



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Pengaruh *Attachment* Anak dan Orang Tua terhadap Depresi pada Dewasa Awal

ELSA MAYA MARDHIYAH & AFIF KURNIAWAN*

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *attachment* terhadap depresi pada dewasa awal. *Attachment* dapat dijelaskan sebagai hubungan psikologis yang abadi antara manusia (Bowlby, 1988). Kemudian Depresi dapat dijelaskan sebagai kondisi kejiwaan yang dapat dicirikan dengan perasaan sedih, kesepian, putus asa, rendahnya harga diri, serta menyalahkan diri sendiri (Bhatia, 2009). Beck menjelaskan bahwa salah satu ciri yang umumnya khas dari depresi adalah perasaan yang terganggu (Beck & Alford, 2009). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan mendapatkan subjek penelitian sebanyak 92 orang. Alat ukur yang digunakan adalah *Revised Adult Attachment Scale* dan *Beck Depression Inventory II*. Hasil dari analisis data pada penelitian ini menyatakan bahwa *attachment* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap depresi dengan hasil analisis nilai *coefficients* regresi linearnya sebesar -0,667 dimana menandakan bahwa tidak adanya pengaruh *attachment* (X) terhadap depresi (Y).

Kata kunci: *attachment, depresi, dewasa awal*

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is any effect of attachment on depression in young adult. Attachment can be described as an everlasting psychological relationship between people (Bowlby, 1988). Depression can then be explained as a psychological condition that can be characterized by feelings of sadness, loneliness, hopelessness, low self-esteem, and self-blame (Bhatia, 2009). Beck explained that one of the common characteristics of depression is a disturbed feeling (Beck & Alford, 2009). This study used a quantitative method and has a total of 92 research subjects. The measuring instruments used are the Revised Adult Attachment Scale and the Beck Depression Inventory II. The results of the data analysis in this research state that attachment has no significant effect on depression based on the results of the analysis of the linear regression coefficients value of -0.667 where both indicate that there is no effect of attachment (X) on depression (Y).

Keywords: *depression, attachment, young adult*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: afif.kurniawan@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan salah satu hal yang sangat melekat pada kehidupan dan kesehatan seorang individu. Menurut *World Health Organization* (WHO) kesehatan mental adalah keadaan kesejahteraan jiwa yang memungkinkan individu untuk mengatasi tekanan dalam hidup, menyadari kemampuan yang dimiliki individu, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi terhadap komunitas serta lingkungan sekitar (WHO, 2022). Namun dalam realita kehidupan, isu mengenai masalah kesehatan mental masih kurang dipandang di berbagai negara, termasuk di Indonesia. Kurangnya kesadaran atau awareness tentang kesehatan mental masih menjadi salah satu fenomena yang sering ditemui. Perilaku melukai diri sendiri atau *self-harm*, upaya bunuh diri, serta perilaku bunuh diri juga masih menjadi fenomena yang banyak terjadi di Indonesia yang salah satu halnya disebabkan oleh depresi dan kecemasan. Riset yang dilakukan oleh Badan Libangkes pada tahun 2016 memperoleh data kejadian bunuh diri per tahun sebanyak 1.800 orang, dengan 47,7% korban bunuh diri merupakan individu dengan rentang usia 10-39 tahun, yang juga merupakan usia produktif (Rokom, 2021).

Depresi merupakan salah satu gangguan psikologis yang paling umum dialami yang dapat mengubah suasana hati seseorang, fungsi fisik, serta interaksi sosial dengan lingkungannya. Menurut penelitian yang dilakukan *Global Burden of Disease* (GBD) pada tahun 2019 mengenai 12 gangguan jiwa yang menjadi penyebab utama dari beban penyakit global ialah depresi yang kemudian disusul oleh kecemasan (GBD 2019 Mental Disorders Collaborators, 2022). Berdasarkan laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, prevalensi depresi pada penduduk dengan umur >15 tahun dari lebih kurang 250 juta penduduk di Indonesia menyentuh angka 6.1% yaitu sekitar 15 juta individu dan hanya 9% dari jumlah tersebut yang mengonsumsi obat maupun mendapatkan pengobatan medis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Frekuensi tertinggi usia individu dengan depresi adalah pada rentang usia 20 hingga 40 tahun (Frijanto, 2022).

