

HUBUNGAN KEJADIAN DEPRESI DENGAN RISIKO BUNUH DIRI PADA REMAJA AKHIR GEN Z DI STIKES MITRA KELUARGA BEKASI

Muhammad Chaidar¹, Robiatul Adawiyah²

¹D3 Keperawatan, Universitas Sindang Kasih Majalengka

²S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga

Email: muhammadchaidar50.mc@gmail.com

Received: 20 February 2026; Revised: 23 February 2026; Accepted: 24 February 2026

Abstract

Adolescence is a dynamic developmental phase characterized by significant changes in physical, psychological, social, and emotional aspects. During this transitional period toward adulthood, individuals are particularly vulnerable to environmental influences that may affect their mental health. Depression is one of the most common psychological problems among adolescents and may increase the risk of suicidal behavior. This study aimed to analyze the relationship between depression and suicide risk among late adolescents of Generation Z. A quantitative study with a cross-sectional design was employed. The sample consisted of 150 respondents who were students at STIKes Mitra Keluarga Bekasi. The instruments used were the Beck Depression Inventory-II (BDI-II) to measure the level of depression and the Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) to assess suicide risk. The results of Spearman correlation analysis showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between depression and suicide risk. Higher levels of depression were associated with higher suicide risk among adolescents. In conclusion, depression is significantly associated with suicide risk among late adolescents. Therefore, early detection and comprehensive nursing interventions are essential to prevent an increased risk of suicide in this population.

Keywords: adolescents, depression, suicide risk.

Abstrak

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang dinamis, ditandai oleh perubahan signifikan pada aspek fisik, psikologis, sosial, dan emosional. Pada periode ini, individu berada dalam transisi menuju kedewasaan serta rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan yang dapat berdampak pada kesehatan mental. Depresi menjadi salah satu masalah psikologis yang sering terjadi pada remaja dan berpotensi meningkatkan risiko perilaku bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara depresi dan risiko bunuh diri pada remaja akhir generasi Z. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 150 responden yang merupakan mahasiswa di STIKes Mitra Keluarga Bekasi. Instrumen yang digunakan adalah Beck Depression Inventory-II (BDI-II) untuk mengukur tingkat depresi dan Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) untuk menilai risiko bunuh diri. Hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan risiko bunuh diri. Semakin tinggi tingkat depresi pada remaja, semakin tinggi pula risiko bunuh diri yang dimiliki. Kesimpulannya, depresi memiliki hubungan yang bermakna dengan risiko bunuh diri pada remaja akhir. Oleh karena itu, diperlukan upaya deteksi dini dan intervensi

keperawatan yang komprehensif untuk mencegah peningkatan risiko bunuh diri pada kelompok remaja.

Kata kunci: remaja, depresi, risiko bunuh diri.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang dinamis dalam kehidupan seseorang ketika mereka sedang berkembang. Masa peralihan yang ditandai dengan peningkatan perkembangan fisik, mental, sosial, dan emosional (Cahyaningsih, 2011). Dalam jurnalnya Firdaus (2021), menyebutkan bahwa remaja adalah periode di mana seorang anak mulai tumbuh secara seksual dan berakhir saat ia mencapai usia matang yang dibenarkan oleh hukum. Kehidupan manusia akan mengalami beberapa perubahan yang signifikan selama masa remaja, termasuk perubahan fisik dan rohani. Selain itu, remaja sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan (Bunsaman, 2020).

Menurut Khasanah (2021), tahapan perkembangan pada remaja memiliki 3 tahap: tahap dari masa remaja awal usia 12 hingga 14 tahun, dari masa remaja pertengahan usia 15 hingga 17 tahun dan dari masa remaja lanjut usia 18 hingga 21 tahun. Masa Remaja akhir ditandai dengan perkembangan sosial, moral, seksual, intelegensi, dan emosi.

