



## **Perlindungan Hukum terhadap Kesehatan Mental Remaja: Pentingnya Komunikasi Efektif dalam Keluarga**

Kayla Andini Putri\*, Trini Handayani, Anita Kamilah, Aji Mulyana

*Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum Universitas Suryakencana Cianjur*

### **A R T I C L E   I N F O**

**Article history :**

Received : 25/07/2024  
Revised : 28/12/2024  
Published : 30/12/2024



Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Volume : 4  
No. : 2  
Halaman : 119 - 130  
Terbitan : **Desember 2024**

Terakreditasi Sinta [Peringkat 5](#)  
berdasarkan Ristekdikti  
No. 177/E/KPT/2024

### **A B S T R A K**

Kesehatan mental remaja menjadi isu yang semakin mendesak dan memerlukan perhatian serius, terutama dalam konteks perlindungan hukum. Artikel ini membahas pentingnya perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja dengan fokus pada peran kunci komunikasi efektif dalam keluarga. Komunikasi yang baik antara anggota keluarga dapat menjadi benteng pertama dalam menjaga kesehatan mental remaja. Dalam konteks perlindungan hukum, artikel ini membahas berbagai aspek, termasuk hak-hak remaja terkait kesehatan mental, pentingnya menjaga komunikasi, dan peran sistem hukum dalam memberikan dukungan bagi remaja yang menghadapi tantangan mental. Melalui analisis mendalam, artikel ini juga menyoroti implementasi kebijakan dan regulasi yang mendukung upaya perlindungan kesehatan mental remaja. Hasilnya menunjukkan bahwa perlindungan hukum yang kuat dapat menjadi landasan untuk mendorong pendekatan holistik terhadap kesehatan mental remaja, dengan komunikasi efektif dalam keluarga sebagai elemen utama dalam upaya perlindungan tersebut. Artikel ini diharapkan dapat memberikan wawasan lebih lanjut tentang bagaimana komunikasi dalam keluarga dapat mendukung perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja, serta memberikan dasar bagi perbaikan sistem yang lebih baik dalam melindungi hak dan kesejahteraan remaja di masa mendatang.

**Kata Kunci :** Keluarga; Kesehatan; Komunikasi.

### **A B S T R A C T**

Adolescent mental health is becoming an increasingly pressing issue that requires serious attention, especially in the context of legal protection. This article discusses the importance of legal protection for adolescent mental health with a focus on the key role of effective communication within the family. Good communication between family members can be the first bulwark in maintaining adolescent mental health. In the context of legal protection, this article discusses various aspects, including adolescents' rights related to mental health, the importance of maintaining communication, and the role of the legal system in providing support for adolescents facing mental challenges. Through in-depth analysis, the article also highlights the implementation of policies and regulations that support the protection of adolescent mental health. The results suggest that strong legal protections can serve as a foundation to promote a holistic approach to adolescent mental health, with effective communication within the family as a key element in such protection efforts. It is hoped that this article will provide further insights into how communication within the family can support legal protections for adolescent mental health, as well as provide a basis for improving the system to better protect the rights and well-being of adolescents in the future.

**Keywords :** Family; Health; Communication

Copyright© 2024 The Author(s).

## A. Pendahuluan

Wiyono, seorang ahli, menjelaskan bahwa perlindungan merupakan salah satu bentuk layanan yang menjadi tanggung jawab aparat penegak hukum atau keamanan. Tujuan utamanya adalah memastikan rasa aman, baik secara fisik maupun mental, bagi remaja (Setiyawan *et al.*, 2023). Dengan demikian, perlindungan ini dirancang untuk melindungi remaja dari bahaya, ancaman, atau potensi risiko yang dapat merugikan kesehatan mental. Saat ini, banyak remaja di Indonesia menghadapi berbagai masalah kesehatan mental (Nurul, 2023).

Menurut World Health Organization, kesehatan mental merupakan suatu keadaan kesejahteraan individu yang ditandai dengan kesadaran akan potensi diri, meskipun individu tersebut rentan terhadap penyakit atau keterbatasan (Diana Vidya Fakhriyani, 2022). Sejalan dengan itu, Daradjat mendefinisikan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi harmonis dalam kehidupan yang melibatkan keseimbangan fungsi jiwa, kemampuan menghadapi tantangan, menikmati kebahagiaan, serta melihat diri sendiri secara positif. Daradjat juga menegaskan bahwa kesehatan mental tercapai ketika seseorang bebas dari gejala gangguan atau penyakit jiwa (Putri *et al.*, 2022). Dengan demikian, kesehatan mental dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana individu mampu mengaktualisasikan potensi dirinya secara optimal dalam mengelola emosi, kognitif, dan interaksi sosial. Hal ini sejalan dengan ketentuan Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 yang menegaskan adanya korelasi antara kesehatan mental dan kesehatan fisik (Sinta *et al.*, 2024).

Untuk menjaga kesehatan mental remaja, keluarga mempunyai peran penting dalam menjaga komunikasi efektif keluarga. Komunikasi yang efektif dalam keluarga menjadi fondasi utama untuk membangun hubungan yang harmonis antara remaja dan orang tua. Komunikasi ini tidak hanya melakukan pertukaran informasi, tetapi juga membantu membentuk nilai-nilai karakter remaja yang diperlukan untuk menjalani kehidupan (Saskara & Ulio, 2020). Proses komunikasi, baik verbal maupun non-verbal, memungkinkan individu untuk saling mempengaruhi perilaku satu sama lain. Dalam lingkungan keluarga, komunikasi yang efektif menjadi elemen kunci untuk meningkatkan kualitas interaksi antara orang tua dan remaja. Peran keluarga, khususnya orang tua, sangat penting dalam membentuk karakter remaja dan mendukung kesejahteraan psikologis remaja, terutama di tengah tantangan yang muncul akibat kompleksitas era globalisasi (Anisah *et al.*, 2022).

Kesejahteraan mental remaja saat ini menjadi isu sentral yang perlu mendapat perhatian serius. Gangguan kesehatan mental pada remaja dapat menghambat perkembangan potensi diri remaja dan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup remaja di masa mendatang (Meilinda, 2021). Kurang perlindungan dan pemahaman keluarga tentang pentingnya kesehatan mental remaja adalah masalah umum. Banyak keluarga lebih memperhatikan kesehatan fisik remaja, namun kurang memperhatikan kesehatan mental remaja, yang dapat menyebabkan remaja mengalami stres, depresi, dan gangguan mental lainnya (Cahyanti, 2020).

Secara khusus, ada tiga hal penting yang harus diketahui untuk membantu anak tumbuh menjadi remaja: peran penting keluarga, potensi intelektual remaja, dan cara memaksimalkan potensi tersebut (Wijayanto, 2020). Di era globalisasi yang semakin berkembang ini, komunikasi keluarga yang efektif sangat penting untuk menjaga kesehatan mental remaja. Karena globalisasi membawa perubahan sosial, budaya, dan teknologi yang signifikan, masalah kesehatan mental yang dihadapi remaja saat ini memerlukan perhatian khusus (Daniswara & Risiko Faristiana, 2023).