Secara historis, depresi merupakan salah satu kondisi yang cenderung lebih mempengaruhi orang tua, namun dalam beberapa tahun belakangan para ahli kesehatan mengakui bahwa depresi merupakan kondisi serius yang banyak mempengaruhi remaja dan dewasa awal (Moreh & O'Lawrence, 2016). Dewasa awal merupakan awal dari peralihan individu dari masa remaja menjadi dewasa, dimana individu mulai dituntut untuk mandiri dan bertanggung jawab atas pilihannya dalam berperilaku dan mengambil keputusan dalam hidupnya. Masa dewasa awal dimulai dengan transisi dari remaja menjadi dewasa atau *emerging adulthood* yang terjadi pada usia sekitar 18 hingga 25 tahun Pada rentang usia tersebut, individu sedang banyak dihadapi oleh berbagai tekanan dan permasalahan baru seperti bereksperimen maupun mengeksplorasi hal-hal seperti karir yang akan dipilih, identitas diri, serta gaya hidup yang akan diterapkan seperti akan tetap melajang, menikah, maupun *cohabiting* dengan individu lain (Santrock J. W., 2010). Hal ini merupakan salah satu karakter yang khas dari emerging adults dimana individu akan dihadapi dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri, feeling in-between atau perasaan sudah tidak lagi remaja namun masih belum menjadi dewasa, maupun the *age of possibilities* dimana individu memiliki semua kesempatan di dunia untuk memilih masa depannya (Santrock J. W., 2010)

Gagalnya beberapa tugas-tugas serta karakteristik khas tersebut tentu akan berdampak pada kesejahteraan hidup individu. Hal-hal yang dapat mempengaruhi individu adalah ruminating, pemikiran terhadap diri sendiri, self-esteem, maupun kepercayaan diri. Oleh karena itu emerging adults atau usia dewasa awal secara umum dikatakan sebagai kelompok usia yang rentan terhadap depresi. Oleh karena itu Bennet mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan depresi antara lain adalah faktor genetik, faktor biologis, faktor kognitif, serta faktor sosiokultural (Dirana & Surjaningrum, 2021). Salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan terhadap depresi adalah attachment atau kelekatan (DeVito, 2014).

Attachment antara anak dan orangtua ataupun figur lekat dapat menjadi salah satu faktor yang dapat membentuk perkembangan kepribadian individu. Individu dengan gaya kelekatan atau *attachment style* yang tidak aman atau *insecure* lebih rentan untuk mengalami depresi dan kecemasan pada perkembangannya dan penelitian-penelitian sebelumnya menemukan bahwa *insecure attachment style* dikaitkan dengan peningkatan gangguan depresi dan kecemasan pada anak-anak, remaja, serta pada orang dewasa (Yi, et al., 2012). Selain itu, dinyatakan pula pada penelitian yang terkait bahwa *insecure attachment* dapat memprediksi depresi dan kecemasan di kemudian hari. Sehingga terdapat keterkaitan antara attachment terhadap bagaimana individu dengan *attachment style* tertentu akan cenderung mengalami gangguan depresi maupun kecemasan pada masa perkembangannya. Bentuk pengasuhan yang tidak konsisten dan kurang peka terhadap kebutuhan anak dapat menjadi salah satu faktor risiko yang menyebabkan masalah-masalah kelekatan yang akan muncul di kemudian hari dan sering diasosiasikan dengan gangguan depresi dan kecemasan pada saat dewasa (Surcinelli, Rossi, Montebanocci, & Baldaro, 2010). Dalam penelitian dengan topik terkait juga ditemukan bahwa wanita pada masa dewasa awal dengan *fearful avoidant* diasosiasikan dengan depresi sedangkan pada penelitian yang berbeda individu dengan *disorganized attachment* dinyatakan memiliki hubungan dengan kecenderungan depresi (Yi, et al., 2012). Sehingga penelitian lebih lanjut perlu dilakukan untuk meneliti kembali masing-masing *attachment style* dengan pengaruhnya terhadap depresi. Mengingat terjadi peningkatan pada tiap tahunnya pada masyarakat yang mengalami depresi, terutama pada dewasa awal.

Berdasarkan pemaparan di atas, penulis tertarik untuk melihat apakah terdapat pengaruh beberapa aspek *attachment* yang ada terhadap kecenderungan depresi terutama pada kelompok usia dewasa awal. Pertanyaan inilah yang akan penulis coba untuk jawab dalam penelitian ini. Adapun hipotesis dalam penelitian ini antara lain: adanya pengaruh *attachment* terhadap depresi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dan mengetahui adanya pengaruh *attachment* anak dan orang tua terhadap depresi pada dewasa awal serta sebagai upaya pencegahan dengan meningkatkan *awareness* individu sebagai deteksi dini salah satu faktor yang dapat meningkatkan kecenderungan depresi.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan tipe penelitian kuantitatif dengan metode pengambilan data menggunakan survey yang ditujukan kepada partisipan yang memenuhi kriteria penelitian.

