara 12 – 22 tahun, berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, dan berdomisili di Kabupaten X.

B. Metode Pengumpulan Data

1. Skala Depresi

Skala depresi yang digunakan dalam penelitian merupakan skala *Beck Depression Inventory II* yang mengacu pada teori milik Beck, Steer, dan Brown (1976). Skala depresi terdiri dari 20 aitem yang menggambarkan gejala-gejala pada depresi.

2. Skala Empati

Skala kelekatan aman dengan ibu yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh penulis dengan mengacu pada teori milik Armsden dan Greenberg (1987). Skala kelekatan aman dengan ibu terdiri dari 27 aitem dengan aitem *favorable* berjumlah 14 aitem dan aitem *unfavorable* berjumlah 13 aitem.

C. Metode Analisis Data

Data dalam penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov* untuk menguji normalitas, analisis regresi untuk menguji linearitas, dan *Spearman* untuk menguji hipotesis. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program komputer *IBM Statistical Package for Sosial Science* (SPSS) 25.

D. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Penelitian

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Xmin	Xmax	Rata-rata	SD	Xmin	Xmax	Rata-rata	SD
Depresi	0	60	30	10	0	52	10,12	7,9
Kelekatan aman dengan ibu	27	135	94,5	18	45	147	118,5 7	18,2

2. Hasil Uji Normalitas

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistik	Signifikansi	Keterangan
Depresi	0,102	0,078	Normal
Kelekatan aman dengan ibu	0,105	0,060	Normal

Hasil uji normalitas pada variabel depresi memiliki nilai signifikansi $p = 0,078$. Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data variabel depresi terdistribusi secara normal. Hasil uji normalitas pada variabel kelekatan aman dengan ibu menunjukkan bahwa nilai signifikansi $p = 0,060$. Nilai signifikansi tersebut diketahui bahwa nilai $p > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data variabel kelekatan aman dengan ibu terdistribusi secara normal.

3. Hasil Uji Linearitas

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	p	Keterangan
Depresi dan kelekatan aman dengan ibu	68,215	0,000	Linier

Tabel 3 menjelaskan hasil uji linearitas pada variabel depresi dan kelekatan aman dengan ibu yang memiliki nilai signifikansi 0,000. Hasil uji linearitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data antara variabel depresi dan kelekatan aman dengan ibu menunjukkan hubungan yang linier.

4. Hasil Uji Hipotesis

Tabel 4. Hasil Uji Hopitesis

	Pearson Correlation	Signifikansi	N
Depresi dan kelekatan aman dengan ibu	-0,675	0,000	68

Tabel 4 menunjukkan hasil uji hipotesis bahwa hubungan antara variabel depresi dan kelekatan aman dengan ibu memiliki nilai korelasi (r) = -0,675 dengan signifikansi sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kelekatan aman dengan ibu dan kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X. Berdasarkan nilai korelasi antara depresi dan kelekatan aman dengan ibu, dapat diketahui bahwa sumbangan penelitian ini sebesar $(-0,675)^2 \times 100\% = 45,5625\%$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kelekatan aman dengan ibu memiliki sumbangan sebesar 45,6% terhadap munculnya depresi pada

remaja di Kabupaten X. Berdasarkan hasil uji hipotesis tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima.

5. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Peneliti melakukan analisis tambahan berupa uji beda berdasarkan jenis kelamin untuk melihat perbedaan kecenderungan depresi yang terjadi antara perempuan dan laki-laki. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan *independent t-test* karena melihat data penelitian yang terdistribusi secara normal.

Tabel 5

Hasil Uji Beda Variabel Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Rerata	t	p	Keterangan
Perempuan	11,75	-1,825	0,124	Homogen
Laki-laki	8,28			

Tabel 15 menunjukkan bahwa kecenderungan depresi pada remaja yang berjenis kelamin laki-laki memiliki rerata yang lebih rendah dibandingkan dengan perempuan, namun tidak signifikan ($p > 0,05$).