Pemerintah dan keluarga perlu bekerja sama dalam menangani masalah kesehatan mental remaja. Pemerintah dapat berperan sebagai pihak yang menyediakan perlindungan hukum bagi remaja yang menghadapi masalah kesehatan mental, sehingga remaja dapat terhindar dari tindakan perundungan yang dapat memperburuk kondisi kesehatan mental remaja. Sebagai negara yang berlandaskan hukum, Indonesia memerlukan regulasi yang secara khusus mengatur perlindungan terhadap kesehatan mental remaja.

Hukum dalam konteks ini dapat berfungsi sebagai instrumen perlindungan, karena memuat norma dan sanksi yang bertujuan mengatur perilaku manusia. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia, hukum adalah sekumpulan aturan, baik tertulis maupun tidak tertulis, yang bersifat mengikat dengan tujuan menciptakan ketertiban dan keadilan dalam masyarakat. Hukum juga mencakup undang-undang, peraturan, serta perangkat lainnya yang dirancang untuk mengatur hubungan sosial dengan dukungan dari otoritas atau pemerintah.

Berdasarkan data Riskesdas 2018, gangguan mental emosional yang ditandai dengan gejala kecemasan dan depresi dialami oleh 6,1% populasi Indonesia, setara dengan sekitar 11 juta orang. Di antara remaja berusia 15 hingga 24 tahun, prevalensi depresi mencapai 6,2%. Individu yang mengalami depresi berat sering kali memiliki kecenderungan untuk melukai diri sendiri (*self-harm*) atau bahkan melakukan tindakan bunuh diri. Kecemasan dan depresi menyumbang 80–90% dari kasus bunuh diri. Di Indonesia, dilaporkan terjadi 10.000 kasus bunuh diri setiap jam. Selain itu, menurut para ahli suksidologi, 4,2% siswa di Indonesia pernah berpikir untuk mengakhiri hidupnya, 6,9% remaja mengaku memiliki keinginan untuk bunuh diri, dan 3% lainnya pernah mencoba melakukannya (Gloria, 2022).

Maraknya kasus yang terjadi saat ini merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja diantaranya seperti tekanan akademik, perundungan atau bullying, tawuran, pergaulan bebas masalah keluarga, dan masalah ekonomi adalah beberapa penyebab terganggunya kesehatan mental remaja. Berdasarkan hasil penelitian tingkat terganggunya kesehatan mental remaja di Indonesia sangat tinggi maka dari itu diharapkan keluarga lebih memperhatikan perkembangan mental remaja baik saat berada didalam rumah maupun di lingkungan masyarakat.

Dengan adanya Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023, yang mengubah Undang-Undang Kesehatan Jiwa Nomor 18 Tahun 2014, pemerintah juga bertanggung jawab untuk melindungi kesehatan mental remaja. Namun, peraturan yang semakin berkembang di era modern saat ini dianggap tidak mencukupi untuk menangani masalah kesehatan mental remaja, terutama perlindungan kesehatan mental remaja. Sangat penting untuk menjaga komunikasi yang baik dalam keluarga agar kesehatan mental remaja tetap terjaga.

Masalah yang diidentifikasi adalah kurangnya kesadaran tentang pentingnya komunikasi keluarga yang efektif sebagai perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja. Jika keluarga dan remaja tidak berkomunikasi secara terbuka, mendengarkan, dan memahami satu sama lain, remaja dapat mengalami masalah kesehatan mental yang lebih parah.

Remaja yang tidak merasa didukung atau dipahami oleh keluarga cenderung mengalami isolasi, stres, dan masalah kesehatan mental. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan menyarankan solusi untuk memberikan perlindungan hukum terhadap kesehatan mental yang diberikan kepada remaja untuk mengoptimalkan pentingnya komunikasi keluarga yang efektif, dengan berfokus utama pada perlindungan kesehatan mental remaja dari dampak negatif yang timbul.

## **B. Metode Penelitian**

Penulisan artikel ini mengadopsi metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif, serta memanfaatkan studi kepustakaan sebagai sumber informasi. Fokus penelitian adalah perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja, terutama dalam konteks pentingnya komunikasi efektif dalam lingkungan keluarga. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali pemahaman mendalam mengenai konteks ini, termasuk peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental remaja dan signifikansi komunikasi yang efektif. Dampak dari perlindungan hukum diukur melalui analisis kualitatif, sedangkan penelitian ini bertujuan meningkatkan kesadaran keluarga akan pentingnya menjaga kesehatan mental remaja dan mendukung inisiatif pembuatan hukum yang melindungi aspek ini. Hasil penelitian akan disajikan secara rinci dengan pendekatan deskriptif, menyoroti peningkatan peran komunikasi keluarga. Metode kualitatif memungkinkan pemahaman lebih baik terhadap perspektif subjektif dan pengalaman pemangku kepentingan. Penelitian ini juga menekankan bahwa studi literatur dapat memberikan data tanpa harus berinteraksi langsung dengan responden di lapangan. Data yang digunakan sebagai referensi berasal dari jurnal-jurnal yang membahas perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja dengan memfokuskan pada perspektif keluarga dalam konteks komunikasi yang efektif, sementara informasi tambahan dapat diakses melalui Platform Google Scholar.

## **C. Hasil dan Pembahasan**

### **Perlindungan Hukum Terhadap Kesehatan Mental Remaja**

Perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja menjadi hal yang sangat penting di Indonesia, mengingat jumlah remaja yang mengalami masalah kesehatan mental terus meningkat setiap tahunnya (Rudianto, 2022). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh para ahli sebanyak 95,4% dari peserta survei

mengalami tanda-tanda kecemasan, sementara 88% mengalami gejala depresi saat menghadapi tantangan selama masa remaja, dan 96,4% dari seluruh peserta mengakui bahwa remaja kurang memahami cara mengatasi stres yang disebabkan oleh masalah yang sering dihadapi oleh remaja (Fransiska Kaligis, 2021).

Pada fase transisi ini, banyak remaja menghadapi situasi baru, seperti perubahan lingkungan, pergaulan yang lebih luas, tekanan pendidikan atau karier yang semakin berat, serta perbedaan budaya yang signifikan. Kondisi ini seringkali memicu timbulnya masalah dan konflik. Untuk mengahadapinya, sebagian besar remaja memilih untuk berbicara dengan teman (98,7%), menghindari masalah (94,1%), atau mencari informasi daring tentang cara mengatasi masalah (89,8%). Namun, ada juga yang merespons dengan cara merugikan diri sendiri (51,4%) atau bahkan merasa putus asa dan ingin mengakhiri hidup (57,8%) (Fransiska Kaligis, 2021).