Partisipan

Penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* sebagai teknik pengambilan sampel dan menggunakan metode *purposive sampling*. Pemilihan kriteria partisipan pada penelitian ini adalah pria atau wanita berusia 20-40 tahun dan sedang mengalami depresi pada dua minggu terakhir. Partisipan penelitian ini sebanyak 92 yang memiliki rentang usia 20-40 tahun. Jumlah terbanyak yaitu pada partisipan berusia 24 sejumlah 34 dengan persentase 37,0%. Kemudian diikuti oleh partisipan berusia 25 sejumlah 14 dengan persentase 15,2%. Partisipan berasal dari domisili yang beragam. Partisipan diberikan *informed consent* pada halaman dengan kuesioner. Partisipan yang didapatkan pada penelitian ini yaitu 167 orang, namun sebanyak 75 partisipan harus dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria. Partisipan penelitian ini sebanyak 92 partisipan ($M_{usia}=24,18$; $SD_{usia}=3,261$; 67,4 persen perempuan).

Pengukuran

Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan dua alat ukur yaitu *Revised Adult Attachment Scale* (RAAS) oleh Collins (1996) untuk mengukur variabel x yaitu *attachment* yang terdiri dari 18 aitem yang telah kemudian diadaptasi oleh Midyani (2016). RAAS menggunakan skala likert dengan rentang 1 (sangat tidak sesuai) hingga 4 (sangat sesuai), dengan koefisien reliabilitas yang cukup baik yaitu 0,72. Alat ukur ini memiliki tiga dimensi, yaitu *close*, *depend*, dan *anxiety*. Ketiga dimensi ini mendasari tipe *attachment* ke dalam tiga tipe, yaitu *secure*, *anxiety*, dan *avoidant*. Kemudian penelitian ini menggunakan alat ukur *Beck Depression Inventory II* (BDI-II) oleh Beck (1996) untuk mengukur variabel y depresi yang terdiri dari 21 aitem yang kemudian diadaptasi oleh Sari (2019). BDI-II menggunakan skala likert dengan rentang 0 sampai 3 pada setiap kelompok pernyataannya yang kemudian dijumlahkan dan diklasifikasikan sesuai dengan ketentuan tipe depresi menurut Beck, yaitu depresi rendah, depresi ringan, depresi sedang, dan depresi berat. Alat ukur ini memiliki nilai koefisien reliabilitas cukup baik yaitu 0,81.

Sebelum melakukan uji asumsi dan uji regresi, dilakukan analisis uji cluster. Uji cluster dilakukan untuk menentukan tipe *attachment* dari dimensi *close*, *depend*, dan *anxiety* menjadi *secure*, *anxiety*, dan *avoidant* sesuai dengan ketentuan. Uji normalitas dilakukan dengan *kolmogorov-smirnov test* dengan nilai residual berdistribusi normal, hasil signifikansi $0,200 > 0,05$. Data dari kedua variabel memiliki hubungan yang linear dengan nilai *deviation from linearity* $0,851 > 0,05$. Uji heteroskedastisitas menunjukkan bahwa data tidak terpolarisasi pada satu bagian, melainkan tersebar. Namun pada uji linear regresi sederhana dibuktikan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan pada *attachment* terhadap *depresi*, nilai *coefficients* terbukti menunjukkan hasil negatif yaitu -0,667.

Analisis Data

Pembuktian uji hipotesis dilakukan dengan melakukan uji regresi linear sederhana dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 22.0 for Windows*. Uji regresi dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

HASIL PENELITIAN

Depresi memiliki nilai minimum 14, nilai maksimum 62, nilai *mean* sebesar 25,10, dan nilai standard deviasi sebesar 8,821. Nilai *skewness* pada depresi menunjukkan hasil yang positif, sehingga distribusi data cenderung juling ke kanan dan data yang terkumpul ke arah kiri yang lebih kecil. Nilai *kurtosis* pada depresi menunjukkan nilai yang positif sehingga sebaran atau distribusi data pada sampel adalah runcing. Penelitian ini hanya menggunakan tiga tingkatan depresi dan hasil kategorisasi depresi menunjukkan bahwa partisipan dengan depresi ringan berjumlah 26 orang atau sebesar 28,3%, partisipan dengan depresi sedang berjumlah 39 orang atau sebesar 42,4%, dan partisipan dengan depresi berat berjumlah 27 orang atau sebesar 29,3%.

