

## HUBUNGAN INTENSITAS KOMUNIKASI KELUARGA TERHADAP TINGKAT KESEHATAN MENTAL KELUARGA

Amnia Apriliana<sup>1,\*</sup>; Tuti Bahfiarti<sup>2</sup>, Jeanny Maria Fatimah<sup>3</sup>, Muh Wahyuddin Hardi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia; amniapriliana23@gmail.com

<sup>4</sup>Institut Teknologi dan Bisnis Arungpalakka, Bone, Indonesia; wahyuddinhardi99@gmail.com

\*Correspondence : amniapriliana23@gmail.com

### ABSTRAK

Keluarga merupakan lingkungan pertama bagi interaksi anak, dan komunikasi yang efektif berperan penting dalam menyelesaikan masalah serta membangun kesehatan mental remaja. Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara intensitas komunikasi keluarga dengan tingkat kesehatan mental remaja di Kelurahan Layang. Menggunakan teknik *incidental sampling* dengan rumus Slovin, sampel penelitian terdiri dari 90 remaja. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur dan dianalisis menggunakan uji chi-square pada aplikasi SPSS. Hasil menunjukkan hubungan signifikan antara intensitas komunikasi keluarga dan kesehatan mental remaja ( $p\text{-value } 0,001 < 0,05$ ). Intensitas komunikasi yang tinggi, ditandai dengan frekuensi dan keteraturan interaksi antara orang tua dan anak, berkorelasi dengan peningkatan pemahaman timbal balik, kedekatan emosional, dan penguatan hubungan. Temuan ini menegaskan bahwa komunikasi keluarga yang konsisten dan bermakna berperan krusial dalam mendukung kesehatan mental remaja. Penelitian ini merekomendasikan perlunya peningkatan kesadaran orang tua tentang pentingnya komunikasi rutin untuk membangun ketahanan mental anak.

### Kata kunci

*Intensitas Komunikasi, Kesehatan Mental, Remaja*

### ABSTRACT

The family serves as the primary environment for a child's development, where effective communication plays a critical role in resolving conflicts and fostering adolescent mental health. This study examines the relationship between family communication intensity and adolescent mental health levels in Kelurahan Layang. Using incidental sampling with Slovin's formula, 90 adolescents were selected as respondents. Data were collected through structured questionnaires and analyzed via chi-square test in SPSS. Results revealed a significant correlation between family communication intensity and adolescent mental health ( $p\text{-value} = 0.001 < 0.05$ ). High communication intensity—characterized by frequent and consistent parent-child interactions—correlated with improved mutual understanding, emotional closeness, and stronger familial bonds. These findings underscore the pivotal role of meaningful and regular family communication in enhancing adolescents' mental well-being. The study recommends increasing parental awareness of the importance of routine communication to strengthen children's mental resilience.

### Keywords

*Adolescents, Communication Intensity, Mental Health*

## Pendahuluan

Kehidupan manusia sangat erat kaitannya dengan komunikasi diantara keluarga. Namun, Sering kita melupakan bagaimana cara membangun komunikasi yang baik antara keluarga. Komunikasi keluarga memiliki tingkat ketergantungan yang sangat tinggi dan sekaligus sangat kompleks (Ruben, 2006). Keluarga adalah lingkungan pertama anak dalam berinteraksi maksudnya adalah didalam keluarga proses pendidikan dimulai. Melalui komunikasi, berbagai masalah yang terjadi dalam rumah tangga dapat diselesaikan bersama-sama. Walaupun banyak orang tahu tapi kadang komunikasi cuma dipahami sebagai cara penyelesaian masalah saja. Untuk mewujudkan kesehatan mental remaja, tidak bisa terlepas dari peran serta keluarga dan masyarakat dalam membina mental remaja (Prabandani, 2017).

Berdasarkan dari artikel jurnal "Pengaruh intensitas komunikasi orang tua dan anak terhadap sikap sosial siswa" mengatakan bahwa pendidikan keluarga fundament atau dasar pendidikan bagi anak. Hasil Pendidikan yang diperoleh anak dalam keluarga menentukan Pendidikan anak itu selanjutnya baik itu sekolah maupun masyarakat dalam menjalankan Pendidikan keluarga terhadap anak, orangtua mempunyai kewajiban utama untuk keluarganya seperti mencari nafkah, untuk pemenuhan kebutuhan hidupnya dengan bekerja tetapi, waktu yang dikasih kepada remaja menjadi kurang dalam memberikan kasih sayang, dan berkomunikasi, contohnya berperilaku akan menjadi kurang sehingga intensitas dalam komunikasi orang tua dan remaja menjadi kurang (Reza et al. 2022).