Situasi ini dapat meningkatkan potensi masalah di masa depan jika tidak ditangani dengan baik. Meskipun remaja yang berada dalam fase transisi rentan terhadap masalah kesehatan mental, banyak dari remaja tidak mengakses layanan kesehatan mental. Hal ini mungkin disebabkan oleh terbatasnya fasilitas kesehatan mental di Indonesia, dengan hanya sekitar 0,29 psikiater dan 0,18 psikolog per 100.000 penduduk. Selain itu, layanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan remaja juga menjadi hambatan. (Fransiska Kaligis, 2021)

Remaja seharusnya tidak merasa khawatir mengenai ketersediaan layanan kesehatan, karena Pasal 50 ayat (3) dari Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023 dengan jelas menyatakan bahwa setiap remaja berhak untuk mengakses Fasilitas Pelayanan Kesehatan dan Pelayanan Kesehatan yang memenuhi standar, aman, berkualitas, dan terjangkau. Hal ini mencerminkan perhatian pemerintah terhadap kesejahteraan kesehatan mental remaja sebagai bagian integral dari upaya menyeluruh untuk meningkatkan kesehatan remaja (Fransiska Kaligis, 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja menginginkan layanan kesehatan mental yang menjamin kerahasiaan (99,2%), bebas dari penilaian (98,5%), berkelanjutan dalam jangka waktu tertentu (96%), dan dapat diakses secara daring (84,5%). Selain itu, remaja juga mengkritik bahwa layanan yang ada seringkali diisi oleh tenaga profesional yang kurang ramah (99,2%) dan tidak cukup terbuka dalam mendengarkan masalah yang dihadapi oleh remaja (99%) (Fransiska Kaligis, 2021).

Stigma negatif seputar kesehatan mental di masyarakat menjadi penghalang bagi remaja untuk mencari bantuan dari layanan kesehatan mental. Beberapa remaja bahkan merasa takut untuk mengungkapkan kebutuhan remaja kepada keluarga atau orang terdekat karena khawatir dinilai kurang beribadah, bersyukur, atau ketika keadaannya sudah terlalu parah (gila), hingga tidak bisa sembuh. Stigma-stigma ini membuat banyak penderita gangguan kesehatan mental cenderung menyembunyikan keadaannya (Fransiska Kaligis, 2021).

Peran hukum dalam melindungi kesehatan mental remaja sangat signifikan. Aparat hukum bertanggung jawab menyediakan kerangka regulasi yang mendukung serta melindungi hak-hak remaja terkait dengan kesehatan mental (Riswandie & Maharani, 2024). Salah satu bentuk perlindungan ini termanifestasi melalui kebijakan dan Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023 Pasal 77 ayat (1) huruf b yang secara khusus mengatur hak-hak remaja dalam konteks kesehatan mental. Ini termasuk hak untuk mendapatkan layanan kesehatan mental tanpa adanya diskriminasi dan stigmatisasi. Di samping itu, peran aparat hukum dalam menangani kasus kekerasan, kejahatan seksual, atau pelecehan yang berpotensi merugikan kesehatan mental remaja sangat penting. Penegakan hukum terhadap pelaku kejahatan tersebut dapat memberikan perasaan aman dan keadilan bagi remaja yang menjadi korban.

Salah satu kasus kejahatan seksual yang terjadi di Jawa Barat tepatnya di Kabupaten Cianjur menyebabkan rasa trauma terhadap remaja berusia 16 tahun. Remaja ini menjadi korban kejahatan seksual yang dilakukan oleh pamannya sendiri. Kejahatan tersebut tidak hanya terjadi sekali saja, melainkan terjadi secara berulang yang dilakukan sejak tahun 2021 di rumahnya yang terletak di Desa Mekar Laksana, Kecamatan Sindang Barang. Setiap melakukan perbuatan tersebut pelaku selalu melakukan tindak kekerasan dan mengancam korban jika korban tersebut tidak memenuhi perintahnya. Karena korban tidak tahan dengan perbuatan pelaku, korban akhirnya mengungkapkan peristiwa yang menyimpannya kepada orangtuanya, yang merupakan langkah penting untuk menghadapi ketegangan psikis yang dialami akibat tindakan keji pamannya (Firman Taufiqurrahman, 2023). Keberanian korban untuk membuka cerita dapat dianggap sebagai langkah pertama untuk mendapatkan bantuan dan dukungan. Pelaku akan menghadapi konsekuensi hukum sesuai dengan Pasal 81 Ayat Undang-Undang RI Nomor 17 Tahun 2016 tentang tindak pidana persetubuhan terhadap remaja, dengan ancaman hukuman maksimal 15 tahun penjara. Peraturan ini dirancang untuk

melindungi remaja dari kejahatan seksual, memberikan keadilan bagi korban, serta menciptakan efek jera bagi pelaku kejahatan seksual (Fransiska Kaligis, 2021).

Dalam situasi ini, perlindungan mencerminkan dukungan nyata dari pemerintah atau penguasa melalui penerapan peraturan-peraturan yang bertujuan menjaga hak-hak subjek hukum (Suwasta & Jahana, 2024). Ini termasuk keterlibatan keluarga dalam memberikan perlindungan kepada remaja yang rentan terhadap masalah kesehatan mental. Dalam rangka meningkatkan efektivitas perlindungan ini, perlu adanya hukum sebagai pedoman dan alat kontrol sosial.

Menurut konsep E. Utrecht, hukum dapat diartikan sebagai kumpulan arahan hidup yang mengatur keteraturan dalam sebuah masyarakat (Yati Nurhayati, 2022). Setiap remaja dalam lingkungan masyarakat diharapkan untuk mematuhi peraturan tersebut, dan baik pemerintah maupun masyarakat memiliki hak untuk bertindak jika terjadi pelanggaran. Hukum juga berperan sebagai sistem peraturan yang mencakup norma dan sanksi untuk mengendalikan perilaku remaja.

Dalam upaya menjaga kesejahteraan remaja, perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja memiliki peran krusial (Pratama *et al.*, 2023). Perlindungan hukum mencakup upaya untuk melindungi martabat dan harkat remaja serta pengakuan hak asasi manusia yang diatur dalam perundang-undangan. Fungsi ini bertujuan untuk menghindarkan seseorang dari penyalahgunaan kekuasaan dan menyediakan sistem peraturan yang dapat menangkal potensi risiko lainnya. Dengan perlindungan hukum, remaja dapat merasa terlindungi dalam hak-hak asasi manusia, terutama terkait dengan kesehatan mental remaja, yang mungkin terancam oleh tindakan orang lain (Cunduk Wasiati, 2020).

