

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN DEPRESI PADA MAHASISWA RANTAU DI UNIVERSITAS X

Anastasia Rosye Item¹, Sean Diva Uring¹, Michelle Christine Sambuaga¹

Universitas Klabat, Airmadidi, Sulawesi Utara

e-mail: michelles@unklab.ac.id

Abstract: Background: Migrant students are vulnerable to mental health problems, one of the problems is depression, which can be influenced by various factors including family support. Family support plays an important role as a support system that helps individuals cope with academic and social pressures while living away from their families. **Purpose:** This study aimed to determine the relationship between family support and the incidence of depression among migrant students at Universitas X. **Method:** This study used a quantitative method with a descriptive correlational design and a cross-sectional approach. The sample consisted of 122 respondents who were migrant students at Universitas X. Data were analyzed using Spearman's rho correlation test. **Results:** The results showed that the majority of respondents had good family support (82.0%), and most experienced moderate levels of depression (36.1%). Statistical analysis revealed a significant relationship between family support and depression, with a p-value of 0.001 (≤ 0.05) and a correlation coefficient of $r = -0.291$ which means weak correlation. **Conclusion:** There is a significant relationship between family support and depression among migrant students at Universitas X, although the strength of the correlation is weak. Therefore, family support should be maintained as one of the efforts to reduce the risk of depression among out-of-town students.

Keywords: Depression, family support, migrant students

Abstrak: Pendahuluan: Mahasiswa rantau rentan mengalami masalah kesehatan mental, salah satunya depresi yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk dukungan keluarga. Dukungan keluarga berperan sebagai sistem pendukung yang dapat membantu individu dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial selama menjalani kehidupan jauh dari keluarga. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada mahasiswa rantau di Universitas X. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional dan rancangan cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 122 responden yang merupakan mahasiswa rantau di Universitas X. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's rho. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik (82,0%), dan sebagian besar mengalami depresi pada kategori depresi sedang (36,1%). Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian depresi dengan nilai $p = 0,001$ ($\leq 0,05$) dan koefisien korelasi $r = -0,291$ yang berarti korelasi lemah. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada mahasiswa rantau di Universitas X, dengan kekuatan hubungan yang lemah. Oleh karena itu, dukungan keluarga tetap dipertahankan sebagai salah satu upaya dalam menurunkan risiko depresi pada mahasiswa rantau.

Kata Kunci: Depresi, dukungan keluarga, mahasiswa rantau

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang

sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Pada fase ini, biasanya mahasiswa

berada dalam rentang usia 18 hingga 25 tahun yang sering dianggap sebagai masa transisi menuju kedewasaan. Di tahap ini, mahasiswa mulai memikul tanggung jawab yang lebih besar, baik dalam perkembangan pribadi maupun kehidupan secara keseluruhan menuju kedewasaan (Hulukati & Djibrin, 2018). Mahasiswa rantau dapat diartikan sebagai individu yang belajar dan mencari pengalaman di perguruan tinggi yang terletak di luar daerah asalnya, sehingga harus meninggalkan kampung halaman (Herdi & Ristianingsih, 2021). Mahasiswa perantau merupakan individu yang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi yang berada di luar daerah asalnya. Artinya, individu harus meninggalkan kampung halaman untuk tinggal dan belajar di lingkungan baru. Kondisi ini menuntut mahasiswa perantau untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan, baik secara sosial, budaya, maupun emosional. Meskipun menghadapi banyak tantangan, pengalaman merantau juga dapat membentuk kemandirian dan 1 2 kemampuan beradaptasi yang bermanfaat bagi perkembangan pribadi dan akademik mahasiswa (Ummah & Murdiana, 2024).

Mahasiswa rantau sering dihadapkan pada tekanan akademik maupun sosial yang cukup besar, sehingga kondisi tersebut dapat berdampak terhadap kesehatan mental. Seseorang dapat dikatakan memiliki kesehatan yang baik apabila kondisi fisik dan mentalnya terjaga. Kesehatan jiwa sendiri merupakan keadaan sejahtera yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial, serta berkaitan dengan rasa percaya diri, kemandirian, dan kemampuan individu dalam mencapai potensinya (Anwar & Julia, 2021). Apabila seseorang memiliki masalah pada kesehatan mentalnya hal tersebut dapat memengaruhi pikiran, perasaan, tindakan, dan interaksi dengan orang lain sehingga membutuhkan perhatian serta penanganan yang tepat (Vitoasmara et al., 2024). Masalah mental lebih sering terjadi di antara usia remaja akhir dan dewasa awal, dimana di usia