Menurut (WHO) *World Health Organization* mengatakan 10-20% anak-anak dan remaja di seluruh dunia mengalami masalah kesehatan mental dan setengah dari semua masalah kesehatan mental dimulai pada usia 14 tahun hingga pertengahan usia 20 tahun. Kemudian menurut Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey 2022*, 15,5 juta (34,9 persen) remaja mengalami masalah mental dan 2,45 juta (5,5 persen) remaja mengalami gangguan mental. Dari jumlah itu, baru 2,6 persen yang mengakses layanan konseling, baik emosi maupun perilaku.

Berdasarkan laporan tahunan, mencatat adanya peningkatan perhatian terhadap masalah sosial, khususnya terkait kesehatan mental remaja. Namun, permasalahan yang muncul adalah terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan mental kesehatan mental tanpa dukungan yang memadai tekhusus didaerah-daerah yang jauh dari akses kota. Tetapi, dikota besar juga, ketika sudah ada beberapa layanan psikologis di sekolah dan rumah sakit, realitanya tidak banyak remaja bisa mengaksesnya (BPS Kota Makassar, 2024). karena keterbatasan biaya dan ketidaktahuan mereka terhadap akses layanan yang ada menjadikan penghalang utama (Bahfiarti, 2016). Kondisi ini mengindikasikan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan aksesibilitas layanan kesehatan mental bagi remaja di Kota Makassar dan yang menjadi fokus wilayah peneliti yaitu kelurahan layang kecamatan Bontoala Kota Makassar.

Menurut Prabandani, L. (2017) Gangguan jiwa merupakan isu kesehatan masyarakat yang semakin mendapat perhatian di seluruh dunia. Di Indonesia, stigma dan ketidakpahaman tentang gangguan mental sering kali menghalangi individu untuk mencari bantuan. Contoh nyata yang terjadi di Kecamatan Bontoala Kota Makassar dapat dilihat pada kasus yang sempat viral pada September 2024 yakni seorang anak berinisial SA yang mengalami gangguan kejiwaan yang membuat dia bertindak diluar nalar sehingga melukai ibu kandungnya sendiri. Informasi berita dapat diakses di link berita <https://www.detik.com/sulsel/makassar/d-7563144/anak-bacok-ibu-kandung->

[di-makassar-diobservasi-kejiwaan-di-rs](#). Menurut info yang beredar SA diduga mengalami gangguan jiwa dikarenakan didikan orang tuanya yang terlalu keras sehingga anak-anaknya dilarang untuk bergaul keluar rumah.

Remaja kadang kala merasakan tekanan-tekanan dalam hidupnya seperti, konflik, dan perasaan yang terpinggirkan dari kehidupan orangbermasyarakat sehingga berakibat pada keadaannya yang seringkali malas untuk melakukan hubungan kepada orang tuanya lalu, akhirnya timbul permasalahan dalam keluarga (Fitria Yeni, dkk, 2018). Komunikasi antara orang tua dan remaja yang tidak harmonis membuat munculnya masalah depresi pada remaja dan remaja dapat mengalami lebih banyak stres, harapan yang tinggi dari orang tua dan ikatan orang tua remaja yang lebih lemah, semua hal ini yang meningkatkan kemungkinan mereka mengalami masalah mental (Kumowal, dkk 2022). Komunikasi keluarga, terutama yang dilakukan oleh orang tua, memegang peranan yang sangat penting dalam mengajarkan, melatih, serta membentuk karakter dan pola pikir anak. Selain itu, orang tua juga memiliki tanggung jawab untuk merawat dan mengasuh anak dengan penuh kasih sayang, guna menciptakan dasar yang kuat agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan keterampilan sosial dan emosional yang seimbang. Tanpa adanya komunikasi yang baik antara orang tua dan anak, orang tua mungkin tidak akan memahami keinginan anak mereka, sementara anak pun berharap orang tua mereka lebih terbuka. Ketika pola komunikasi yang salah terjadi, hal ini bisa menimbulkan kesalahpahaman. Untuk menghindari hal tersebut, orang tua sebaiknya membangun komunikasi yang efektif dengan anak mereka (Djayadin, 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Intensitas Komunikasi Keluarga Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Anak Remaja di Kecamatan Bontoala, Kota Makassar," sehingga penelitian ini akan menganalisis lebih mendalam tentang hal tersebut., penulis merumuskan masalah, yaitu : Bagaimana hubungan intensitas komunikasi keluarga terhadap tingkat kesehatan mental remaja Di Kelurahan Layang Kecamatan Bontoala Kota Makassar?