Peran sistem hukum dalam memberikan dukungan bagi remaja yang menghadapi tantangan mental sangat berarti. Tantangan kesehatan mental remaja menjadi isu yang semakin kompleks dan mendesak dalam masyarakat modern. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai tantangan yang dihadapi remaja dalam menjaga kesehatan mental. Dalam analisis mendalam, sejumlah faktor kunci telah diidentifikasi sebagai kontributor utama terhadap kesejahteraan mental remaja, melibatkan tekanan sekolah, dinamika pergaulan, dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesehatan mental remaja secara signifikan (Risdayatie *et al.*, 2024).

Hasil penelitian ini menyoroti kompleksitas tantangan yang dihadapi remaja dalam menjaga kesehatan mental. Dengan memahami dan mengidentifikasi faktor-faktor tersebut, langkah-langkah intervensi dan pencegahan dapat dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan mental remaja secara holistik. Kesadaran masyarakat, dukungan keluarga, dan pendekatan yang berpusat pada siswa di sekolah dapat menjadi kunci dalam mengatasi tantangan ini dan membantu remaja mengatasi masalah kesehatan mental remaja.

Pentingnya sistem hukum dalam memberikan dukungan dan perlindungan bagi remaja yang menghadapi tantangan mental menjadi semakin penting dalam konteks kompleksitas isu kesehatan mental remaja (Wulandari & Elviany, 2024). Upaya identifikasi dan pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor kunci, seperti tekanan sekolah dan dinamika pergaulan, memberikan landasan untuk pengembangan intervensi dan pencegahan yang lebih efektif. Hasil penelitian menekankan perlunya pendekatan holistik, melibatkan kesadaran masyarakat, dukungan keluarga, dan pendekatan berfokus pada siswa di lingkungan sekolah untuk mengatasi tantangan kesehatan mental remaja dengan lebih efektif.

Implikasi hukum terhadap perlindungan kesehatan mental remaja menjadi aspek kritis yang membutuhkan perhatian serius dalam konteks sistem hukum yang ada. Dalam mengevaluasi implikasi hukum terhadap perlindungan kesehatan mental remaja, perlu dicermati sejauh mana kerangka hukum yang ada dapat mengakomodasi dan melindungi hak serta kebutuhan kesehatan mental remaja. Hal ini melibatkan pemahaman mendalam terhadap peraturan – peraturan yang berlaku dan perbandingan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan kebutuhan remaja modern. Evaluasi ini juga harus mempertimbangkan aspek etika dan prinsip – prinsip hak asasi manusia (Raffi Alfiansyah, 2022).

Evaluasi implikasi hukum terhadap perlindungan kesehatan mental remaja merupakan langkah penting untuk memastikan bahwa kerangka hukum yang ada memberikan perlindungan yang efektif dan sesuai dengan perkembangan zaman. Evaluasi ini harus mencakup pemahaman mendalam terhadap peraturan – peraturan yang berlaku, responsivitas terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan kebutuhan remaja, serta aspek etika dan hak asasi manusia. Jika perlu, langkah – langkah pembaharuan atau penyesuaian hukum dapat diusulkan untuk memastikan bahwa perlindungan kesehatan mental remaja menjadi fokus yang lebih kuat dalam sistem hukum yang ada (Mohamad Rizal, 2023).

Keluar dari ranah hukum, keluarga juga memiliki peran sentral dalam melindungi kesehatan mental remaja. Suasana keluarga yang mendukung, terbuka, dan penuh pengertian dapat menjadi faktor kunci dalam mencegah dan mengatasi masalah kesehatan mental (Daulay *et al.*, 2023). Keluarga juga bertanggung jawab untuk memastikan bahwa hak-hak remaja dihormati dan dipenuhi, termasuk hak untuk mendapatkan perawatan kesehatan mental yang memadai.

Keluarga memainkan peran sentral dalam melindungi hak-hak hukum dan kesehatan mental remaja. Hasil penelitian ini mendalam mengungkapkan sejumlah aspek hukum yang melibatkan peran keluarga dalam memberikan perlindungan terhadap kesehatan mental remaja. Fokus pada pemahaman mendalam ini bertujuan untuk merinci bagaimana keluarga dapat berfungsi sebagai garda terdepan dalam memastikan perlindungan hukum dan kesejahteraan psikologis remaja (Simanjuntak *et al.*, 2024).

Kesejahteraan psikologis menggambarkan keadaan kesehatan psikologis remaja yang ditandai oleh fungsi positif dalam mencapai aktualisasi diri. Proses aktualisasi diri memiliki potensi untuk membawa remaja menuju kesejahteraan dan kebahagiaan hidup, yang dikenal sebagai psychological well-being atau kesejahteraan psikologis. Dimensi positif dalam aspek psikologis mencakup penerimaan diri, hubungan baik dengan orang lain, kemandirian, kemampuan mengelola lingkungan, tujuan hidup, serta pengembangan diri. Untuk mewujudkan kesejahteraan psikologis remaja, dalam menjaga kesehatan mental dibutuhkan dukungan dari orang terdekat (Sinta *et al.*, 2024).

Dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis remaja, perlu adanya cara untuk menjaga komunikasi efektif dalam keluarga dengan melakukan percakapan mendalam yang terjadi antara remaja dan keluarga yang dapat menciptakan kebahagiaan tersendiri bagi remaja. Percakapan mendalam (*deeptalk*) adalah percakapan dua arah secara mendalam untuk menceritakan banyak hal yang bermakna bagi remaja. Dengan upaya itu, remaja merasa diperhatikan oleh keluarga akan membuat remaja merasa dirinya berharga dan diterima dalam keluarga, sedangkan bagi keluarga, hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup (Fajar *et al.*, 2023).

Kehadiran dan keterlibatan aktif keluarga memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental remaja dari segi perlindungan hukum. Keluarga yang terlibat secara emosional dan memberikan dukungan psikososial mampu menciptakan ikatan yang kuat dengan remaja. Ini menjadi dasar penting untuk membentuk lingkungan yang aman secara emosional, di mana remaja merasa dapat membuka diri dan mengatasi permasalahan kesehatan mental remaja. Perlindungan hukum dalam konteks ini melibatkan hak remaja untuk tumbuh dan berkembang dalam lingkungan yang mendukung, yang diakui dan dilindungi oleh berbagai instrumen hukum dan kebijakan perlindungan remaja (Kusumawardani, 2023).

Dari segi perlindungan hukum, keluarga berperan dalam memahami dan menegakkan hak-hak kesehatan mental remaja. Hal ini mencakup hak untuk mendapatkan informasi yang benar, hak untuk diperlakukan dengan hormat, dan hak untuk melibatkan diri dalam keputusan terkait perawatan kesehatan mental. Keluarga, sebagai pelindung dan pembela hak-hak remaja, memiliki tanggung jawab untuk memastikan bahwa hak-hak ini dihormati dan dilindungi, baik di tingkat masyarakat maupun dalam interaksi remaja dengan lembaga-lembaga kesehatan.