Menurut Kristyowati (2021), remaja tahun 1995 sampai dengan tahun 2012 disebut dengan remaja gen z. Remaja generasi Z merupakan generasi yang lahir di era serba canggih, era dimana internet merambah semua kalangan. Selain itu generasi z disebut juga generasi net, dan dikarenakan hal tersebut membuat gen z sangat bergantung pada teknologi. Gen Z sangat berbakat menggunakan smartphone, dan hal itu membuat gen z bisa mendapatkan berbagai informasi dengan sangat mudah.

Namun selain kelebihan yang banyak, gen z juga memiliki kelemahan

seperti mudah terkena stres. Dimana kondisi fisik, lingkungan dan sosial yang menjadi penyebab dari stress tersebut. Dalam penelitian American Psychological Association (APA) memperoleh sebanyak 91 persen generasi z yang memiliki gejala emosional dan fisik yang berkaitan dengan stres, dimana stres ini disebabkan oleh beberapa hal seperti peningkatan laporan terhadap kasus kekerasan dan pelecehan seksual, peningkatan angka bunuh diri, dan pemanasan global serta perubahan iklim (Ambarsarie, 2019).

Depresi adalah kondisi kesehatan jiwa yang umum dijumpai. Bagi sebagian orang, depresi bersifat ringan dan berlangsung dengan cepat. Tetapi bagi orang yang lainnya, depresi bisa lebih parah dan berlangsung lebih lama. Sebagian orang mengalami depresi satu kali, tetapi pada orang-orang lain mungkin bisa berkali-kali (WHO, 2021c).

Menurut WHO (2021), prevalensi tingkat depresi di dunia untuk remaja 15-19 tahun sekitar 2.8%. Prevalensi tingkat depresi di Indonesia pada penduduk usia ≥ 15 tahun adalah 6,1% yaitu sekitar 12 juta jiwa (Kemenkes, 2023). Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018), tingkat depresi pada remaja di Jawa Barat mencapai 11.968 juta (7,63 persen). Sedangkan di Kota Bekasi tingkat depresi yang terjadi pada remaja mencapai 3.827 juta (12,01 persen). Dalam hasil penelitian Bintang (2021), tingkat depresi pada remaja berdasarkan jenis kelamin diperoleh dari 121 responden perempuan sebanyak 55 mengalami depresi dan yang tidak mengalami depresi sebanyak 66. Berdasarkan responden berjenis kelamin laki-laki diperoleh dari 37 responden sebanyak 17 mengalami depresi dan 21 tidak mengalami depresi. Hasil identifikasi

gejala depresi yang pernah dialami siswa-siswi SMA XY yaitu siswa-siswi merasa mood tertekan hampir sepanjang hari dan perasaan tidak berharga (Bintang, 2021).

Menurut Muhith (2015), bunuh diri adalah suatu perilaku dimana seseorang secara sadar berusaha untuk mati dengan tujuan akhir. Perilaku ini biasanya mencakup isyarat, ancaman verbal atau percobaan, melukai atau menyakiti diri sendiri. Dalam bukunya Prabowo (2014), menulis bahwa bunuh diri menjadi pilihan terakhir seseorang dalam mengatasi masalahnya. Adapun perilaku bunuh diri terdapat 3 yaitu, ancaman bunuh diri, upaya bunuh diri dan bunuh diri sendiri. Beberapa tanda gejala dapat dilihat dengan jelas seperti memiliki ide untuk bunuh diri, mengemukakan keinginan untuk mati, menunjukkan rasa bersalah dan keputusasaan.

Dalam Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia, (2022), angka kejadian bunuh diri di Provinsi Jawa Barat sebanyak 0,15%, sedangkan upaya bunuh diri sebanyak 2,24% berdasarkan rasio jenis kelamin. Pada remaja angka kejadian bunuh diri di Indonesia ada sebanyak 670 kasus, dengan kematian bunuh diri sekitar 985 kasus. Dalam penelitian Riziana et al., (2023), mengumpulkan 98 sampel, sebagian besar perempuan (66,3%) dan sebagian besar berusia 16 tahun (37,8%). Banyak sampel tidak menunjukkan gejala depresi (30,8%) dan memiliki risiko rendah memiliki ide bunuh diri (79,6%). P-value untuk uji statistik adalah 0,000. Pada remaja Sekolah Menengah Atas, ada hubungan yang signifikan antara gejala depresi dan ide bunuh diri, semakin tinggi tingkat depresi, semakin tinggi pula risiko memiliki ide bunuh diri.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan pendekatan cross-

