

Hubungan Dukungan Emosional Keluarga Dengan Kesehatan Mental Dan Perilaku Seksual Remaja Di Mts Darul Hijrah Nw Orong Balu

Eka Mustika Yanti, Dwi Wirasti, R. Sudoro Warti

Sarjana Pendidikan Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar, Lombok Timur

Email : ekamustika1991@gmail.com, dwiwirastri@gmail.com, wartiradensudoro@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan mental dan perilaku seksual akibat perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang terjadi pada masa perkembangannya. Salah satu faktor yang berperan penting dalam menjaga kesehatan mental serta membentuk perilaku seksual yang positif adalah dukungan emosional keluarga. Kurangnya perhatian, kasih sayang, komunikasi, dan dukungan dari keluarga dapat meningkatkan risiko gangguan emosional maupun perilaku seksual berisiko pada remaja. Tujuan: Mengetahui hubungan dukungan emosional keluarga dengan kesehatan mental dan perilaku seksual remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 52 responden yang dipilih menggunakan teknik proportional random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dukungan emosional keluarga, Self Reporting Questionnaire (SRQ) untuk mengukur kesehatan mental, serta kuesioner perilaku seksual remaja. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Sebagian besar responden memiliki dukungan emosional keluarga dalam kategori baik sebanyak 35 responden (67,3%), kesehatan mental dalam kategori sehat sebanyak 39 responden (75,0%), dan perilaku seksual dalam kategori rendah sebanyak 41 responden (78,8%). Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan kesehatan mental remaja ($p = 0,000$) serta terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan perilaku seksual remaja ($p = 0,000$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan kesehatan mental dan perilaku seksual remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu. Semakin baik dukungan emosional yang diberikan keluarga, semakin baik kesehatan mental remaja dan semakin rendah kecenderungan perilaku seksual berisiko.

Kata Kunci: Dukungan Emosional Keluarga, Kesehatan Mental, Perilaku Seksual, Remaja.

ABSTRACT

Adolescence is a developmental stage characterized by physical, psychological, and social changes, making adolescents vulnerable to mental health problems and risky sexual behavior. Family emotional support plays an important role in maintaining good mental health and promoting positive sexual behavior among adolescents. Lack of attention, affection, communication, and emotional support from family members may increase the risk of emotional disorders and risky sexual behavior. To determine the relationship between family emotional support and adolescents' mental health and sexual behavior at MTs Darul Hijrah NW Orong Balu. This study employed a quantitative analytical design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 52 respondents selected using proportional random sampling. The research instruments included a family emotional support questionnaire, the Self Reporting Questionnaire (SRQ) to assess mental health, and an adolescent sexual behavior questionnaire. Data were analyzed using the Chi-Square test with a significance level of $\alpha = 0.05$. Most respondents had good family emotional support (35 respondents; 67.3%), good mental health (39 respondents; 75.0%), and low-risk sexual behavior (41 respondents; 78.8%). Bivariate analysis showed a significant relationship between family emotional support and adolescents' mental health ($p = 0.000$), as well as between family emotional support and adolescents' sexual behavior ($p = 0.000$). Therefore, the null hypothesis (H_0) was rejected and the alternative hypothesis (H_1) was accepted. There was a significant relationship between family emotional support and adolescents' mental health and sexual behavior at MTs Darul Hijrah NW Orong Balu. Better family emotional support was associated with better mental health and a lower tendency toward risky sexual behavior among adolescents.

Keywords: Family Emotional Support, Mental Health, Sexual Behavior, Adolescents.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, emosional, kognitif, dan sosial. Pada fase ini, remaja mengalami proses pencarian jati diri, pembentukan karakter, serta peningkatan rasa ingin tahu terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan sosial dan kesehatan reproduksi. Perubahan tersebut menyebabkan remaja menjadi kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan, terutama gangguan kesehatan mental dan munculnya perilaku seksual berisiko. Kondisi ini apabila tidak ditangani secara tepat dapat berdampak pada perkembangan remaja baik dalam bidang pendidikan, sosial, maupun kesehatan di masa mendatang.

Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa satu dari tujuh remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, yang setara dengan sekitar 13% beban penyakit pada kelompok usia tersebut. Depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku merupakan masalah kesehatan mental yang paling banyak dialami remaja. Selain itu, perilaku seksual berisiko pada remaja masih menjadi perhatian global karena dapat meningkatkan kejadian kehamilan usia remaja, infeksi menular seksual, termasuk HIV/AIDS, serta berbagai dampak psikososial lainnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental dan perilaku seksual remaja merupakan dua aspek yang saling berkaitan dan memerlukan perhatian dari berbagai pihak, terutama keluarga.

Di Indonesia, masalah kesehatan mental pada remaja juga menunjukkan kecenderungan yang meningkat. Hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa gangguan emosional pada remaja masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Sementara itu, berbagai survei nasional juga menunjukkan bahwa masih ditemukan perilaku seksual berisiko pada kelompok remaja, seperti berpacaran yang tidak sehat, perilaku seksual pranikah, serta rendahnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi. Fenomena tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain lingkungan pergaulan, media sosial, tingkat pengetahuan, serta rendahnya komunikasi dan dukungan dari keluarga.

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam proses tumbuh kembang seorang anak. Salah satu bentuk dukungan keluarga yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan remaja adalah dukungan emosional. Dukungan emosional meliputi perhatian, kasih sayang, empati, penghargaan, rasa aman, serta komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak. Remaja yang memperoleh dukungan emosional yang baik cenderung memiliki kemampuan mengelola stres, membangun kepercayaan diri, serta mengambil keputusan secara lebih bijaksana dibandingkan remaja yang kurang memperoleh dukungan dari keluarganya. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan remaja merasa tidak diperhatikan, mengalami tekanan psikologis, dan lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan negatif yang berpotensi memicu perilaku seksual berisiko.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental maupun perilaku seksual remaja. Orang tua yang mampu memberikan perhatian, komunikasi yang efektif, dan dukungan emosional secara konsisten dapat membantu remaja menghadapi berbagai

tekanan selama masa perkembangan sehingga risiko terjadinya gangguan kesehatan mental maupun perilaku seksual menyimpang dapat diminimalkan. Sebaliknya, hubungan keluarga yang kurang harmonis, minimnya komunikasi, serta rendahnya keterlibatan orang tua dalam kehidupan remaja dapat meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis dan perilaku seksual yang tidak sehat.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu menunjukkan bahwa masih terdapat remaja yang mengalami permasalahan kesehatan mental seperti mudah cemas, sulit berkonsentrasi, merasa tertekan, dan kurang mampu mengendalikan emosi. Selain itu, ditemukan pula adanya perilaku yang mengarah pada perilaku seksual berisiko yang dipengaruhi oleh lingkungan pergaulan dan kurangnya komunikasi dengan orang tua. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa, sebagian besar menyatakan bahwa mereka jarang berdiskusi dengan orang tua mengenai masalah pribadi, kesehatan reproduksi, maupun perubahan yang dialami selama masa remaja. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dukungan emosional keluarga masih perlu ditingkatkan sebagai upaya menjaga kesehatan mental dan mencegah perilaku seksual berisiko pada remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, dukungan emosional keluarga menjadi salah satu faktor penting yang perlu dikaji karena memiliki pengaruh terhadap kondisi psikologis dan perilaku remaja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Hubungan Dukungan Emosional Keluarga dengan Kesehatan Mental dan Perilaku Seksual Remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu." Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan, institusi pendidikan, orang tua, serta peneliti selanjutnya dalam menyusun program promotif dan preventif guna meningkatkan kesehatan mental serta mencegah perilaku seksual berisiko pada remaja.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 52 responden yang dipilih menggunakan teknik proportional random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dukungan emosional keluarga, Self Reporting Questionnaire (SRQ) untuk mengukur kesehatan mental, serta kuesioner perilaku seksual remaja. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Dukungan Emosional Keluarga