## Method

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Pendekatan ini berasal dari kerangka pemikiran atau gagasan para ahli serta pemahaman yang diperoleh melalui pengalaman penelitian, yang kemudian dikembangkan menjadi masalah-masalah yang perlu diselesaikan dan diuji kebenarannya (verifikasi) atau ditolak dengan dukungan data empiris dari lapangan (Ghozali, 2018). Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh penduduk di Kelurahan Layang yang berjumlah 8.814 jiwa, dengan kriteria remaja berusia 15-18 tahun yang berdomisili di Kelurahan Layang dan bersedia mengisi kuesioner. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin, mengingat populasi yang besar, dan rumus ini sangat sesuai untuk populasi besar serta dapat mewakili keseluruhan populasi remaja di Kelurahan Layang. Slovin merupakan salah satu metode penarikan sampel yang populer dalam penelitian kuantitatif, digunakan untuk menentukan jumlah sampel yang representatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan, serta perhitungannya tidak memerlukan tabel jumlah sampel (Sugiyono, 2017). Berikut adalah rumus Slovin untuk menentukan sampel.

$$\begin{aligned}n &= 8.814 / (1 + 8.814 (0,1)^2) \\ &= 8.814 / (1 + 8.814 (0,01)) \\ &= 8.814 / (1 + 88,14)\end{aligned}$$

$$=8.814/98,14$$

$$=89,81 \text{ atau } 90 \text{ sampel}$$

Data yang diperoleh dari narasumber dengan cara pengisian kuesioner secara sukarela dan peneliti menjaga kerahasiaan data responden. Penelitian dilakukan Untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (intensitas komunikasi keluarga) dan variabel terikat (kesehatan mental anak remaja), dengan menggunakan skala pengukuran likert. Indikator penilai pada kesehatan mental dapat diukur melalui fleksibilitas, kemampuan beradaptasi dan rasa aman dan nyaman, kemudian indikator variabel untuk mengukur intensitas komunikasi keluarga, dapat dilihat melalui frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian yang diberikan selama komunikasi, keteraturan dalam komunikasi, tingkat pesan yang disampaikan dan tingkat kedalaman pesan.

Analisis data yang dilakukan peneliti adalah uji validitas, Uji validitas dilakukan dengan cara menguji korelasi antara skor item dengan skor total masing - masing variabel, kemudian uji reabilitas, Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan dan terakhir menggunakan Uji Chi-Square (*Chi-Square Test*), akan menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas, yaitu intensitas komunikasi keluarga, dan variabel terikat, yaitu tingkat kesehatan mental anak remaja, dengan dasar pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi (p-value) dan nilai Pearson Chi-Square. Uji ini sangat cocok digunakan dalam penelitian ini karena variabel yang diteliti memiliki skala nominal.

## Hasil dan Pembahasan

### Uji Analisis

#### Uji Validitas

Pengujian validitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur yang digunakan dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Cara yang digunakan adalah dengan mengkorelasikan skor yang diperoleh pada setiap item pernyataan dengan skor total individu. Pengujian validitas ini dilakukan menggunakan aplikasi SPSS versi 25 dan melibatkan 90 responden. Keputusan diambil berdasarkan nilai r hitung (*Corrected Item - Total Correlation*) dengan rtabel untuk  $df(N-2) = 90$ . Berikut adalah tabel yang menyajikan hasil uji validitas data penelitian:

**Tabel 1.** Uji Validitas Variabel (Intensitas Komunikasi Keluarga)

Korelasi	Nilai r hitung	Keterangan
Angket 1	0,600	Valid
Angket 2	0,470	Valid
Angket 3	0,581	Valid
Angket 4	0,567	Valid
Angket 5	0,493	Valid
Angket 6	0,633	Valid

Angket 7	0,516	Valid
Angket 8	0,559	Valid
Angket 9	0,585	Valid
Angket 10	0,643	Valid
Angket 11	0,662	Valid
Angket 12	0,692	Valid
Angket 13	0,653	Valid
Angket 14	0,582	Valid
Angket 15	0,664	Valid
Angket 16	0,709	Valid
Angket 17	0,661	Valid
Angket 18	0,497	Valid
Angket 19	0,627	Valid
Angket 20	0,523	Valid
Angket 21	0,654	Valid
Angket 22	0,604	Valid
Angket 23	0,589	Valid
Angket 24	0,574	Valid
Angket 25	0,655	Valid

Sumber : output SPSS v 25 (diolah peneliti,2024)

**Tabel 2** Uji validitas variabel (Tingkat Kesehatan Mental Remaja)

Hubungan	Nilai r hitung	Keterangan
Angket 1	0,739	Valid
Angket 2	0,674	Valid
Angket 3	0,527	Valid
Angket 4	0,741	Valid
Angket 5	0,580	Valid
Angket 6	0,650	Valid

Angket 7	0,737	Valid
Angket 8	0,716	Valid
Angket 9	0,743	Valid
Angket 10	0,649	Valid
Angket 11	0,736	Valid
Angket 12	0,716	Valid
Angket 13	0,648	Valid
Angket 14	0,650	Valid
Angket 15	0,741	Valid
Angket 16	0,722	Valid
Angket 17	0,671	Valid
Angket 18	0,597	Valid
Angket 19	0,594	Valid
Angket 20	0,650	Valid
Angket 21	0,557	Valid
Angket 22	0,611	Valid
Angket 23	0,537	Valid
Angket 24	0,528	Valid
Angket 25	0,417	Valid

Sumber : *output* SPSS v 25 (diolah peneliti,2024)

### **Uji Reliabilitas**

Penelitian ini selanjutnya perlu dilakukan uji reliabilitas untuk mengukur sejauh mana angket dalam kuesioner penelitian ini konsisten. Sebelum melakukan uji reliabilitas, harus ada kriteria pengambilan keputusan, yaitu nilai alpha minimal sebesar 0,60. Variabel dianggap reliabel jika nilai tersebut lebih besar dari 0,60. Sebaliknya, jika nilai variabel tersebut kurang dari 0,60, maka variabel tersebut tidak dapat dianggap reliabel. Hasil pengujian reliabilitas untuk pernyataan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 3** Uji reliabilitas angket variabel penelitian

Variabel	Nilai Alpha Cronbroach	Nilai Ketentuan	Keterangan
Intensitas Komunikasi Keluarga	0.967	0.60	Reliabel
Tingkat Kesehatan Mental Remaja	0.868	0.60	Reliabel

Sumber : output SPSS v 25 (diolah peneliti,2024)

Berdasarkan tabel di atas, uji reliabilitas menunjukkan bahwa keputusan uji reliabilitas terpenuhi jika nilai Alpha Cronbach lebih besar dari 0,60. Dengan demikian, butir angket dalam kuesioner penelitian ini dapat dianggap reliabel. Angket untuk kedua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel Intensitas Komunikasi Keluarga dan Tingkat Kesehatan Mental Remaja, menunjukkan bahwa seluruh jawaban angket pada setiap butir pernyataan bersifat reliabel, karena nilai Alpha Cronbachnya lebih besar dari 0,60.