Dalam hal ini, hasil penelitian menunjukkan bahwa efektivitas perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja sangat bergantung pada keterlibatan dan kesadaran keluarga terhadap hak dan kewajiban remaja. Mengakui dan memahami peran keluarga dalam konteks perlindungan hukum terhadap kesehatan mental menjadi langkah penting dalam membangun lingkungan yang mendukung dan melindungi remaja. Perlu adanya upaya kolaboratif antara keluarga, lembaga pendidikan, dan sistem kesehatan untuk memastikan bahwa hak-hak dan kesejahteraan kesehatan mental remaja menjadi prioritas dan terlindungi sesuai dengan norma-norma hukum yang berlaku (Melani *et al.*, 2024).

Kerjasama antara aparat hukum dan keluarga juga memegang peranan vital dalam upaya pencegahan. Sistem pendidikan dan sosial juga dapat ikut serta dengan memberikan pemahaman dan dukungan terhadap kesehatan mental remaja. Program pendidikan yang mencakup aspek kesehatan mental dan akses yang mudah ke layanan kesehatan mental merupakan langkah konkret untuk melindungi kesejahteraan remaja. Langkah-langkah hukum yang ditujukan untuk mengatur perlindungan terhadap kesehatan mental remaja menjadi suatu kebutuhan esensial untuk memberikan keamanan dari berbagai potensi ancaman.

Secara keseluruhan, perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja membutuhkan pendekatan menyeluruh yang melibatkan berbagai pihak, termasuk aparat hukum, keluarga, dan masyarakat. Hal ini sesuai

dengan Pasal 50 ayat (5) Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023, yang menyatakan bahwa Pemerintah Pusat, Pemerintah Daerah, keluarga, dan masyarakat memiliki tanggung jawab dalam menyelenggarakan Upaya Kesehatan bagi remaja yang memenuhi standar, aman, berkualitas, dan terjangkau. Dengan pendekatan ini, remaja di Indonesia dapat tumbuh dan berkembang dalam lingkungan yang mendukung, aman, dan nyaman, sehingga kesehatan mental remaja tetap terjaga (Aulia *et al.*, 2023).

Peningkatan perlindungan hukum dan komunikasi keluarga dalam mendukung kesehatan mental remaja merupakan aspek kritis dalam membangun lingkungan yang aman dan mendukung perkembangan psikologis remaja. Berdasarkan temuan penelitian, terdapat sejumlah rekomendasi yang dapat diusulkan untuk memperkuat perlindungan hukum dan memajukan komunikasi keluarga guna mendukung kesehatan mental remaja (Anggelica & Siahaan, 2021).

Peningkatan Perlindungan Hukum. (1) Reformasi Kebijakan Hukum Kesehatan Mental Remaja: Diperlukan reformasi kebijakan hukum yang lebih khusus dan terfokus pada perlindungan kesehatan mental remaja. Peraturan ini harus mencakup hak-hak dan tanggung jawab orangtua, guru, dan pihak terkait dalam mendukung kesehatan mental remaja (2) Penguatan Kolaborasi Antar Lembaga: Meningkatkan kerjasama antara lembaga-lembaga yang terlibat dalam perlindungan kesehatan mental remaja, termasuk sekolah, pusat kesehatan, dan lembaga-lembaga pemerintah. Koordinasi yang lebih baik dapat membantu memastikan bahwa peraturan yang ada diterapkan secara efektif, sementara juga memfasilitasi pertukaran informasi yang penting untuk mendukung kesehatan mental remaja.

Panduan untuk Komunikasi Keluarga yang Mendukung. (1) Pelatihan Komunikasi untuk Orangtua dan Wali: Memberikan pelatihan komunikasi kepada orangtua dan wali agar dapat lebih efektif berkomunikasi dengan remaja tentang isu-isu kesehatan mental. Ini dapat mencakup strategi komunikasi yang positif, peningkatan keterampilan mendengarkan, dan pemahaman mendalam tentang cara menanggapi tanda-tanda perubahan perilaku yang mungkin terkait dengan masalah kesehatan mental. (2) Pengembangan Program Pendidikan Keluarga tentang Kesehatan Mental: Mendukung pengembangan program pendidikan kesehatan mental untuk keluarga, yang dapat diselenggarakan di tingkat sekolah atau komunitas. Program ini dapat memberikan informasi yang lebih baik tentang tanda-tanda kesehatan mental remaja, cara berkomunikasi secara terbuka, dan sumber daya yang tersedia untuk membantu keluarga dalam mendukung remaja.

### **Komunikasi Efektif Dalam Keluarga**

Menurut para ahli, komunikasi dapat didefinisikan sebagai proses interaksi sosial di mana individu berupaya mempengaruhi tindakan orang lain melalui pengiriman pesan verbal. Dalam konteks ini, komunikasi tidak hanya mencakup pertukaran informasi, tetapi juga melibatkan pengungkapan perasaan, pemahaman empati, serta respek terhadap pendapat dan pandangan remaja (Anisah *et al.*, 2022).

Setiap keluarga harus memiliki komunikasi yang efektif karena dapat meningkatkan kualitas hubungan antara remaja dan keluarga. Peran keluarga, terutama orang tua, memiliki pengaruh besar dalam membentuk karakter sekaligus menjaga kesehatan mental remaja di era modern (Kumowal *et al.*, 2022). Masalah kesehatan mental pada remaja dapat mempengaruhi kualitas hidup dan berdampak pada masa depan remaja, di mana lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor yang signifikan (Aisyaroh *et al.*, 2022).

Keluarga adalah tempat pertama remaja belajar dan bertumbuh menjadi pribadi yang baik. Selain itu, rumah juga merupakan sekolah yang paling penting untuk masa pertumbuhan remaja, dimana remaja dapat belajar tentang tingkah laku hidup yang akan remaja hadapi dan jalani seiring berkembangnya waktu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), keluarga adalah kelompok sosial terkecil satu kesatuan kekerabatan yang terbentuk karena adanya hubungan darah, seperti hubungan antara orang tua dan anak (Mahmudah, 2022).

Komunikasi keluarga menjadi cara seorang remaja berinteraksi dan menjaga hubungan dengan anggota keluarganya. Pada hakikatnya, komunikasi keluarga berfungsi sebagai wadah untuk membangun karakter seorang remaja yang masih berada dalam jangkauan dan pantauan keluarganya. Fungsi utama keluarga adalah memperluas komunikasi dan menyelesaikan persoalan-persoalan yang dihadapi remaja. Hal itu, bertujuan agar remaja merasa didengar dan dipedulikan oleh keluarganya sendiri sehingga merasa nyaman untuk berbicara mengenai masalah yang remaja alami. Ini menciptakan suasana terbuka di antara keluarga dan remaja, memungkinkan keduanya saling memberikan saran dan bantuan untuk menangani masalah yang timbul.