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Emosional Keluarga

NO	Dukungan Emosional Keluarga		
		Frekuensi (N)	Presentase(%)
1	Dukungan Baik	20	38,5
2	Dukungan Cukup	17	32,7
3	Dukungan Kurang	15	28,8
Total		52	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 52 responden, sebagian besar memperoleh dukungan emosional keluarga dalam kategori baik, yaitu sebanyak 20

responden (38,5%). Responden yang memperoleh dukungan emosional keluarga kategori cukup sebanyak 17 responden (32,7%), sedangkan 15 responden (28,8%) memperoleh dukungan emosional keluarga kategori kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu telah memperoleh dukungan emosional keluarga yang baik, meskipun masih terdapat hampir sepertiga responden yang memiliki dukungan emosional keluarga dalam kategori kurang.

Dukung emosional keluarga merupakan bentuk perhatian, kasih sayang, empati, penghargaan, dan motivasi yang diberikan oleh orang tua maupun anggota keluarga kepada remaja sehingga mampu meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, serta kemampuan dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Keluarga yang memberikan dukungan emosional secara optimal akan membantu remaja mengembangkan kemampuan mengelola emosi, membangun hubungan sosial yang sehat, dan menghindari berbagai perilaku berisiko (WHO, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Astuti et al. (2023) yang menyatakan bahwa remaja yang memperoleh dukungan emosional keluarga yang baik cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan remaja yang kurang memperoleh dukungan dari keluarganya. Penelitian Hastuti (2022) juga menjelaskan bahwa komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak, perhatian, serta keterlibatan orang tua dalam kehidupan sehari-hari remaja berpengaruh positif terhadap perkembangan psikososial dan kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang tepat. Selain itu, Purnamasari et al. (2023) menyebutkan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor protektif yang mampu mengurangi risiko munculnya masalah psikologis maupun perilaku menyimpang pada remaja (Astuti et al., 2023).

Berdasarkan asumsi peneliti, tingginya proporsi responden yang memperoleh dukungan emosional keluarga dalam kategori baik menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua masih menjalankan fungsi keluarga sebagai tempat memberikan perhatian, kasih sayang, motivasi, serta pendampingan kepada anak. Dukungan tersebut memungkinkan remaja merasa dihargai dan diterima sehingga lebih mampu mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi. Sebaliknya, remaja yang memperoleh dukungan emosional keluarga dalam kategori kurang diduga memiliki keterbatasan komunikasi dengan orang tua atau kurangnya perhatian dalam keluarga sehingga berpotensi memengaruhi kondisi psikologis maupun perilaku remaja.

2. Kesehatan Remaja remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Kesehatan Mental

NO	Kesehatan mental	Frekuensi (N)		Presentase(%)
1	Tidak Ada Gejala	18		34,6
2	Gejala Sedang	25		48,1
3	Gejala Tinggi	9		17,3
Total		52		100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 52 responden, sebagian besar berada pada kategori gejala sedang, yaitu sebanyak 25 responden (48,1%). Responden yang

tidak mengalami gejala gangguan kesehatan mental sebanyak 18 responden (34,6%), sedangkan responden yang mengalami gejala tinggi sebanyak 9 responden (17,3%).

Kesehatan mental merupakan kondisi ketika seseorang mampu mengenali potensi dirinya, mengelola emosi, mengatasi tekanan hidup, berinteraksi secara positif dengan lingkungan, serta berfungsi secara produktif dalam kehidupan sehari-hari. Pada masa remaja, kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti hubungan dengan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, serta kemampuan individu dalam menghadapi perubahan fisik dan psikososial. Apabila faktor-faktor tersebut tidak dikelola dengan baik, remaja lebih rentan mengalami stres, kecemasan, maupun gangguan emosional lainnya (UNICEF, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purnamasari et al. (2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berada pada kategori kesehatan mental sedang karena masih menghadapi berbagai tuntutan perkembangan dan penyesuaian diri pada masa remaja. Penelitian Rahmawati et al. (2022) juga menjelaskan bahwa perubahan biologis, tekanan akademik, hubungan dengan teman sebaya, serta pola komunikasi dalam keluarga merupakan faktor yang memengaruhi kondisi kesehatan mental remaja. Selain itu, penelitian Sari et al. (2024) menyatakan bahwa remaja yang memperoleh dukungan dari keluarga dan lingkungan cenderung memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih baik dibandingkan remaja yang kurang memperoleh dukungan sosial (Rahmawati et al., 2022).