**Uji Chi Square**

Analisis *Pearson's Chi-Square* dilakukan untuk menguji hubungan antara dua variabel dalam skala nominal atau ordinal (Ghozali, 2016). Uji *Chi-Square* akan menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas, yaitu intensitas komunikasi keluarga, dan variabel terikat, yaitu tingkat kesehatan mental anak remaja, dengan dasar pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi (*p-value*) dan nilai *Pearson Chi-Square*. Berikut pengujiannya:

**Tabel 4** Jumlah Data Responden  
*Case Processing Summary*

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kesehatan mental komunikasi keluarga	*90	100.0%	0	0.0%	90	100.0%

Sumber : output SPSS v 25 (diolah peneliti,2024)

**Tabel 5** Tabel Silang Antara Komunikasi Keluarga Dengan Kesehatan Mental  
Kesehatan mental \* komunikasi keluarga *Crosstabulation*

			Komunikasi keluarga			
			tidak baik	Kurang baik	baik	sangat baik
Kesehatan mental	baik	Count	1	2	22	31
		Expected Count	14.3	6.8	14.9	19.9
		% within kesehatanmental	1.8%	3.6%	39.3%	55.4%
	buruk	Count	22	9	2	1
		Expected Count	8.7	4.2	9.1	12.1
		% within kesehatanmental	64.7%	26.5%	5.9%	2.9%
Total	Count	23	11	24	32	
	Expected Count	23.0	11.0	24.0	32.0	

% within kesehatan mental	25.6%	12.2%	26.7%	35.6%
---------------------------	-------	-------	-------	-------

Sumber : output SPSS v 25 (diolah peneliti,2024)

**Tabel 6** Uji Chi-Square

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
<i>Pearson Chi-Square</i>	67.049 <sup>a</sup>	3	<.001
<i>Likelihood Ratio</i>	78.008	3	<.001
<i>Linear-by-Linear Association</i>	59.495	1	<.001
<i>N of Valid Cases</i>	90		

a. 1 cells (12.5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.16.

Sumber : output SPSS v 25 (diolah peneliti,2024)

Tabel 4 merupakan tabel silang antara komunikasi keluarga dengan kesehatan mental. Data yang dianalisis merupakan data dari sebuah penelitian scross sectional sehingga persentase yang ditampilkan adalah persentasi baris. Jika penelitiannya *case control*, maka angka persentase yang digunakan adalah persentase kolom

Tabel 5 jumlah data responden (*Case Processing Summary*) menunjukkan kevalidatan data penelitian, Dimana pada bagian missing nilai N nya 0 yang berrati tdia ada data yang valid. Tabel ketiga merupakan hasil uji chi-suare. Dari output terdapat beberapa bentuk angka. Perlu dipahami bahwa ada beberapa ketentuan yang berlaku pada Uji chi square, sebagai berikut: (1) Jika pada table 2 x 2 tidak ada nilai *Expacted* (harapan) atau  $E < 5$ , maka uji yang digunakan adalah "*Continuity Correction*". (2) Jika pada table 2 x 2 terdapat nilai  $E < 5$ , maka uji yang digunakan adalah "*Fisher;s Exact Test*". (3) Jika tabelnya lebih dari 2 x 2, misalnya 3 x 2, 2 x 3, 3 x 3, dan lainnya, maka uji yang digunakan adalah "*Pearson Chi-square*". (4) Uji "*Likelihood Ratio*" dan *Linera-by-Linear Assocation*" biasa diguankan untuk keperluan yang lebih sfesifik, misalnya analisi pada bidang epidemiologi dan juga untuk mnegetahuin hubungan linier dua variable kategorik, sehingga kedua jenis ini jarang diguankan.

Dengan demikian, pada kasus dia atas kita menggunakan uji *Pearson Chi-Square* dengan nilai P value <0.001. Hasil Uji *chi-square P Value* = <0.001, berarti pada alpha 5%, dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara komunikasi keluarga dengan Kesehatan mental anak remaja.

### **Hubungan intensitas komunikasi keluarga terhadap tingkat kesehatan mental remaja Di Kelurahan Layang Kecamatan Bontoala Kota Makassar**

Berdasarkan hasil distribusi responden menunjukkan bahwa frekuensi komunikasi keluarga di kelurahan layang kecamatan bontoala kota makassar cukup instens karena intensitas komunikasi mengacu pada tingkatan keseringan seseorang dalam berkomunikasi dengan orang lain. Intensitas komunikasi mengacu pada tingkatan keseringan seseorang dalam berkomunikasi dengan orang lain. Hal ini ditunjukkan pada jawaban responden peneliti mengenai frekuensi komunikasi dengan keluarga sebagian besar responden setuju dan sangat setuju bahwa semakin sering tingkat intensitas

komunikasi keluarga maka akan meningkatkan kedekatan dan rasa serta dapat memperbaiki hubungan dengan keluarga.