Dengan demikian, hubungan akrab dan saling mendukung antara remaja dan keluarga dapat terbentuk. Jika hal ini diperkenalkan sejak usia dini, dapat memiliki dampak yang positif dalam jangka panjang. Ketika komunikasi dalam keluarga berjalan dengan baik, remaja cenderung merasa lebih aman secara emosional, memungkinkan remaja untuk lebih mudah mengekspresikan kekhawatiran, rasa takut, atau tekanan yang remaja alami (Buanasari, 2021).

Komunikasi keluarga yang efektif dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap kondisi kesehatan mental remaja. Dalam keluarga yang terbuka dan mendukung, remaja cenderung merasa lebih nyaman untuk berbicara tentang perasaan, kecemasan, atau tekanan yang remaja hadapi. Komunikasi yang terbuka ini menciptakan platform di mana orangtua dapat mengidentifikasi tanda-tanda masalah kesehatan mental dengan lebih baik. Melalui dialog terbuka, orangtua dapat memahami perubahan perilaku atau emosional pada remaja, yang mungkin merupakan indikasi dari masalah kesehatan mental yang perlu mendapat perhatian (Azzahra *et al.*, 2021).

Komunikasi dalam keluarga dapat menjadi pondasi penting bagi penerapan perlindungan hukum yang efektif. Dalam kondisi yang memerlukan intervensi hukum, hubungan yang solid di antara anggota keluarga dapat mendukung upaya perlindungan tersebut. Sebagai contoh, ketika remaja membutuhkan perawatan atau intervensi terkait kesehatan mental, komunikasi yang terbuka memungkinkan orang tua bekerja sama secara optimal dengan tenaga kesehatan dan otoritas hukum untuk memastikan perlindungan yang tepat (Anisah *et al.*, 2022).

Kesehatan mental remaja menjadi isu penting karena masa remaja merupakan tahap peralihan antara dunia anak-anak dan dewasa. Terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi kesehatan mental remaja, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, perkembangan serta kematangan, aspek psikologis, nilai-nilai religius, cara menghadapi masalah, makna hidup, dan kemampuan menjaga keseimbangan dalam berpikir. Sementara itu, faktor eksternal mencakup aspek sosial, ekonomi, politik, serta tradisi budaya, meskipun pengaruh faktor internal lebih dominan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja di Indonesia berada dalam kategori "*borderline*" dalam hal kesehatan mental. Kondisi ini mengindikasikan bahwa remaja rentan mengalami berbagai masalah psikologis, seperti gangguan emosi, masalah perilaku, dan kesulitan bersosialisasi. Pola asuh yang otoriter dan permisif dianggap sebagai faktor kontribusi utama

Pola asuh otoriter menggambarkan pendekatan keluarga yang kaku dan cenderung tidak adil. Pola ini ditandai dengan penerapan aturan yang sangat ketat, seringkali memaksa remaja untuk meniru perilaku orang tua, membatasi kebebasan remaja untuk bertindak secara mandiri, serta minimnya komunikasi dan interaksi dalam keluarga. Pandangan ini sejalan dengan pendapat Santrock, yang menyebutkan bahwa remaja dari keluarga dengan pola asuh otoriter lebih rentan menghadapi masalah emosional (Farichah & Neima, 2024).

Pola asuh permisif, di sisi lain, memberikan kebebasan tanpa batas kepada remaja untuk bertindak sesuai dengan kehendaknya. Dalam pola ini, keluarga tidak memberlakukan hukuman atau pengendalian, membiarkan remaja berperilaku sesuai dengan keinginannya, meskipun itu bertentangan dengan norma sosial. Penelitian yang dilakukan oleh para ahli menunjukkan adanya hubungan positif antara pola asuh permisif dan masalah kesehatan mental emosional remaja, yang berarti semakin dominan pola asuh permisif, semakin besar kemungkinan remaja menghadapi masalah kesehatan mental.

Strategi komunikasi yang terbuka dan positif dalam keluarga menjadi kunci untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang nilai-nilai, norma, dan harapan keluarga. Terbentuknya strategi tersebut membantu remaja membangun identitas dan pemahaman yang stabil terkait nilai-nilai keluarga, yang dapat melindungi kesehatan mental remaja dari pengaruh eksternal yang tidak sejalan dengan nilai-nilai tersebut.

Dengan menjaga komunikasi yang sehat, keluarga dapat berperan sebagai tempat perlindungan dan dukungan bagi remaja, membantu remaja mengatasi tekanan dari lingkungan sekitar, teman-teman, dan tuntutan perkembangan yang kompleks. Komunikasi efektif dalam keluarga tidak hanya menciptakan ikatan emosional yang kuat, tetapi juga memberikan landasan yang kokoh untuk menjaga kesehatan mental remaja.

Efektivitas komunikasi keluarga memegang peranan krusial dalam mendukung kesehatan mental remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika komunikasi di dalam lingkungan keluarga memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologi remaja. Gaya komunikasi yang terbuka, penuh dukungan, dan memfasilitasi ekspresi emosi secara sehat dapat memberikan perlindungan dan memberdayakan remaja mengatasi tantangan kesehatan mental (Razali *et al.*, 2024).

Gaya Komunikasi Terbuka dan Penuh Dukungan. Dalam keluarga yang menerapkan gaya komunikasi terbuka, anggota keluarga merasa nyaman untuk berbicara tentang perasaan dan pengalaman dirinya masing-masing. Komunikasi yang terbuka memungkinkan remaja untuk berbagi perasaan tanpa takut dihakimi, menciptakan ruang aman untuk menyuarkan kekhawatiran dan kebutuhan remaja terkait kesehatan mental (Panggalo *et al.*, 2024).

Dukungan Emosional dan Tanggapan Positif. Dukungan emosional dari keluarga juga memainkan peran penting dalam kesehatan mental remaja. Misalnya, ketika remaja menghadapi masalah kesehatan mental, dukungan emosional dapat mencakup memberikan perhatian, memahami, dan menanggapi dengan empati. Tanggapan yang positif ini dapat meningkatkan ketahanan psikologis dan membantu remaja mengatasi kesulitan (Sabrina *et al.*, 2023).

Komunikasi Interaktif dan Pertemuan Keluarga. Keluarga yang terlibat dalam komunikasi interaktif dan rutin mengadakan pertemuan keluarga memiliki tingkat kesehatan mental yang lebih baik. Pertemuan keluarga memberikan kesempatan untuk membahas isu-isu yang mungkin mempengaruhi kesehatan mental remaja, mempromosikan kebersamaan, dan meningkatkan pemahaman bersama. Diskusi terbuka tentang kesehatan mental dapat menciptakan kesadaran bersama dan mengurangi stigma terkait isu-isu psikologis (Annah, 2023).