seperti ini kondisi mental seringkali tidak stabil disertai dengan konflik, tuntutan, dan perubahan suasana hati yang dialami oleh seseorang baik anak sekolah maupun mahasiswa. Bagi seorang mahasiswa yang tidak dapat mengelola kondisi ini dapat menyebabkan masalah kesehatan mental yang berdampak pada kesehatan secara keseluruhan (Aloysius & Salvia, 2021). Salah satu bentuk gangguan mental yang sering terjadi adalah depresi, yang ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat, kelelahan, rasa bersalah, dan kesulitan berkonsentrasi (Kamalah et al., 2023).

Menurut Dharma (2019), individu yang mengalami depresi sering melihat diri sendiri sebagai orang yang tidak berharga, kesepian, dan tidak cukup baik serta melihat lingkungannya sebagai penghalang untuk mencapai tujuan. Jika dibiarkan, 3 kondisi ini akan mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan motivasi, serta berdampak pada kualitas hidup individu secara keseluruhan (Dianovinina, 2018). Bagi mahasiswa yang untuk pertama kalinya harus tinggal jauh dari keluarga dalam jangka waktu yang lama, perasaan kesepian merupakan masalah yang sering dijumpai. Ketidakhadiran orang-orang terdekat yang biasa memberikan dukungan secara langsung bisa memicu stres. Kehidupan di lingkungan baru yang masih asing juga dapat menambah tekanan mental. Mahasiswa perantauan yang harus meninggalkan rumah, teman, serta lingkungan yang sudah tidak asing lagi memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami tanda-tanda depresi (Salsabhila & Panjaitan, 2019). *Culture shock*, kurangnya dukungan, ditambah dengan banyaknya tugas kuliah, dapat membuat mahasiswa merasa sangat kelelahan secara mental. Akumulasi kelelahan mental ini berisiko mengganggu kesehatan mahasiswa. Tanda-tanda kelelahan mental pada mahasiswa umumnya meliputi sakit kepala, kehilangan nafsu makan, rasa cemas dan takut, gangguan pencernaan, serta insomnia. Jika tidak segera

ditangani, kondisi ini bisa berujung pada dampak yang lebih buruk.

Tentu saja, ini akan merugikan banyak pihak, mulai dari mahasiswa itu sendiri, pihak kampus, hingga keluarga (Sari & Susmiatin, 2023). Dukungan keluarga yang kurang dapat meningkatkan risiko depresi, sedangkan dukungan yang hangat dan positif dapat membantu meringankan gejala depresi. Dalam kondisi tersebut, dukungan keluarga menjadi faktor penting yang dapat memberikan rasa aman. Kehadiran keluarga yang peduli dan memahami dapat menjadi sumber kekuatan bagi individu tersebut, membantu individu merasa lebih dihargai dan tidak sendirian (Abdilah et al., 2023). Dukungan keluarga merupakan bentuk keterlibatan emosional, pemberian informasi, serta bantuan nyata yang diberikan kepada anggota keluarga dalam menghadapi masalah. Dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, penghargaan atas pencapaian, bantuan materiil, serta pemberian saran atau solusi terhadap permasalahan yang dihadapi (Susanti & Sa'adiah, 2023). Bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa rantau, dukungan keluarga sangat penting karena dapat mencegah kehilangan semangat dan memotivasi diri untuk tetap bertahan menghadapi tekanan akademik maupun pribadi. Keterlibatan orang tua juga berperan dalam membentuk karakter dan perilaku mahasiswa yang positif (Hamid et al., 2021). Secara keseluruhan, dukungan keluarga memiliki dampak yang besar terhadap kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan seseorang (Al Khorni, 2017).