Dalam konteks intensitas komunikasi antara orangtua dan anak, dapat disimpulkan bahwa intensitas komunikasi mengukur sejauh mana orangtua secara rutin dan sering berkomunikasi dengan anak dan dapat mempengaruhi kualitas hubungan dan pemahaman antara orang tua dan anak. Artinya, semakin tinggi intensitas komunikasi, semakin sering dan teratur komunikasi terjadi, yang pada gilirannya dapat meningkatkan saling pemahaman, kedekatan emosional, dan pembangunan hubungan yang kuat antara orang tua dan anak. (Aw, S, 2010).

Kemudian jawaban responden terhadap durasi komunikasi yang dilakukan antara orangtua dan anak menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasa membutuhkan durasi komunikasi yang lebih lama karena akan menimbulkan keterbukaan komunikasi, emosi dan perhatian yang lebih intens serta adanya ruang bagi anak untuk bercerita dan mencurahkan isi hati dan pikirannya kepada orangtua sehingga adanya komunikasi dua arah yang mengakibatkan kemistri terbentuk dengan lebih baik. Intensitas Keluarga erat kaitannya dengan teori Teori S-O-R (*Stimulus Organism Response*) dimana pada teori ini mengatakan bahwa stimulus merupakan peristiwa yang terjadi sebelum individu menunjukkan perilaku tertentu. Intensitas Komunikasi dalam Teori SOR yaitu dari Stimulus yang merupakan Intensitas komunikasi mempengaruhi kekuatan stimulus (Anggelica, dkk, 2021). Jawaban responden peneliti tentang keteraturan dalam komunikasi dengan keluarga juga menunjukkan bahwa responden membutuhkan komunikasi secara berkala dengan keluarga karena itu membantu mereka untuk lebih terhubung dengan keluarganya dan membuatnya lebih aman secara emosional Hal ini berarti dapat mencegah perubahan sikap atau perilaku yang dapat berdampak buruk pada kesehatan mental. Peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental sangat penting, yaitu dengan memperkuat ikatan emosional antara anggota keluarga, menciptakan suasana yang nyaman agar remaja dapat mengungkapkan perasaan dan masalah yang mereka hadapi. Jangan biarkan remaja memendam masalah atau perasaan, karena jika masalah tersebut terkumpul dan meledak, itu dapat menjadi faktor yang menyebabkan gangguan kesehatan mental.

Berdasarkan jawaban responden mengenai kemampuan adaptasi dan menyesuaikan diri menunjukkan bahwa responden bisa menyesuaikan diri tapi ada banyak juga responden yang belum bisa menyesuaikan diri terhadap kehidupan remajanya, mereka mengatakan bahwa dalam penyesuaiannya terhadap kehidupan membutuhkan peran keluarga didalamnya karena keluarga memberikan masukan dan arahan terhadap realita-realita yang dihadapi remaja pada kehidupannya. Hal ini juga sesuai dengan teori kesehatan mental yaitu, Teori Ketahanan Mental (*Resilience*) dari Garmezy & Rutter juga menyoroti pentingnya kemampuan individu untuk tetap stabil dan bangkit dari kesulitan, yang sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, Peran keluarga sangat penting dalam menjaga kesehatan mental remaja, karena keluarga merupakan sistem pendukung terdekat bagi mereka. Peneliti menyarankan bahwa selama masa kanak-kanak, anak-anak perlu membangun hubungan yang baik dengan orang tua mereka (Bahfiarti, Tuti., 2016). Membangun kepercayaan dan rasa aman sangatlah krusial, agar anak-anak dapat mengeksplorasi lingkungan sekitar mereka dengan penuh percaya diri dan tanpa rasa takut. Rasa aman anak sangat dipengaruhi oleh cara mereka dibesarkan. Keterbatasan hukum, ketidakjujuran, kebebasan yang tidak terkendali, dan sistem komunikasi yang tidak jelas tujuannya dapat memberikan