Pemberdayaan Remaja dalam Pengambilan Keputusan. Gaya komunikasi yang memberdayakan remaja dalam pengambilan keputusan juga terbukti efektif dalam mendukung kesehatan mental (Annah, 2023). Komunikasi tentang Media Sosial dan Teknologi. Dalam era digital, hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi keluarga tentang penggunaan media sosial dan teknologi juga memainkan peran penting dalam kesehatan mental remaja. Diskusi terbuka tentang penggunaan yang sehat, batasan waktu, dan pemahaman risiko online dapat membantu melindungi kesehatan mental remaja dari dampak negatif teknologi (Julhamdani *et al.*, 2024).

Efektivitas komunikasi keluarga memberikan dampak yang signifikan pada kesehatan mental remaja. Gaya komunikasi yang terbuka, penuh dukungan, dan mendorong partisipasi remaja dalam pengambilan keputusan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan psikologis yang positif. Dengan demikian, mempromosikan interaksi keluarga yang sehat dan memberdayakan remaja melalui komunikasi yang positif menjadi suatu aspek yang sangat penting. Ini tidak hanya berkontribusi pada kondisi kesehatan mental remaja secara langsung, tetapi juga membentuk dasar yang kokoh untuk mendukung kesehatan mental remaja dalam jangka panjang (Retnoningtias *et al.*, 2024).

#### **D. Kesimpulan**

Sistem hukum memiliki peran krusial dalam menangani isu kesehatan mental, terutama dengan mengatur dan membatasi hak-hak individu yang berkaitan dengan kesehatan mental. Sistem ini juga membantu menangani masalah seperti disiplin sekolah, risiko kesehatan mental, dan faktor lain yang berdampak pada kesehatan jiwa. Kolaborasi antara pemerintah dan keluarga menjadi kunci dalam mengatasi masalah kesehatan mental, karena hukum mencerminkan aturan kolektif yang mengatur hak-hak serta norma masyarakat. Salah satu peran pemerintah dalam mempromosikan kesehatan mental adalah membangun hubungan yang baik dengan keluarga dan mendorong pengembangan layanan kesehatan jiwa.

Komunikasi yang efektif berperan penting dalam membantu keluarga memahami kondisi kesehatan mental remaja dengan lebih baik, yang pada gilirannya mendukung penerapan intervensi hukum secara tepat. Dukungan emosional dan pendekatan positif terhadap kesehatan mental menjadi kunci untuk mengurangi stigma yang sering melekat pada masalah psikologis. Kemampuan untuk berkomunikasi secara efektif, bersikap terbuka terhadap lingkungan, dan mengekspresikan emosi dengan baik dapat membantu mengurangi stigma sekaligus meningkatkan kesehatan mental remaja. Artikel ini bertujuan memberikan wawasan lebih mendalam mengenai peran komunikasi dalam keluarga dalam mendukung perlindungan hukum terhadap kesehatan mental remaja. Selain itu, artikel ini juga diharapkan dapat menjadi landasan untuk pengembangan sistem yang lebih efektif dalam melindungi hak-hak serta kesejahteraan remaja di masa mendatang.

## Daftar Pustaka

- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.55116/SPICM.V1I1.6>
- Anggelica, & Siahaan, C. (2021). Pengaruh Komunikasi Bagi Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4(2), 121–131. <https://doi.org/https://doi.org/10.51212/sel.v4i2.71>
- Anisah, N., Padillah, S. P., Barus, P., Sepriandito, R., Hasibuan, R. B., & Kustiawan W. (2022). Psikologi Komunikasi. *Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi Dan Manajemen (JIKEM)*, 2(1), 1705–1715.
- Annah, I. (2023). *Promosi Kesehatan Remaja* (Hayat, Ed.; Cetakan 1). Unisma Press.
- Aulia, A., Shahada, E. Al, Olivia, Sinaga, R. D. H., Sihombing, N. C., & Nugraha, D. M. (2023). Menghapus Kekerasan Pada Anak: Membangun Jembatan Menuju Kesembuhan dan Kebebasan. *Jurnal Hukum Progresif*, 6(12), 73–82.
- Azzahra, A. A., Shambah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461–472. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.37832>
- Buanasari, A. (2021). *Asuhan Keperawatan Sehat Jiwa Pada Kelompok Usia Remaja* (A. S. Khairunisa, Ed.; Cetakan Pe). Tohar Media.
- Cahyanti, A. (2020). Peran Keluarga Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja Di Kelurahan Yosorejo 21 A Metro Timur. In Ayu Cahyanti. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro.
- Cunduk Wasiati. (2020). Partisipasi Orang Tua Terhadap Perlindungan Anak Sebagai Suatu Bentuk Perlindungan Hak Asasi Manusia. *Jurnal Widya Pranata Hukum*, 2(1), 118–143. <https://doi.org/https://doi.org/10.37631/widyapranata.v3i1.93>
- Daniswara, R. A., & Risiko Faristiana, A. (2023). Tranformasi Peran Dan Dinamika Keluarga Di Era Digital Menjaga Keluarga Dalam Revolusi Industri 4.0 Tantangan Dalam Perubahan Sosial. *JISPENDIORA: Jurnal Ilmu Sosial*, 2(2), 29–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.56910/jispendiora.v2i1>.
- Daulay, W., Lailan Nasution, M., & Purba, J. M. (2023). Pola Komunikasi Keluarga; Studi Kasus Pada Remaja dengan Kategori Resiko dan Gangguan Masalah Kesehatan Jiwa. *Content:Journal of Communication Studies*, 01(01), 34–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.32734/cjcs.v1i01.11842>
- Diana Vidya Fakhriyani. (2022). Kesehatan Mental. In M. Thoha (Ed.), *Early Childhood Education Journal* (pp. 1–143). Duta media.
- Fajar, L., Ilmi, M., Tasawuf, J., Psikoterapi, D., Uin, U., Gunung, S., & Bandung, D. (2023). Deep Talk sebagai Pola Komunikasi Efektif dalam Keluarga. *CISS 4th: Islamic Studies Across Different Perspective: Trends, Challenges and Innovation*, 19, 254–260.
- Farichah, S. D., & Neima, E. I. S. (2024). Dampak Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Beragama Siswa. *Tarbiyatuna: Jurnal Pendidikan Ilmiah*, 9(1), 35–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.55187/tarjpi.v9i1.5621>
- Firman Taufiqurrahman. (2023). *Remaja di Cianjur Jadi Korban Kejahatan Seksual Pamannya sejak 2021*. Kompas.Com. <https://amp.kompas.com/bandung/read/2023/10/16/202839678/remaja-di-cianjur-jadi-korban-kejahatan-seksual-pamannya-sejak-2021>
- Fransiska Kaligis. (2021). *Riset: Usia 16-24 tahun adalah periode kritis untuk kesehatan mental remaja dan anak muda Indonesia*. The Conversation. <https://theconversation.com/riset-usia-16-24-tahun-adalah-periode-kritis-untuk-kesehatan-mental-remaja-dan-anak-muda-indonesia-169658>