Prevalensi kejadian depresi pada mahasiswa beberapa tahun terakhir ini menunjukkan angka yang cukup tinggi. Hal ini dapat dilihat dari beberapa penelitian sebelumnya. Salah satu penelitian sebelumnya yang melibatkan 64 studi dengan total 100.187 partisipan, prevalensi gejala depresi pada mahasiswa secara global mencapai 33,6%. Prevalensi tertinggi ditemukan pada mahasiswa di wilayah Afrika (40,1%), negara

berpenghasilan menengah ke bawah (42,5%), serta mahasiswa kedokteran (39,4%). Selain itu, penelitian yang dilakukan setelah pandemi COVID-19 menunjukkan prevalensi depresi yang lebih tinggi, yaitu sebesar 35,9% (Li et al., 2022). Sedangkan di Indonesia, kasus gangguan depresi tertinggi adalah 9.162.886 kasus atau 3,7% dari populasi yang ada. Pada tahun 2023 prevalensi depresi di Indonesia tercatat sebesar 1,4%. Kelompok anak muda berusia 15-24 tahun mengalami prevalensi depresi tertinggi, yaitu mencapai 2% (Kemenkes, 2023). Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa dan menjadi fokus dari berbagai penelitian. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Kedang et al. (2020), menyatakan bahwa seseorang yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarganya atau orang tua mengalami depresi sebesar 53,1% dengan hasil uji statistik didapati $p\text{-value} = 0,002$ ($p < 0,05$), yang berarti menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional dan rancangan cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 122 responden yang merupakan mahasiswa rantau di Universitas X. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's rho.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 **Gambaran Dukungan Keluarga**

	Frekuensi	Persentase
Kategori		
Kurang	0	0%

Cukup	22	18,0%
Baik	100	82,0%
Total	122	

Tabel 2 Gambaran Kejadian Depresi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tidak depresi	33	27,0%
Depresi ringan	21	17,2%
Depresi sedang	44	36,1%
Depresi berat	24	19,7%
Total	122	100%

Tabel 3 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Depresi

Variabel	Correlation Coefficient	p value
<i>Spearman's rho</i> Dukungan keluarga-Kejadian depresi	-0,291	0,001

Pembahasan

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa gambaran responden untuk dukungan keluarga yaitu, mayoritas 100 responden (82,0%) berada pada kategori dukungan keluarga baik. Dukungan keluarga baik adalah tingkat dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga secara konsisten, memadai, dan sesuai dengan kebutuhan individu yang mencakup dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan, sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis, motivasi, kualitas hidup, serta kemampuan individu dalam menghadapi stres dan permasalahan kehidupan (Christanti & Setia Wati, 2023; Fitriani; et al., 2026; Syamsudin et al., 2022). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa rantau yang terlibat pada penelitian ini berada dalam kategori dukungan keluarga yang baik atau mendukung, yang sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan bahwa sebagian besar

mahasiswa rantau memiliki dukungan keluarga yang baik (Atiawardani et al., 2025; Wahyuningtias, 2023). Terdapat juga hasil penelitian lain yang dilakukan secara umum pada mahasiswa, bukan spesifik pada mahasiswa rantau oleh Maramis dan Patabang (2023), menunjukkan bahwa mayoritas dari mahasiswa berada pada kategori dukungan keluarga yang baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tingkat dukungan keluarga dengan kategori baik. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata per item kuesioner yang mana sebagian besar responden menyatakan bahwa responden memperoleh dukungan moral, ide dalam melakukan sesuatu yang baik dari keluarga responden, dan memiliki hubungan yang saling berbagi dari keluarga. Kondisi ini berkontribusi terhadap tingkat depresi yang dialami responden, karena dukungan keluarga berperan sebagai faktor protektif dalam menjaga kesehatan mental. Hal ini mencerminkan terpenuhinya berbagai bentuk dukungan keluarga, yaitu dukungan emosional melalui perhatian, empati, dan kasih sayang, dukungan instrumental melalui bantuan nyata dalam menghadapi kesulitan, dukungan informasi berupa saran dan solusi yang diberikan serta dukungan penghargaan dalam bentuk motivasi dan penilaian positif (Thalita & Trihastuti, 2025).

Pada penelitian ini juga didapatkan mayoritas 44 responden (36,1%) berada pada kategori depresi sedang, depresi sedang adalah depresi yang ditandai gejala yang lebih berat dari depresi ringan, seperti kehilangan minat dan rasa senang, mudah lelah, serta menurunnya aktivitas harian. Penderita juga mengalami gangguan konsentrasi, rendah diri, rasa bersalah, pesimis, gangguan tidur, dan berkurangnya nafsu makan. Kondisi ini biasanya berlangsung sekurang-kurangnya dua minggu, disertai perubahan pola tidur sehingga menghambat aktivitas sosial, pekerjaan, maupun tanggung jawab sehari-hari (Hadi

et al., 2017). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa depresi pada mahasiswa umumnya berada pada tingkat sedang. Hasil penelitian dari Sihombing dan Perangin-Angin (2025) yang menunjukkan sebagian besar mahasiswa berada pada kategori depresi sedang (36,9%). Selain itu penelitian dari Ngara et al. (2021) juga menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden mahasiswa penelitian berada pada kategori depresi sedang (38,3%). Namun, hasil penelitian tersebut hanya menunjukkan data pada mahasiswa secara umum, bukan spesifik pada mahasiswa rantau. Depresi sedang yang dialami responden pada penelitian ini merupakan kondisi perlu mendapatkan perhatian serius.