dampak besar terhadap kesehatan mental anak. Keterbatasan sampel penelitian karena hanya remaja yang bersedia mengisi kuesioner dan juga ruang lingkup penelitian hanya berfokus pada komunikasi tanpa mempertimbangkan faktor tingkat ekonomi, pendidikan orang tua.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pengujian penelitian menunjukkan hasil yang signifikan dengan  $p\text{-value} < 0,05$ , yang berarti ada hubungan antara komunikasi keluarga dan kesehatan mental remaja. Hal ini menegaskan pentingnya membangun komunikasi keluarga yang baik untuk mendukung kesehatan mental anak. Dalam memahami kesehatan mental remaja, sangat penting untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat mengancam kesejahteraan mental mereka dan mengambil langkah-langkah perlindungan untuk menjaga kesehatan mental mereka. Hasil penelitian ini juga memperkuat temuan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa adanya hubungan komunikasi keluarga dengan kesehatan mental remaja. Kemudian keterbatasan sampel penelitian karena hanya remaja yang bersedia mengisi kuesioner dan juga ruang lingkup penelitian hanya berfokus pada komunikasi tanpa mempertimbangkan faktor tingkat ekonomi, pendidikan orang tua dan untuk peneliti selanjutnya agar mempertimbangkan faktor lain yang dapat berpengaruh, seperti tingkat ekonomi, pendidikan orang tua, atau lingkungan social.

## Referensi

- Aw, S. (2010). *Komunikasi Sosial Budaya*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Anggelica, A., & Siahaan, C. (2021). Pengaruh Komunikasi Bagi Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Selaras*, 4(2), 121-131. <https://doi.org/10.33541/sel.v4i2.71>.
- Badan Pusat Statistik (2024). "Kota Makassar Dalam Angka". Makassar:Badan Pusat Statistik. Volume 25. <https://makassarkota.bps.go.id/id/publication/2024/02/28/d2d5c2bc66347ad3ddb d8bd1/kota-makassar-dalam-angka-2024.html>
- Bahfiarti, Tuti. (2016). *Komunikasi Keluarga (Suatu Pendekatan Keberlanjutan Regenerasi Anak Petani Kakao Di Provinsi Sulawesi Selatan)*, Makassar: Kedai Buku Jenny.
- Djayadin. (2020). Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19. Vol. 4, No. 2.
- Fitria Yeni, Rahmawati Maulidia. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Depresi pada Remaja di SMPN Kota Malang. *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, Volume 3, hal.270-276.
- Ghozali, Imam. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Izzuddin, A. (2018). Pengaruh Label Halal, Kesadaran Halal dan Bahan Makanan Terhadap Minat Beli Makanan Kuliner Jember. *Prosiding 4th Seminar Nasional dan Call for Papers* (pp. 287-294). Jember: Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Jember.
- Kumowal, R. L., Kalintabu, H., & Awuy, P. O. (2022). Orangtua Dan Gereja Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Remaja. *Humanlight Journal of Psychology*, 3(2), 88-101. <http://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/humanlight/article/view/1203/775>.
- National Adolescent Mental Health Survey 202.
- Noor, Juliansyah. (2011). *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana.
- Prabandani, L. (2017). Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Dalam Keluarga Broken Home dan Interaksi Peer Group dengan Konsep Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi*.

- Reza et al. (2022). Stress among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic and the Determinant Factors: A Cross-Sectional Study. *Medical Journal of Indonesia* 31(3): 148–54.
- Rohim, S. (2009). *Teori Komunikasi, Perspektif, Ragam & Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Royke (2022). Implementasi Kebijakan Penanggulangan Penyakit Tuberkulosis di Puskesmas Kamonji Kota Palu. *Katalogis*. 2018;6(5):118–23. Available From: <http://jurnal.untad.ac.id>.
- Ruben, Brent D., Lea P. Stewart. (2006). *Communication And Human Behavior*. Fifth Edition. USA: Pearson Education, Inc.
- Saleh, A., Mulidah, N. (2022). Pengaruh Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Penyimpangan Siswa Di SMP Negeri 2 Plered. *Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 3(1). DOI: 10.52593/pdg.03.1.05.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Widiati, Nur (2016). Pengaruh Intensitas Komunikasi Dalam Keluarga Terhadap Kemampuan Komunikasi Intrapersonal Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Bandar Sribhawono Tahun 2015/2016.
- West, Richard. (2017). *Pengantar Teori Komunikasi: Analisis dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Humanika