- Gloria. (2022). *Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental*. Universitas Gadjah Mada. <https://www.ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental>
- Julhamdani, F., Trianti, E., Tarsono, Ulfiah, & Nugraha, H. (2024). Peran Teknologi dan Media Sosial dalam Membentuk Dinamika Kesehatan Mental Berdasarkan Perspektif Islam. *Journal on Education*, 06(02), 11448–11463.
- Kumowal, R. L., Kalintabu, H., & Awuy, P. O. (2022). Orangtua Dan Gereja Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Remaja Sitasi. *Humanlight Journal of Psychology*, 3(2), 88–101. <https://doi.org/https://doi.org/10.51667/jph.v3i2.1203>
- Kusumawardani, E. (2023). *Urgensi Pelibatan Orang Tua Untuk Anak Remaja* (B. A. Laksono, Ed.; Cetakan Pe). Bayfa Cendekia Indonesia.
- Mahmudah. (2022). *Makna dan Arti Kata Keluarga Menurut Kamus Besar Indonesia, KBBI*. Duniaanakindonesia. <https://www.duniaanakindonesia.com/pendidikan/pr-4735956240/makna-dan-arti-kata-keluarga-menurut-kamus-besar-indonesia-kbbi>
- Meilinda, M. (2021). Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi. *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 11–19. <https://doi.org/10.24260/as-syamil.v1i1.342>
- Melani, M., Prastita, N. P. G., Putri, R. T. D., & Adnani, Q. E. S. (2024). *Promosi Kesehatan Remaja Dengan Pendekatan KIPK* (H. Susiarno, Ed.; Cetakan 1). Salnesia.
- Mohamad Rizal, M. S. (2023). Tantangan Dalam Rehabilitasi Kelompok Rentan Di Lembaga Pemasarakatan: Studi Kasus Pada Narapidana Remaja Dengan Gangguan Mental. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 11(3), 51–56.
- Nurul, F. (2023). Penegakan hukum terhadap pelaku kekerasan seksual pada anak dihubungkan dengan tujuan pemidanaan di wilayah Kabupaten Purwakarta. In *UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. [digilib.uinsgd.ac.id](https://digilib.uinsgd.ac.id).
- Panggalo, I. S., Arta, S. K., Qarimah, S. N., Adha, Mohd. R. F., Laksono, R. D., Aini, K., Kirana, S. A. C., & Judijanto, L. (2024). *Kesehatan Mental* (P. I. Daryaswanti, Ed.; Cetakan 1). Sonpedia Publishing Indonesia.
- Pratama, Y. H., Anargya, A. R., & Rosidah, A. S. (2023). Kesehatan Mental Dalam Islam. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran (JURRIKE)*, 2(2), 192–197.
- Putri, U. N. H., Nur'aini, Sari, A., & Mawaadah, S. (2022). *Modul Kesehatan Mental* (T. Akbar & Safrinal, Eds.; Cetakan 1). Azka Pustaka.
- Raffi Alfiansyah. (2022). Hukum dan Hak Asasi Manusia dalam Lingkungan Masyarakat. *Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 2(3), 88–95. <https://doi.org/https://doi.org/10.56393/decive.v2i3.1500>
- Razali, G., Pohan, H. D., & Putri, S. T. (2024). *Psikologi Komunikasi Dan Perkembangan Manusia* (S. Wulandari, Ed.; Cetakan 1). Ruang Karya.
- Retnoningias, D. W., Palupi, T. N., Hardika, I. R., Anisah, L., Jauhari, D. R., Nugroho, R. S., Dewi, N. N. A. I., Fauziah, L. H., Fitri, Z., Galugu, N. S., Kadir, A., Aristuti, N. M. M. P., & Khodijah, S. (2024). *Psikologi Keluarga* (C. Novianti & S. Gunardi, Eds.; Cetakan 1). Tohar Media.
- Risdayatie, D., Indah, I. R., Firman, K. D. J., Utami, R. L., Titalia, Y. S., & Nurjaman, A. R. (2024). Pendekatan Holistik Berdasarkan Ajaran Islam Untuk Menanggulangi Krisis Kesehatan Mental Di Kalangan Remaja Muslim. *Jurnal Kajian Agama Dan Dakwah*, 2(3), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.4236/tashdiq.v3i1.2708>

- Riswandie, I., & Maharani, H. P. (2024). Dinamika Perlindungan Hukum Bagi Remaja Dalam Analisis Komparatif Hak Remaja, Anak, dan Orang Dewasa Terhadap Kepentingan Khusus Dalam Sistem Hukum Nasional. *Sultan Adam : Jurnal Hukum Dan Sosial*, 2(1), 54–66.
- Rudianto, Z. N. (2022). Pengaruh Literasi Kesehatan Terhadap Kesadaran Kesehatan Mental Generasi Z Di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(1), 49–72. <https://doi.org/10.31290/jpk.v11i1.2843>
- Sabrina, N. A., Christian, S., Adinda, M., & Kultsum, A. Z. (2023). Analisis Budaya Komunikasi Dalam Lingkungan Keluarga dan Pengaruhnya Terhadap Tindakan Kriminalitas pada Anak di Bawah Umur. *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humanioral*, 1(2), 1–27.
- Saskara, I. P. A., & Ulio. (2020). Peran Komunikasi Keluarga dalam Mengatasi Toxic Parents bagi Kesehatan Mental Anak. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 5(2), 125–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.62281/v2i1.37>
- Setiyawan, D., Rahmad, N., & Wardana, D. J. (2023). *Hukum Kesehatan* (A. Salsabilah, Ed.). Caremedia Group.
- Simanjuntak, V. A., Uly, N., Godsend, G., Kharisma, D. H., & Widiyani, H. (2024). Tinjauan Kriminologi Terhadap Catcalling di Tanjungpinang: Mengeksplorasi Perilaku Pelecehan Verbal dan Dampaknya Terhadap Perempuan dalam Perspektif Kriminologi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(10), 859–869. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.11519218>
- Sinta, D., Rahmat, M., Anwar, S., Nurhuda, A., & Bin Engku Ab Rahman, E. S. (2024). Religiusitas dan Kematangan Beragama dalam Membantu Menghadapi Quarter-Life Crisis Bagi Kalangan Generasi Milenial. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 21(2), 214–227. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2024.vol21\(2\).16940](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2024.vol21(2).16940)
- Suwasta, A. D., & Jahana, U. (2024). *Pengantar Ilmu Hukum* (H. A. Kusumah, Ed.; Cetakan 1). Tohar Media.
- Wijayanto, A. (2020). Peran Orangtua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 4(1), 55–65. <https://doi.org/10.21831/diklus.v4i1.30263>
- Wulandari, D., & Elvianny, R. (2024). Dampak Kesehatan Mental dan Lonjakan Kasus Bunuh Diri di Era Modern. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 51–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.3287/liberosis.v2i1.2086>
- Yati Nurhayati. (2022). *Pengantar Ilmu Hukum* (Ifrani, Ed.; Cetakan 1). Nusa Media.