Berdasarkan asumsi peneliti, dominannya responden yang berada pada kategori gejala sedang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja masih mampu menjalankan aktivitas sehari-hari, namun tetap mengalami tekanan psikologis yang dipengaruhi oleh proses perkembangan, tuntutan akademik, hubungan sosial, maupun kondisi keluarga. Apabila kondisi tersebut tidak memperoleh perhatian dan penanganan yang tepat, maka dapat berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang lebih berat dan berpotensi memengaruhi perilaku serta kualitas hidup remaja. Oleh karena itu, diperlukan peran keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan psikososial serta edukasi kesehatan mental kepada remaja.

3. Perilaku seksual remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Seksual Remaja

NO	Perilaku	Frekuensi (N)	Presentase(%)
	Seksual		
1	Rendah	18	34,6
2	Sedang	18	34,6
3	Tinggi	16	30,8
Total		52	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa dari 52 responden, 18 responden (34,6%) memiliki perilaku seksual kategori rendah, 18 responden (34,6%) berada pada kategori sedang, sedangkan 16 responden (30,8%) berada pada kategori tinggi.

Perilaku seksual remaja merupakan perilaku yang dipengaruhi oleh perkembangan biologis, psikologis, dan sosial selama masa remaja. Perubahan hormonal yang disertai rasa ingin tahu yang tinggi dapat mendorong remaja untuk mencari berbagai informasi mengenai seksualitas. Apabila tidak disertai dengan komunikasi yang baik dalam keluarga, pendidikan kesehatan reproduksi, serta pengawasan yang memadai, maka remaja lebih rentan melakukan perilaku seksual yang berisiko. Sebaliknya, lingkungan keluarga yang suportif dan pendidikan kesehatan reproduksi yang memadai dapat membantu remaja mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab terkait perilaku seksual (Lestari et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2022) yang menunjukkan bahwa perilaku seksual remaja dipengaruhi oleh dukungan keluarga, komunikasi orang tua, serta lingkungan pergaulan. Penelitian Fitriani et al. (2023) juga menjelaskan bahwa remaja yang memperoleh pengawasan dan komunikasi yang baik dari keluarga memiliki kecenderungan lebih rendah untuk melakukan perilaku seksual berisiko. Selain itu, penelitian Handayani et al. (2024) menyatakan bahwa kondisi psikologis yang baik dan dukungan sosial yang memadai berperan sebagai faktor protektif terhadap munculnya perilaku seksual berisiko pada remaja (Rahmawati et al., 2022).

Berdasarkan asumsi peneliti, masih ditemukannya responden dengan perilaku seksual kategori tinggi menunjukkan bahwa sebagian remaja belum mampu mengendalikan perilakunya secara optimal. Hal tersebut diduga dipengaruhi oleh kurangnya komunikasi dengan orang tua, pengaruh teman sebaya, serta akses informasi yang tidak terkontrol melalui media sosial. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif keluarga dan sekolah dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi, memperkuat komunikasi dengan remaja, serta menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan perilaku seksual yang sehat.

4. Hubungan dukungan emosional keluarga dengan kesehatan mental remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu

Dukungan Emosional	Baik/Tidak Ada Gejala		Gejala Sedang		Gejala Tinggi		Total		P Value
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Dukungan Baik	12	60,0	7	35,0	1	5,0	20	100,0	0,000
Dukungan Cukup	6	35,3	11	64,7	0	0,0	17	100,0	
Dukungan Kurang	0	0,0	7	46,7	8	53,3	15	100,0	
Total	18	34,6	25	48,1	9	17,3	52	100,0	