sectional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2024 bertempat di STIKes Mitra Keluarga Bekasi. Responden pada penelitian ini adalah tingkat 1 seluruh program studi yang berjumlah 150 responden. Penelitian ini menggunakan kuesioner Beck's Depression Scale (BDI-II) dan kuesioner Suicide Behavior Questionnaire Revised (SBQ-R).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di STIKes Mitra Keluarga Bekasi (n=150)

Variabel	n	%
Usia		
18	48	32%
19	80	53,3%
20	18	12%
21	4	2,7%
Total	150	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	12,7%
Perempuan	131	87,3%
Total	150	100%

Pada tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas di rentang usia 19 tahun dengan jumlah responden sebanyak 80 responden (53,3%), 48 responden (32%) usia 18 tahun, usia 20 tahun sebanyak 18 responden (12%), dan 4 responden (2,7%) berusia 21 tahun. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin menunjukkan mayoritas perempuan sebanyak 131

responden (87,3%) dibandingkan laki-laki 19 responden (12,7%).

Kejadian Depresi

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Depresi Responden di STIKes Mitra Keluarga Bekasi (n=150)

Kejadian Depresi	Frekuensi	Persentase (%)
Depresi Ringan (0-17)	96	64%
Depresi Sedang (18-34)	51	34%
Depresi Berat (35-51)	3	2%
Total	150	100%

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis berdasarkan kejadian depresi menunjukkan bahwa mayoritas depresi ringan dengan jumlah 96 responden (64%), lalu depresi sedang 51 responden (34%), dan depresi berat 3 responden (2%).

Risiko Bunuh Diri

Risiko bunuh diri dikategorikan menjadi dua yaitu, risiko rendah (≤ 7) dan risiko tinggi (> 7)

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Risiko Bunuh Diri Responden di STIKes Mitra Keluarga Bekasi (n=150)

Risiko Bunuh Diri	Frekuensi	Persentase (%)
Risiko rendah	125	83,3%
Risiko tinggi	25	16,7%
Total	150	100%

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis berdasarkan risiko bunuh diri menunjukkan bahwa mayoritas risiko rendah sebanyak 125 responden (83,3%) dan risiko tinggi sebanyak 25 responden (16,7%).

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di STIKes Mitra Keluarga Bekasi didapatkan mayoritas berada pada rentang usia 19 tahun sebanyak 80 responden (53,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bella Saphira (2022), karakteristik responden mayoritas berada pada usia 19 tahun sebanyak 31 responden (36,3%) dengan hasil apabila kualitas tidur menurun maka tingkat depresi akan meningkat.

Perempuan lebih banyak yang mengalami depresi dibanding laki-laki dikarenakan beberapa faktor diantaranya yaitu maraknya kasus kekerasan maupun pelecehan seksual, stigma perempuan yang banyak serta tuntutan lingkungan seperti beauty standard. Ini yang menyebabkan mengapa perempuan lebih berisiko tinggi mengalami depresi dan risiko bunuh diri dibanding pria, dilansir dalam WHO (2023), diantara 280 juta manusia ada sekitar 50% perempuan yang mengalami depresi dan risiko bunuh diri dibanding laki-laki.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di STIKes Mitra Keluarga Bekasi didapatkan mayoritas berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 131 responden (87,3%) dibandingkan laki-laki sebanyak 19 responden (12,7%). Hal ini menunjukkan perbandingan antara jenis kelamin perempuan lebih banyak ditemukan menderita depresi dibandingkan laki-laki. Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya milik (Bintang, 2021) yaitu mayoritas responden penelitian yaitu perempuan dengan total sampel 158 dengan hasil yang mengalami depresi pada remaja adalah perempuan dibandingkan laki-laki.