Mahasiswa rantau berada pada fase transisi kehidupan yang menuntut kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru, baik dari segi sosial, akademik, maupun budaya. Tingkat depresi sedang dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, seperti gangguan tidur, gangguan aktivitas yang biasa dilakukan oleh individu, dan munculnya keraguan dalam mengambil keputusan. Meskipun belum termasuk kategori berat, depresi sedang tetap berisiko berkembang menjadi kondisi yang lebih serius apabila tidak ditangani dengan baik (Xu et al., 2025; Zhang et al., 2025). Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa tingkat depresi sedang dipengaruhi oleh adanya keraguan dalam mengambil keputusan sendiri, kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari serta penurunan fungsi individu dalam menghadapi tuntutan hidup. Meskipun demikian, kondisi ini tidak disertai dengan adanya pikiran untuk menyakiti diri sendiri maupun gangguan pada citra diri, sehingga menunjukkan bahwa individu masih memiliki kontrol diri dan persepsi diri yang relatif stabil meskipun mengalami tekanan. Hal ini didukung dengan teori yang menyatakan bahwa depresi sedang ditandai dengan kesulitan menjalankan aktivitas sehari-hari, penurunan energi (Riziana et al., 2023).

Hasil dari penelitian ini

menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada mahasiswa rantau di Universitas X. Nilai koefisien korelasi yang didapatkan adalah $r = -0,291$ yang dimana koefisien korelasinya berada pada kategori hubungan lemah namun arahnya negatif, yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga, maka semakin rendah kejadian depresi yang akan dialami oleh individu. Berdasarkan beberapa hasil penelitian sebelumnya, dukungan keluarga memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat depresi pada mahasiswa. Penelitian oleh Sihombing dan Perangin-Angin (2025) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki dukungan keluarga yang baik (90,8%), dengan tingkat depresi sedang (36,9%), serta terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan depresi ($p = 0,028$). Penelitian dari Mariyanti et al. (2025) menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki hubungan yang signifikan terhadap tingkat depresi mahasiswa dengan nilai $p = 0,000 (<0,05)$. Namun dalam penelitian tersebut hanya membahas mahasiswa secara umum, tidak membahas secara spesifik tentang mahasiswa rantau.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Suwolo et al. (2025) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga memiliki hubungan dengan depresi pada mahasiswa, namun kontribusinya tidak dominan. Penelitian oleh Dong et al. (2024) menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga berpengaruh terhadap kondisi psikologis mahasiswa di Shandong Second Medical University secara tidak langsung. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Siahaan dan Scarvanovi (2024) menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap kondisi psikologis dimana pengaruh dari dukungan sosial keluarga dapat menurunkan gangguan psikologis yang dialami oleh mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan namun lemah. Hubungan yang lemah dimana keterkaitan antara dukungan keluarga dengan depresi

pada mahasiswa rantau berada pada tingkat hubungan lemah, meskipun dalam penelitian ini mayoritas responden memiliki tingkat depresi sedang dan dukungan keluarga baik.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa telah memperoleh dukungan keluarga baik, hal itu belum sepenuhnya mampu menurunkan tingkat depresi secara signifikan. Lemahnya kekuatan hubungan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang lebih berpengaruh terhadap kejadian depresi pada mahasiswa rantau. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga tidak secara langsung menentukan depresi, melainkan bekerja melalui faktor yang lain. Faktor-faktor lain 59 seperti stres akademik, tekanan dari lingkungan sosial diketahui memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap depresi dibandingkan dukungan keluarga itu sendiri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan dengan kejadian depresi pada mahasiswa rantau. Meskipun demikian, dukungan keluarga bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi depresi, melainkan hanya salah satu dari berbagai faktor yang saling berinteraksi, seperti stres akademik dan tekanan lingkungan sosial.