6. Uji Beda Berdasarkan Kecamatan

Peneliti melakukan analisis tambahan berupa uji beda berdasarkan kecamatan untuk melihat perbedaan kecenderungan depresi yang terjadi pada kecamatan-kecamatan yang berada di Kabupaten X. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan *one way anova* karena melihat data penelitian yang terdistribusi secara normal.

Tabel 16

Hasil Uji Beda Variabel Depresi Berdasarkan Kecamatan

Jenis Kelamin	Rerata	t	p	Keterangan
Kecamatan Pg	10,20	0,829	0,441	Homogen
Kecamatan Pj	10,23			
Kecamatan K	9,69			

Tabel 16 menunjukkan bahwa kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X memiliki rerata yang berbeda di setiap kecamatannya, namun tidak signifikan ($p > 0,05$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X, khususnya di Kecamatan Pg, Kecamatan Pj, serta Kecamatan K.

Pembahasan

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara kelekatan aman dengan ibu dan kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X. Peneliti melakukan analisis data setelah proses pengambilan data di tiga kecamatan yang mewakili Kabupaten X dan melibatkan 68 subjek. Hasil analisis data menunjukkan nilai $r = -0,675$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa hipotesis penelitian ini terbukti, di mana terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kelekatan aman dengan ibu dan kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai korelasi r bernilai negatif, artinya hubungan antara variabel kelekatan aman

dengan ibu dan variabel depresi bersifat negatif. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi skor kelekatan aman dengan ibu, maka kecenderungan depresi semakin rendah. Sebaliknya, apabila skor kelekatan aman dengan ibu semakin rendah, maka tingkat kecenderungan depresi semakin tinggi. Kelekatan aman dengan ibu memiliki sumbangan sebesar 45,6% terhadap munculnya depresi pada remaja di Kabupaten X.

Ibu sebagai pengasuh utama sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikologis anak. Ibu yang dapat mengembangkan pola kelekatan aman dengan anak akan berdampak positif pada perkembangan psikologis anak serta dapat menghindarkan anak dari berbagai gangguan psikologis. Hal tersebut disebabkan oleh adanya kepercayaan dan kehangatan yang diberikan oleh ibu kepada anak, serta komunikasi yang sehat antar kedua pihak (Armsden & Greenberg, 1987). Ketika ibu mengembangkan perilaku-perilaku tersebut, anak akan merasa aman dan memiliki tempat berlindung ketika merasa terancam.

Meskipun kelekatan aman dikembangkan sejak masa kanak-kanak, hal tersebut ternyata juga dapat mempengaruhi fase kehidupan anak selanjutnya, seperti remaja. Seperti penelitian Larasati dan Desiningrum (2017) yang menyatakan bahwa ibu yang dapat mengembangkan pola kelekatan aman dengan remaja dapat membantu remaja mengembangkan pola regulasi emosi yang baik dalam kehidupannya. Remaja akan melihat dan menirukan perilaku ibunya ketika sedang menghadapi sebuah permasalahan. Ibu yang mengembangkan kelekatan aman dengan anak akan cenderung membantu anak menemukan jalan keluar atas permasalahan yang dihadapi melalui komunikasi dua arah. Namun di samping itu,

ibu juga mulai menanamkan rasa percaya kepada remaja untuk mengambil keputusan dan mendukung langkah apa yang diambil remaja untuk mengatasi permasalahannya. Selain itu, kelekatan aman yang diberikan oleh ibu akan membantu remaja membentuk skema positif mengenai kehidupan serta lingkungan yang dihadapinya. Remaja dapat belajar meregulasi emosi dari permasalahan yang dihadapinya dari ibu sebagai pengasuh utamanya. dukungan serta rasa percayanya kepada remaja dalam mengatasi permasalahannya. Sehingga, remaja dapat lebih bijak dalam menghadapi permasalahannya serta dapat meminimalisir terjadinya gangguan psikologis seperti depresi.

Hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa semakin rendah kelekatan aman antara ibu dan remaja akan meningkatkan risiko depresi sejalan dengan penelitian milik Shaw dan Dallos (2005) yang menyatakan bahwa rendahnya kelekatan aman yang terjadi di masa kanak-kanak dapat meningkatkan kerentanan remaja untuk mengalami permasalahan emosi, salah satunya adalah depresi. Hasil penelitian milik Difillipo dan Overholser (2000) menyatakan bahwa remaja yang mengembangkan pola kelekatan tidak aman dengan ibu cenderung lebih rentan untuk mengalami depresi dan memiliki ide bunuh diri. Kelekatan aman yang rendah antara remaja dan ibu akan memicu timbulnya konflik. Menurut Rhode, Seeley, Klein, dan Gotlib (Durrand & Barlow, 2016), konflik yang terjadi antara ibu akan mempengaruhi remaja mengembangkan skema negatif dalam menyelesaikan masalah, sehingga remaja menjadi kurang adaptif dalam proses penyelesaian masalah yang dapat berujung pada munculnya gejala-gejala depresi pada remaja.

Peneliti melakukan wawancara dengan anggota karang taruna di masing-masing kecamatan. Hasil wawancara di ketiga kecamatan tersebut menunjukkan bahwa terdapat kasus remaja yang menunjukkan gejala depresi, seperti mengurung diri di kamar, turunnya intensitas berinteraksi dengan orang lain, sedih yang berkelanjutan, melakukan gerakan mogok makan, hingga melakukan percobaan bunuh diri.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti di Kecamatan K menunjukkan bahwa remaja yang menunjukkan gejala-gejala depresi tersebut disebabkan oleh hubungan antara remaja dengan ibunya yang kurang lekat. Ibu dari remaja tersebut kurang percaya dengan segala keputusan yang diambil oleh anaknya. Ibu menganggap bahwa apa yang dilakukan anaknya tidak akan berjalan dengan lancar. Selain itu, ibu juga mengembangkan pola asuh yang cenderung otoriter dan melibatkan kekerasan. Saat remaja tersebut menunjukkan gejala-gejala depresi pun, ibunya sudah tinggal terpisah darinya karena tuntutan pekerjaan.

Wawancara yang dilakukan peneliti juga menunjukkan kemiripan kasus di Kecamatan Pj. Responden wawancara menyebutkan bahwa terdapat kasus remaja yang menunjukkan gejala-gejala depresi. Hal tersebut disebabkan oleh perceraian kedua orangtuanya yang mengakibatkan remaja tersebut tidak tinggal lagi bersama ibu dan cenderung diasingkan oleh ibunya sendiri. Remaja tersebut merasa sedih berkelanjutan yang mengakitkannya mengurung diri di kamar dan melukai dirinya sendiri. Remaja tersebut merasakan kesedihan yang sangat intens namun tidak memiliki tempat berlindung yang dapat memberikannya rasa aman,

sehingga remaja tersebut melukai dirinya sendiri untuk mengalihkan rasa sedihnya.

Cobb (1992) menyatakan bahwa individu yang sedang dalam masa remaja akan lebih sensitif dalam merasakan emosi. Remaja akan merasa lebih bergejolak karena remaja dapat merasakan lebih banyak emosi dibandingkan dengan individu pada fase perkembangan lain. Oleh sebab itu, remaja perlu belajar mengenal bagaimana cara meregulasi emosi yang baik agar tidak menimbulkan masalah psikologis, seperti depresi, kecemasan, maupun gangguan lain. Remaja dapat mempelajari cara meregulasi emosi dari ibunya. Oleh karena itu, dibutuhkan pola kelekatan aman antara ibu dan remaja untuk membantu remaja membentuk skema positif dan belajar menemukan resolusi permasalahannya dengan baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata tingkat depresi pada remaja perempuan lebih tinggi jika dibandingkan dengan remaja laki-laki meskipun tidak signifikan. Tingkat depresi pada remaja perempuan di Kabupaten X memiliki rerata sebesar 11,75 sedangkan pada remaja laki-laki sebesar 8,28. Menurut Gotlib dan Hammen (2009), tingkat depresi yang lebih tinggi pada remaja perempuan disebabkan karena beberapa faktor, seperti faktor biologis, psikologis, serta interpersonal. Remaja perempuan lebih rentan terhadap depresi karena adanya perubahan hormonal selama masa pubertas, seperti munculnya hormon estradiol dan progesterol. Selain itu, remaja perempuan juga dianggap lebih rentan karena kurang asertif terhadap permasalahan yang dihadapinya dan cenderung lebih memilih untuk diam jika dibandingkan dengan remaja laki-laki. Remaja