Kejadian depresi pada remaja biasanya terdiagnosis setekah mengalami kesulitan pada masa sekolah, depresi ini disebabkan oleh banyak faktor diantaranya faktor psikologis, genetik, biologis dan lingkungan. Gejala depresi ini muncul dalam berbagai perilaku seperti

tidak semangat, tidak mau berinteraksi, menangis tanpa sebab, menjadi sangat sensitif serta mudah marah, gejala ini akan menyebabkan terjadinya depresi pada remaja (Dianovinina, 2018).

Berdasarkan uji statistik yang didapatkan mayoritas kejadian depresi ringan dengan jumlah 96 responden (64%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian milik Annahar (2022) dengan mayoritas responden memiliki depresi sebanyak 30 responden (69,80%), dalam hasil penelitian ini remaja dengan binge eating dan overweight-obesitas mengalami kejadian depresi paling banyak.

Penelitian ini didukung oleh penelitian milik Kedang et al., (2020) yang menunjukkan remaja memiliki depresi ringan sebanyak 30 responden (37,1%). Remaja dengan mudahnya mengalami depresi dikarenakan terpengaruh dalam perkembangan fisik, psikologis dan emosional remaja.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian milik Arianti et al., (2020) menunjukkan bahwa remaja dengan depresi ringan ada sebanyak 18 responden (37,5%). Hal ini dapat disebabkan oleh perubahan nafsu makan, konsentrasi yang menurun, menurunnya minat dan motivasi dalam beraktivitas, dan mudah lelah, selain itu juga bisa depresi disebabkan oleh faktor genetik dan kepribadian pada remaja.

Risiko bunuh diri dapat terjadi karena mengalami kehilangan, kesepian, diskriminasi, putus hubungan, masalah ekonomi, penyakit kronis, dan kekerasan. Risiko bunuh diri dapat menyebabkan kematian karena melukai diri sendiri, banyak faktor yang dapat menyebabkan manusia bisa memikirkan / melakukan bunuh diri. Namun sebelum mereka bunuh diri kita bisa dapat membantu atau menghindari kejadian tersebut saat masih menjadi risiko, yaitu dengan cara

pemberian edukasi, kesehatan, pekerjaan, dan media yang tidak memicu orang memiliki pikiran untuk bunuh diri (WHO, 2023b).

Berdasarkan hasil uji statistik di STIKes Mitra Keluarga Bekasi didapatkan mayoritas responden memiliki risiko rendah bunuh diri sebanyak 125 responden (83,3%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian milik Kusumayanti et al., (2020) dengan mayoritas responden risiko rendah bunuh diri sebanyak 328 responden (89,8%), hasil penelitian ini yaitu semakin meningkatnya faktor psikologis maka risiko bunuh diri meningkat, begitupun sebaliknya.

Penelitian ini didukung oleh penelitian milik Mailita et al., (2022) dengan mayoritas responden risiko rendah bunuh diri sebanyak 29 responden (72,5%). Ini dapat disebabkan karena remaja dalam perkembangan atau masa remaja akhir merupakan masa-masa bermasalah, karena mereka harus bersiap untuk memasuki fase dewasa awal yang dimana mereka harus menyiapkan peran baru, tugas baru dan kewajiban baru yang berbeda dari sebelumnya.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian milik Gusmunardi (2023), dengan mayoritas responden risiko rendah bunuh diri sebanyak 309 responden (62%). Hal ini dikarenakan remaja yang mengalami masalah tidak mampu menghadapi sendiri dan memiliki mekanisme koping yang cukup jelek, selain itu mereka juga masih sulit membuat keputusan, masih labil dan membutuhkan banyak bantuan dalam tahapan perkembangannya.