Keterbatasan yang memengaruhi proses dan hasil yang diperoleh. Dalam pelaksanaannya, peneliti mengalami kesulitan dalam menghubungi responden karena sebagian tidak hadir pada saat pengumpulan data, yang mengakibatkan waktu yang dibutuhkan menjadi lebih lama karena harus menghubungi responden satu per satu. Jumlah responden yang berhasil dikumpulkan juga tidak sepenuhnya memenuhi target yang diharapkan, disebabkan oleh keterbatasan kehadiran saat proses pengumpulan data berlangsung. Di sisi lain, masih banyak mahasiswa rantau yang tidak tergabung dalam ikatan mahasiswa, sehingga peneliti memiliki keterbatasan dalam menjangkau populasi tersebut. Bahkan, terdapat responden yang tergabung dalam ikatan mahasiswa

namun sebenarnya berdomisili bersama keluarga di Sulawesi Utara, sehingga tidak sepenuhnya merepresentasikan mahasiswa rantau. Oleh karena itu, penelitian ini hanya difokuskan pada mahasiswa rantau di luar Sulawesi Utara yang tergabung dalam ikatan mahasiswa di Universitas X, meskipun pada kenyataannya 60 terdapat mahasiswa rantau lain yang tidak tergabung atau tidak memiliki wadah organisasi dari daerah asalnya.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran dukungan keluarga pada mahasiswa rantau di Universitas X mayoritas berada pada kategori baik. Gambaran kejadian depresi pada mahasiswa rantau di Universitas X mayoritas berada pada kategori depresi sedang. Terdapat hubungan yang signifikan namun lemah antara dukungan keluarga dengan kejadian depresi pada mahasiswa rantau di Universitas X.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdilah, F. H., Satiadarma, M. P., & Dewi, F. I. R. (2023). The meaning of family and peer group social support among individuals with depression disorders. *International Journal of Application on Social Sciences and Humanities*, 1(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/ijassh.v1i2.27757>
- Al Khorni, S. (2017). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia di Desa Gonilan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo* [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/51307/>
- Aloysius, S., & Salvia, N. (2021). Analisis kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi X pada awal terjangkitnya COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship*

- Virtues*, 1(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.37640/jcv.v1i2.962>
- Anwar, F., & Julia, P. (2021). Analisis strategi pembinaan kesehatan mental oleh guru pengasuh sekolah berasrama di Aceh Besar pada masa pandemi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.22373/je.v7i1.10905>
- Atiawardani, N. A., Anjaswarni, T., Sulastyawati, S., & Bahari, K. (2025). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres mahasiswa rantau yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan*, 10(1).
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30829/jumantik.v10i1.21960>
- Christanti, A., & Setia Wati, C. L. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau yang berdomisili di dormitory Unika Atma Jaya. *Jurnal Psiko Edukasi*, 21(2), 106–122.
<https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i2.4947>
- Dharma, A. S. (2019). Gambaran depresi pada mahasiswa universitas X di Jakarta. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.24912/provitae.v12i2.6260>
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada remaja: gejala dan permasalahannya. *Jurnal Psikogenesis*, 6(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.634>
- Dong, S., Ge, H., Su, W., Guan, W., Li, X., Liu, Y., Yu, Q., Qi, Y., Zhang, H., & Ma, G. (2024). Enhancing psychological well-being in college students: the mediating role of perceived social support and resilience in coping styles. *BMC Psychology*.
<https://doi.org/10.1186/s40359-024-01902-7>
- Fitriani, Basri, & Rammang, S. (2026). Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan mahasiswa s1 keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Widya Nusantara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(3).
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5231>
- Hadi, I., Fitriwijayati, Usman, R. D., & Rosyanti, L. (2017). Gangguan depresi mayor: mini review. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 9.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36990/hijp.v9i1.102>
- Hamid, S. I., Dewi, D. A., Fakhrudin, A. M., Setianingsih, E., & Putri, F. W. (2021). Pentingnya peran orang tua dalam membentuk karakter anak sebagai generasi penerus bangsa. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3).
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.179>
- Herd, H., & Ristianingsih, F. (2021). Perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gear budaya. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.21009/INSIGHT.101.05>
- Hulukati, W., & Djibrin, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 2(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Kamalah, A. D., Novianasari, & Nafiah, H. (2023). Gejala mental emosional dan upaya dalam meningkatkan kesehatan jiwa remaja. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.35473/jkbs.v1i2.2419>
- Kedang, E. F. S., Nurina, R. L., & Manafe, D. R. T. (2020). Analysis of risk factors that influence the incidence of depression among students of the faculty of medicine, Nusa Cendana University. *Cendana Medical Journal*, 8(2).