perempuan juga lebih rentan menderita depresi karena memiliki kebutuhan untuk diakui lebih tinggi jika dibandingkan dengan laki-laki.

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten X yang melibatkan tiga kecamatan berbeda, yaitu kecamatan Pg, Kecamatan Pj, serta Kecamatan K. berdasarkan hasil uji beda, diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada tingkat depresi di tiga kecamatan tersebut. Rerata tingkat depresi di Kecamatan Pg sebesar 10,20 dan Kecamatan Pj sebesar 10,23. Sedangkan untuk Kecamatan K memiliki rerata tingkat depresi pada remaja sebesar 9,69. Meskipun tidak terdapat perbedaan yang signifikan, hasil olah data tersebut sesuai dengan data yang dimiliki oleh Dinas Kesehatan Kabupaten X yang menyatakan bahwa Kecamatan Pj memiliki tingkat depresi paling tinggi. Kecamatan Pg menduduki posisi kedua dalam tingkat banyaknya penderita depresi di Kabupaten X. Sedangkan untuk Kecamatan K memang dilaporkan memiliki tingkat kasus depresi lebih rendah dibandingkan Kecamatan Pj dan Kecamatan Pg.

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten X sebagai salah satu kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta yang memiliki tingkat gangguan jiwa berat terbesar. Subjek diambil di tiga kecamatan yang memiliki tingkat depresi paling tinggi, sehingga data yang dianalisis dapat mencerminkan kondisi remaja di Kabupaten X. Namun, penelitian ini juga memiliki kekurangan. Kekurangan dari penelitian ini adalah banyaknya subjek yang gugur karena pengawasan yang kurang intensif dari peneliti selama pengisian skala karena beberapa subjek mengisi skala secara bersama-sama sehingga peneliti kurang dapat meneliti satu per satu skala yang diberikan. Selain itu, peneliti kurang dapat mengontrol beberapa anggota karang

taruna yang berusia di luar karakteristik penelitian yang mengikuti forum pengambilan data, sehingga peneliti tetap memberikan kuesioner untuk diisi meskipun pada akhirnya kuesioner tersebut tidak dapat dianalisis.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kelekatan aman dengan ibu dan kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X. Hasil tersebut berarti bahwa semakin tinggi nilai kelekatan aman dengan ibu maka kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X semakin rendah. Sebaliknya, apabila nilai kelekatan aman dengan ibu semakin rendah maka kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X semakin tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima.

Saran

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun peneliti menyadari masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Remaja sebagai subjek penelitian diharapkan dapat lebih memahami faktor-faktor penyebab depresi, sehingga remaja dapat lebih sadar bagaimana mengelola kondisi psikologisnya agar terhindar dari depresi, misalnya dengan

meningkatkan asertivitas maupun dengan memperkuat dukungan sosial di lingkungan sekitarnya, khususnya keluarga dan teman sebaya.

2. Bagi Orangtua

Orangtua, khususnya ibu diharapkan dapat menerapkan pola kelekatan aman dengan anak hingga remaja, sehingga dalam proses perkembangannya, remaja dapat lebih adaptif dengan lingkungan dan kehidupannya. Ibu dapat memberikan kepercayaan, kehangatan, serta komunikasi dua arah dengan remaja. Hal tersebut dapat membantu remaja terhindar dari gangguan psikologi, termasuk depresi.