Berdasarkan tabel 5.4 hasil analisis hubungan antara kejadian depresi dengan risiko bunuh diri menunjukkan hubungan yang sedang ($r=0,433$) dan berpola positif, artinya semakin tinggi kejadian depresi maka semakin tinggi risiko bunuh diri. Hasil uji statistik didapatkan ada

hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dengan risiko bunuh diri ($p\text{-value}=0,000$). Hasil analisis diperoleh koefisien korelasi $r=0,433$ yang menunjukkan H_0 ditolak mempunyai makna ada hubungan antara kejadian depresi dengan risiko bunuh diri pada remaja akhir gen z di STIKes Mitra Keluarga Bekasi.

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki depresi ringan dengan risiko rendah bunuh diri. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan kejadian depresi dengan risiko bunuh diri pada remaja akhir gen z di STIKes Mitra Keluarga Bekasi.

Remaja akhir gen z menjadi penentu dalam pembelajaran mengenai sikap dan pola pikir yang lebih kritis, dalam pembentukan sikap yang kritis ini mereka membutuhkan support orang tua maupun lingkungan sekitar. Namun, di masa sekarang masih banyak yang kurang mendapatkan support tersebut, mereka juga sering menjauhi kerumunan. Hal ini dapat membuat remaja gen z ini mejadi depresi dan juga berisiko bunuh diri, semua ini juga dapat disebabkan karena menghadapi tekanan akademik, tekanan dari lingkungan sekitar, konflik dalam keluarga, serta penggunaan media sosial (Kaeng, 2023).

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dengan risiko bunuh diri pada remaja akhir gen z di STIKes Mitra Keluarga Bekasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian milik Sari (2018) dengan hasil penelitian didapatkan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna antara tingkat risiko bunuh diri pada remaja akhir yang mengalami depresi dan remaja akhir yang tidak mengalami depresi.

PENUTUP

Simpulan

Mayoritas mahasiswa/i di STIKes Mitra Keluarga Bekasi berusia 19 tahun dan berjenis kelamin perempuan, mereka memiliki kejadian depresi ringan dengan risiko rendah bunuh diri. Hasil pannelitian ini membuktikan bahwa ada hubungan kejadian depresi dengan risiko bunuh diri pada remaja akhir gen z di STIKes Mitra Keluarga Bekasi. Tentunya peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya untuk bisa lebih mengembangkan faktor yang berhubungan dengan kejadian depresi dan bunuh diri.

Saran

Diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi atau masukan mengenai dampak terjadinya depresi dan risiko bunuh diri. Serta meminimalisir angka kejadian depresi dan risiko bunuh diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adityaputra, A. H., & Salma, S. (2022). Regulasi Diri Dan Kecanduan Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa Generasi Z Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 11(6), 386–393.
<https://doi.org/10.14710/empati.0.36827>
- Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92–107.
<https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.35100>
- Ambarsarie, R. (2019). *Buku Saku Coping Stres pada Mahasiswa Generasi Z*.
<https://www.researchgate.net/publication/353945593>