- <https://doi.org/https://doi.org/10.35508/cmj.v8i2.3352>
- Kemenkes. (2023). *Depresi pada anak muda di Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI. https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/repositori/id/eprint/5532/1/03factsheetKeswa_bahasa.pdf
- Li, W., Zhao, Z., Chen, D., Peng, Y., & Lu, Z. (2022). Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: a systematic review and meta-analysis. *Child Psychol Psychiatry*, 63(11). <https://doi.org/10.1111/jcpp.13606>
- Maramis, T. Y., & Patabang, T. P. (2023). *Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan skripsi di STIK Stella Maris Makassar* [STIK Stella Maris Makassar]. <https://repository.stikstellamarismks.ac.id/656/>
- Mariyanti, S., Lunanta, L. P., & Ratnaningtyas, A. (2025). Depresi mahasiswa ditinjau dari keberfungsian keluarga dan quarter life crisis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1706>
- Ngara, C. A. R. D., Amat, A. L. S., Manafe, D. T., & Koamesah, S. M. J. (2021). Hubungan depresi dengan indeks prestasi kumulatif (IPK) pada mahasiswa program studi arsitektur. *Cendana Medical Journal*, 9(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.35508/cmj.v9i1.4954>
- Riziana, K. F., Fatmawati, F., & Darmawan, A. (2023). Hubungan tingkat gejala depresi dengan ide bunuh diri pada remaja sekolah menengah atas. *Journal of Medical Studies*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/joms.v3i1.27181>
- Salsabhila, A., & Panjaitan, R. U. (2019). Dukungan sosial dan hubungannya dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* 2, 7(1), 107–114. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>
- Sari, M. K., & Susmiatin, E. A. (2023). Deteksi dini kesehatan mental emosional pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.57267/jisym.v13i1.226>
- Siahaan, L. J., & Scarvanovi, B. W. (2024). The correlation of perceived social support with suicidal ideation through loneliness as a mediator in university students. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 29(2), 173–340. <https://doi.org/https://doi.org/10.20885/psikologika.vol29.iss2.art9>
- Sihombing, G. R., & Perangin-Angin, M. (2025). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres depresi kecemasan pada mahasiswa keperawatan di Universitas Advent Indonesia. *Nutrix Journal*, 9(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.37771/nj.v9i2.1422>
- Susanti, R., & Sa'adiah, R. (2023). Apakah mahasiswa membutuhkan dukungan keluarga untuk mengembangkan resiliensi akademik? *Persepsi: Jurnal Riset Mahasiswa Psikologi*, 2(2). <https://jom.uin-suska.ac.id/index.php/persepsi/article/view/1344>
- Suwolo, A. E. P., Murdhiono, W. R., Khasanah, N., & Riska, H. (2025). Analysis of the impact of social support on depression among university students. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.22487/preventif.v16i1.1808>
- Syamsudin, S., Rachmawanto, W., & Astuti, W. T. (2022). Dampak dukungan keluarga terhadap prestasi belajar mahasiswa keperawatan

- tingkat IV. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 8(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.56186/jkbb.106>
- Thalita, M., & Trihastuti, M. C. W. (2025). Persepsi anak terhadap dukungan keluarga dalam belajar: studi kasus pada anak-anak di rumah belajar pelangi nusantara. *Psiko Edukasi*, 25(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v25i2.7600>
- Ummah, A. K., & Murdiana, S. (2024). Gaya kelekatan dan kesepian pada mahasiswa perantau. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.240>
- Vitoasmara, K., Hidayah, F. V., Purnamasari, N. I., Aprillia, R. Y., & Liss, D. D. A. (2024). Gangguan mental (mental disorders). *Student Research Journal*, 2(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>
- Wahyuningtias, S. (2023). *Hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau* [Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <https://repository.unissula.ac.id/30120/>
- Xu, L., Yan, W., Hua, G., He, Z., Wu, C., & Hao, M. (2025). Effects of physical activity on sleep quality among university students: chain mediation between rumination and depression levels. *BMC Psychiatry*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06450-3>
- Zhang, Z., Cai, Z., & Meng, Q. (2025). Negative life events, sleep quality and depression in university students. *Scientific Reports*, 15(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-08635-6>