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa dari 20 responden yang memperoleh dukungan emosional keluarga dalam kategori baik, sebagian besar memiliki kesehatan

mental baik/tidak ada gejala yaitu sebanyak 12 responden (60,0%), sedangkan sebagian kecil mengalami gejala tinggi yaitu 1 responden (5,0%). Pada responden dengan dukungan emosional keluarga kategori cukup, sebagian besar mengalami gejala sedang yaitu sebanyak 11 responden (64,7%). Sementara itu, pada responden dengan dukungan emosional keluarga kategori kurang, sebagian besar mengalami gejala tinggi yaitu sebanyak 8 responden (53,3%). Hasil uji Pearson Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan kesehatan mental remaja. Semakin baik dukungan emosional yang diberikan keluarga, semakin baik pula kondisi kesehatan mental remaja. (Jones, 2022).

Secara teori, dukungan emosional merupakan bentuk dukungan keluarga yang diwujudkan melalui perhatian, kasih sayang, empati, rasa aman, penerimaan, dan penghargaan kepada anggota keluarga. Dukungan tersebut berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu remaja menghadapi berbagai tekanan psikologis selama masa pertumbuhan. Remaja yang mendapatkan perhatian dan komunikasi yang baik dari keluarga cenderung memiliki kemampuan mengelola emosi, meningkatkan kepercayaan diri, serta lebih mampu menyelesaikan masalah tanpa mengalami gangguan psikologis yang berat. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan remaja lebih rentan mengalami stres, kecemasan, depresi, dan masalah kesehatan mental lainnya. (WHO, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dkk. (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara dukungan keluarga dengan kesehatan mental remaja, di mana remaja yang memperoleh dukungan emosional yang baik memiliki risiko lebih rendah mengalami gangguan psikologis dibandingkan dengan remaja yang kurang mendapatkan dukungan keluarga. Penelitian Sari dan Putri (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan emosional dari orang tua berpengaruh terhadap kemampuan remaja dalam mengatasi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Temuan tersebut memperkuat bahwa keluarga merupakan lingkungan terdekat yang berperan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. (Rahmawati et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan kesehatan mental remaja terjadi karena keluarga merupakan tempat pertama bagi remaja untuk memperoleh kasih sayang, perhatian, dan rasa aman. Remaja yang merasa didukung secara emosional akan lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahan yang dihadapi sehingga beban psikologis dapat berkurang. Sebaliknya, remaja yang kurang mendapatkan dukungan emosional cenderung memendam masalah, merasa tidak dihargai, dan lebih mudah mengalami gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga dalam memberikan perhatian, komunikasi yang positif, dan dukungan emosional sangat diperlukan untuk menciptakan kondisi kesehatan mental remaja yang optimal.

5. Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku seksual remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu

Tabel 5 Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku seksual remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu

Dukungan Emosional	Perilaku Seksual Rendah		Perilaku Seksual Sedang		Perilaku Seksual Tinggi		Total		P Value
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Dukungan Baik	18	90,0	1	5,0	1	5,0	20	100,0	0,000
Dukungan Cukup	0	0,0	17	100,0	0	0,0	17	100,0	
Dukungan Kurang	0	0,0	0	0,0	15	100,0	15	100,0	
Total	18	34,6	18	34,6	16	30,8	52	100,0	

Berdasarkan Tabel 45 diketahui bahwa dari 20 responden yang memperoleh dukungan emosional keluarga dalam kategori baik, sebagian besar memiliki perilaku seksual rendah yaitu sebanyak 18 responden (90,0%), sedangkan sebagian kecil memiliki perilaku seksual sedang dan tinggi masing-masing sebanyak 1 responden (5,0%). Pada responden dengan dukungan emosional keluarga kategori cukup, seluruh responden (100,0%) memiliki perilaku seksual sedang. Sementara itu, pada responden dengan dukungan emosional keluarga kategori kurang, seluruh responden (100,0%) memiliki perilaku seksual tinggi. Hasil uji Pearson Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan perilaku seksual remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan emosional yang diberikan keluarga, semakin rendah kecenderungan remaja melakukan perilaku seksual berisiko. (Friedman, 2019).