- Arianti, R., Sudyasih, M. K. T., Isnaeni, Y., Kp, S., & ... (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kejadian Depresi Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Yatim Putri 'Aisyiyah 1–17. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i1.28132>
- Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia. (2022). Statistik Bunuh Diri. <https://www.inasp.id/suicide-statistics>
- Azzahra, A. (2023). Kasus Bunuh Diri Beruntun, Remaja Tiktok diwaspadai Terkena Copycate Suicide. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/adelynalint/652f41bcee794a23e93905f2/kasus-bunuh-diri-beruntun-remaja-tiktok-diwaspadai-terkena-copycate-suicide?page=all#section1>
- Bella Saphira, & Mardiana. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Depresi pada Remaja Selama Pandemi. *Jurnal Kesehatan*, 3(3), 2956–2963. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/3249/1389>
- Bintang, A. Z., & Mandagi, A. M. (2021). Kejadian Depresi Pada Remaja Menurut Dukungan Sosial Di Kabupaten Jember. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 3(2), 92–101. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i2.55>
- Budi, D. S., & Baskoro. (2021). Seni Melewati Masalah. <https://books.google.co.id/books?id=3xozEAAAQBAJ>
- Bunsaman, S. M., & Krisnani, H. (2020). Peran Orangtua Dalam Pencegahan Dan Penanganan Penyalahgunaan Narkoba Pada Remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 221. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i1.28132>
- Cahyaningsih, D. S. (2011). *Pertumbuhan Perkembangan Anak dan Remaja* (1st ed.). CV. Trans Info Media.
- Dharma, K. K. (2019). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. CV Trans Info Media.
- Dianovinina, K. (2018). *Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya*. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 69–78. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.634>
- Dinas Pemberdayaan Masyarakat Dan Desa. (2020). Jumlah Remaja Berdasarkan Desa/Kelurahan di Jawa Barat. <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/jumlah-remaja-berdasarkan-desakelurahan-di-jawa-barat>
- Faisal, M. (2023). Komunikasi Antarpribadi Generasi Z Dalam Mengatasi Depresi Di Masa Pandemi. *Journal Pariwara, Universitas Bina Sarana Informatika*, 3(No. 2), 70–80. <http://journal.bsi.ac.id/index.php/pariwara>
- Firdaus, W., & Marsudi, M. S. (2021). Konseling Remaja yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior. *Studia: Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), 15–24. <https://www.lp2msasbabel.ac.id/jurnal/index.php/stu/article/view/1980>
- Gusmunardi, Sarfika, Rika, Sasmita, H. (2023). Faktor Resiko Dan Faktor Protektif Resiko Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(Januari), 75–82. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Hastini, L. Y., Fahmi, R., & Lukito, H. (2020). Apakah Pembelajaran

- Menggunakan Teknologi dapat Meningkatkan Literasi Manusia pada Generasi Z di Indonesia? *Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA)*, 10(1), 12–28. <https://doi.org/10.34010/jamika.v10i1.2678>
- Hastono, S. P. (2018). Analisis Data pada Bidang Kesehatan (Cetakan 3). Rajawali Pers. Hilgers, R.-D., Heussen, N., & Stanzel, S. (2019). Statistik, deskriptive (Issue 1). https://doi.org/10.1007/978-3-662-48986-4_2900
- Kaeng, A. T., & Siby, R. (2023). Sumikolah: Jurnal Ilmu Pendidikan Mewaspadai Dampak Depresi pada Generasi Z. *Sumikolah: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(2), 50–58.
- Kedang, E. F. S., Nurina, R. L., & Manafe, D. T. (2020). Analisis Faktor Resiko Yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 19(1), 87–95. <https://ejurnal.undana.ac.id/index.php/CMJ/article/view/3352/2206>
- Kemendes. (2019). Gejala Depresi. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/kenali-gejala-depresi>
- Kemendes. (2023). Remaja. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman dan Standar Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. In Komisi Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional.
- Khasanah, S. M. R., & Mamnuah. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Pencapaian Tugas Perkembangan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 107–116.
- Kristyowati, Y., & Sekolah Tinggi Theologi Indonesia Manado, Mt. (2021). Generasi “Z” Dan Strategi Melayaninya. 02(1), 23–34. <https://doi.org/10.31219/osf.io/w3d7s>
- Kusumayanti, N. K. D. W., Swedarma, K. E., & Nurhesti, P. O. Y. (2020). Hubungan Faktor Psikologis Dengan Risiko Bunuh Diri Pada Remaja Sma Dan Smk Di Bangli Dan Klungkung. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 124. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i02.p03>
- Mailita, W., Arianti, D., & Susanti, A. (2022). Tinjauan Penatalaksanaan Kegawatdaruratan pada Remaja dengan Bunuh Diri di SMK Muhammadiyah Padang. *Jurnal Sosial Teknologi*, 2(3), 276–281. <https://doi.org/10.59188/journalsostech.v2i3.310>
- Muhith, A. (2015). Pendidikan Keperawatan Jiwa Teori dan Aplikasi (M. Bendetu (ed.)). ANDI OFFSET.
- Mukti, A. (2019). Penerapan Intervensi Act (Acceptance and Commitment Therapy) Dalam Menurunkan Tingkat Depresi Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Kategori Usia Dewasa Awal. 43–51.
- Mulyono, F. (2021). Dampak Media Sosial bagi Remaja. *Jurnal Simki Economic*, 4(1), 57–65. <https://doi.org/10.29407/jse.v4i1.66>
- Murnitasari, A. M., Malika, K. P., W.P, L. A., Amalia, P., Rachmadyna, A., Elyasin, I., & Dewi, L. (2024). Membangun Kekuatan Mental Pada Gen Z Di Era Digital di Panti Baitul Walad Samarinda. *Jurnal*