3. Bagi Pihak Terkait

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten X sebagai salah satu wilayah yang memiliki tingkat gangguan jiwa berat, termasuk depresi di Daerah Istimewa Yogyakarta. Peneliti berharap pihak-pihak terkait, seperti pemerintah dapat memiliki gambaran atas permasalahan di Kabupaten X, sehingga pemerintah dapat menentukan kebijakan yang sesuai dengan kondisi di Kabupaten X.

Pemerintah dapat membuat beberapa program alternatif untuk mengatasi permasalahan psikologis di Kabupaten X, misalnya dengan melakukan psikoedukasi mengenai pentingnya memahami kesehatan mental. Pemerintah juga dapat memberdayakan kader-kader di Puskesmas atau pun Posyandu agar dapat memahami persoalan kesehatan mental di lingkungannya beserta cara penanganannya yang tepat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya melihat salah satu faktor yang berhubungan dengan munculnya kecenderungan depresi pada remaja di Kabupaten X. Peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang sekiranya berhubungan atau memengaruhi depresi. Penelitian selanjutnya dapat meneliti prevalensi depresi pada tahap perkembangan lainnya, seperti masa kanak-kanak, dewasa, maupun lansia. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian di daerah-daerah lain yang juga dianggap memiliki tingkat depresi yang tinggi. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat meneliti tentang perbedaan gender terhadap prevalensi kemunculan depresi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal psikologi*, 31(1), 1-14.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment. A psychological study of the strange situation*. New York: Lawrence Erlbaum.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 16(5), 427-454.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the beck depression inventory-II*. San Antonio TX: Psychological Corporation.
- Cobb, N. J. (1992). *Adolescence: Continuity, change, and diversity*. Mayfield Publishing Co.
- Darmayanti, N. (2008). Meta-Analisis: Gender Dan Depresi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 35(2), 164-180.
- DiFilippo, J. M., & Overholser, J. C. (2000). Suicidal ideation in adolescent psychiatric inpatients as associated with depression and attachment relationships. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(2), 155-166.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2006). *Intisari psikologi abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gotlib, I. H., & Hammen, C. L. (Eds.). (2008). *Handbook of depression*. Guilford Press.
- Helmi, A. F. (1999). Gaya kelekatan dan konsep diri. *Jurnal Psikologi*, 26(1), 9-17.
- Holmes, J. (1993). *John bowlby and attachment theory*. London: Routledge.
- Nugraha, S. W. (29 Januari 2018). Pemuda di kulonprogo ini gantung diri setelah menerima SMS. Diakses pada 12 Maret 2018 dari <http://jogja.tribunnews.com/2018/01/28/sang-adik-pun-menjerit-melihat-kakaknya-tergantung-di-dapur>.

- Kimmel, D. C., & Weiner, I. B. (1995). *Adolescence: A developmental transition*. John Wiley & Sons Incorporated.
- Larasati, N. I. A., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara Kelekatan Aman dengan Ibu dan Regulasi Emosi Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Salatiga. *Empati*, 6(3), 127-133.
- Nolen-Hoeksema, S., & Rector, N. A. (2004). *Abnormal psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Rice, F. P., & Dolgin, K. G. (2008). *The adolescent: development, relationships, and culture*. Boston: Pearson Education Inc.
- Rice, K. G. (1990). Attachment in adolescence: A narrative and meta-analytic review. *Journal of youth and Adolescence*, 19(5), 511-538.
- Santrock, J. (2002). *Perkembangan Masa Hidup Jilid II*. Jakarta: Erlangga.
- Shaw, S. K., & Dallos, R. (2005). Attachment and adolescent depression: The impact of early attachment experiences. *Attachment & human development*, 7(4), 409-424.

Identitas Peneliti

Nama Mahasiswa : Izzah Annisatur Rahma

Alamat Kampus : Jalan Kaliurang KM. 14.5, Umbulmartani,
Ngemplak, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa
Yogyakarta 55584

Alamat Rumah : Kauman 41/18 Bendungan, Wates, Kulon Progo,
Daerah Istimewa Yogyakarta

Nomor HP : 0813 2519 8757

Alamat Email : izzah.annisa@rocketmail.com
izzahannisa24@gmail.com