Secara teori, dukungan emosional keluarga berperan sebagai faktor protektif yang membentuk sikap dan perilaku remaja. Orang tua yang memberikan perhatian, kasih sayang, komunikasi yang terbuka, serta pengawasan yang baik akan membantu remaja memahami nilai-nilai moral, meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan, dan menghindari perilaku seksual yang berisiko. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan remaja mencari perhatian dan penerimaan dari lingkungan luar sehingga lebih mudah terpengaruh oleh pergaulan negatif. (Sarwono, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Handayani, Suryani, dan Lestari (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku seksual remaja, di mana remaja yang memperoleh dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki perilaku seksual yang lebih sehat. Penelitian Pratiwi dan Kurniawan (2022) juga menunjukkan bahwa komunikasi yang baik antara orang tua dan remaja berhubungan dengan rendahnya perilaku seksual berisiko karena orang tua berperan sebagai sumber informasi, pengawasan, dan pembentukan nilai bagi

remaja. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam mencegah perilaku seksual berisiko pada remaja. (Handayani et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, dukungan emosional keluarga memengaruhi perilaku seksual remaja karena remaja yang merasa dicintai, dihargai, dan diperhatikan oleh keluarganya cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik serta lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan terkait pergaulan. Sebaliknya, kurangnya perhatian dan komunikasi dari keluarga dapat membuat remaja lebih mudah mencari kenyamanan dari lingkungan luar tanpa mempertimbangkan dampak perilakunya. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga melalui komunikasi yang terbuka, perhatian, dan pengawasan menjadi salah satu upaya penting dalam mencegah perilaku seksual berisiko pada remaja.

KESIMPULAN

Sebagian besar responden memiliki dukungan emosional keluarga dalam kategori baik sebanyak 20 responden (38,5%), diikuti kategori cukup sebanyak 17 responden (32,7%), dan kategori kurang sebanyak 15 responden (28,8%). Sebagian besar responden memiliki kesehatan mental dalam kategori gejala sedang sebanyak 25 responden (48,1%), diikuti kategori tidak ada gejala sebanyak 18 responden (34,6%), dan kategori gejala tinggi sebanyak 9 responden (17,3%). Perilaku seksual remaja menunjukkan 18 responden (34,6%) berada pada kategori rendah, 18 responden (34,6%) pada kategori sedang, dan 16 responden (30,8%) pada kategori tinggi. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan perilaku seksual remaja di MTs Darul Hijrah NW Orong Balu, dengan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R., Handayani, S., & Putri, D. A. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*, 11(2), 95–103.
- Friedman, M. M. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik* (5th ed.). EGC.
- Handayani, N., Suryani, E., & Lestari, R. (2023). Family support and adolescent sexual behavior: A cross-sectional study. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(1), 45–53.
- Hastuti, D. (2022). Komunikasi keluarga dan perkembangan psikososial remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(1), 12–21.
- Jones, P. (2022). *Mental Health Promotion in Adolescents*. Springer.
- Lestari, N., Wulandari, D., & Pratama, A. (2023). Pendidikan kesehatan reproduksi dan perilaku seksual remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(2), 102–111.
- Pratiwi, D., & Kurniawan, A. (2022). Komunikasi orang tua dengan perilaku seksual remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(3), 180–188.

Yanti et al., 2026 Hubungan Dukungan Emosional Keluarga Dengan Kesehatan

Purnamasari, R., Hidayati, S., & Nuraini, F. (2023). Dukungan keluarga sebagai faktor protektif kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2), 110–118.

Rahmawati, E., Sari, N., & Putri, A. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 55–63.

Rahmawati, E., Hidayah, N., & Lestari, P. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 215–223.

Sari, D., & Putri, R. (2022). Dukungan emosional orang tua terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 19(2), 88–97.

Sarwono, S. W. (2019). *Psikologi Remaja* (Edisi Revisi). Rajawali Pers.

United Nations Children's Fund. (2023). *The State of the World's Children 2023: For Every Child, Mental Health*. UNICEF.

World Health Organization. (2022). *Mental Health and Adolescents*. World Health Organization.

World Health Organization. (2024). *Adolescent Health*. World Health Organization.