- Pengabdian Masyarakat Indonesia, 4(1), 183–191. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.2089>
- Noerfitri, Anindita, R., Sianturi, R., & Anung Ahadi Pradana. (2023). Manajemen Analisis Data (Edisi Pert). Matematika.
- Nuriyah Lidya I, Mandagi Ayik M, & Pratiwi Xindy I. (2021). Hubungan genetik dan psikologis dengan kejadian depresi pada remaja. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 4(1), 1–11.
- Prabowo, E. (2014). Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa. Nuha Medika.
- Pranindhita, B. R. (2020). Meningkatkan Kecerdasan Emosional Remaja Melalui Layanan
- Bibliotherapy. *Journal Of Education, Psychology and Counseling*, 2(2), 22–30.
- Prof. Dr. dr. H. Dadang Hawari, P. (2013). Manajemen Stres, Cemas Dan Depresi (2nd ed.).
- Badan Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Purwanto, H. (2014). Pengantar Perilaku Manusia untuk Keperawatan. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Purwanto, N. (2019). Variabel Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Rika Ningsih, & Fatmawati, F. (2024). Realitas Kesantunan Berbahasa Gen-Z di Era Digital. *Jurnal Onoma: Pendidikan, Bahasa, Dan Sastra*, 10(1), 215–224. <https://doi.org/10.30605/onoma.v10i1.3167>
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Riset Kesehatan Dasar. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Riziana, K. F., Fatmawati, & Darmawan, A. (2023). Hubungan Tingkat Gejala Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Sekolah Menengah Atas. *Joms*, 3(1), 39–47.
- Sari, M. (2018). Analisis Kejadian Depresi Dan Risiko Bunuh Diri Menggunakan Buddy App Pada Remaja Di Wilayah Kota Makassar.
- Shilphy A. Octavia. (2020). Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja. Deepublish Publisher.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. Literasi Media Publishing.
- Sulaeman, R., Purnamawati, D., & Purwana, E. R. (2022). Remaja dan Kesehatan Reproduksi. CV. Bintang Semesta Media.
- UNICEF (United Nations Children’s Fund). (2021). Profil Remaja 2021. Unicef, 917(2016), 1–2. [https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil Remaja.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf)
- Universitas Gajah Mada Fakultas Psikologi. (2021). Tanda bahaya kecenderungan bunuh diri. 0–19. https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/638/2021/11/Panduan-Pertolongan-Pertama-Pencegahan-Bunuh-Diri_v1.pdf
- WHO. (2021a). Adolescent Data. <https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/adolescent-data>
- WHO. (2021b). Adolescent Health. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- WHO. (2021c). Mental Health of Adolescent.

- https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health/?gclid=Cj0KCQiApOyqBhDIARIsAGfnyMr0An1_fGVgd0N-BI2OzsYCtsuFB_EHAVA4a51w_MnpqrviO9MvAZUaAoE9EALw_wcB
- WHO. (2023b). Suicide prevention. https://www.who.int/health-topics/suicide#tab=tab_1
- Wibowo, A. (2014). Metodologi Penelitian Praktis Bidang Kesehatan (Edisi 1). PT. Rajagrafindo Persada.
- Yusuf, A., PK, R. F., & Hanik Endang Nihayati. (2015). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Penerbit Salemba Medika