Kemudian dilakukan analisis uji *cluster* menggunakan *K-Means Cluster* untuk menentukan tipe *attachment*. Cluster 1 menunjukkan skor dimensi *close* (15) dan *depend* (17) yang sama rendah, dan dimensi *anxiety* (21) yang lebih tinggi, sehingga dapat dikategorikan sebagai tipe *anxiety*. Cluster 2 menunjukkan skor dimensi *close* (14), *depend* (14), dan *anxiety* (16) yang sama rendah, sehingga dapat dikategorikan sebagai tipe *avoidant*. Cluster 3 menunjukkan skor dimensi *close* (15) dan *depend* (17) yang sama tinggi, dan dimensi *anxiety* (12) yang lebih rendah, sehingga dapat dikategorikan sebagai tipe *secure*. Oleh karena itu dari penjelasan berikut dapat disimpulkan bahwa dari 92 partisipan, terdapat yaitu 17 responden dengan tipe *secure*, 47 responden dengan *anxiety*, dan 28 responden dengan *avoidant*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa setelah dilakukan uji regresi linear sederhana, model regresi *attachment* dan depresi tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Diketahui bahwa nilai constant (a) dari *unstandardized coefficients* sebesar 26,556. Angka ini merupakan angka konstanta yang berarti nilai konsisten variabel depresi adalah sebesar 26,556. Sedangkan nilai (b) yang merupakan *coefficients* regresi linearnya sebesar -0,667. *Coefficients* regresi tersebut bernilai negatif, oleh karena itu dapat dikatakan bahwa arah pengaruh *attachment* yang merupakan variabel X terhadap depresi sebagai variabel Y adalah negatif dengan persamaan regresi $Y=26,556-0,667X$.

DISKUSI

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh antara *attachment* anak dan orang tua terhadap depresi pada dewasa awal. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian ini untuk mendapatkan jawaban dari rumusan masalah dan menguji hipotesis yang ada. Berdasarkan pada hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa *attachment* dan ketiga tipenya tidak memiliki pengaruh yang signifikan pada prevalensi dan onset depresi pada individu berusia dewasa awal. Kedua analisis hipotesis yang digunakan untuk mendeterminasi ada tidaknya pengaruh *attachment* pada depresi menunjukkan hal yang sama, yaitu hasil yang negatif pada nilai *coefficients* regresi linear dan nilai signifikansi *coefficients* yang lebih besar dari 0,05.

Pada penelitian sebelumnya dinyatakan bahwa individu dengan gaya kelekatan atau *attachment style* yang tidak aman atau *insecure* lebih rentan untuk mengalami depresi dan kecemasan pada perkembangannya dan penelitian-penelitian sebelumnya menemukan bahwa *insecure attachment style*

dikaitkan dengan peningkatan gangguan depresi dan kecemasan pada anak-anak, remaja, serta pada orang dewasa (Yi, et al., 2012). Frekuensi tertinggi usia individu dengan depresi adalah pada rentang usia 20 hingga 40 tahun (Frijanto, 2022). Kemudian didukung pula oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa usia puncak onset atau awal mula gangguan kesehatan mental terdiri pada usia 15 tahun, dengan onset terjadi rata-rata usia 19 tahun pada pria, serta usia 20 tahun pada wanita, serta menunjukkan salah satu dari tiga kesehatan mental paling umum yang ditemukan baik pada pria maupun wanita adalah depresi (Pandu, 2023).

Kelompok usia dewasa awal atau individu dengan rentang usia 20-40 tahun merupakan kelompok usia yang paling rentan mengalami stress, kecemasan, serta depresi Dariyo (2003) dalam (Hakim & Aristawati, 2023). Meskipun depresi sendiri tidak dipengaruhi secara langsung oleh stressor yang dihadapi individu, melainkan keadaan yang dihasilkan dari persepsi dan bagaimana respon individu terhadap stressor tersebut (Mahmoud, Staten, Hall, & Lennie, 2012). Hal ini tentu menjadi salah satu hal yang menyatakan bahwa *attachment* bukanlah satu hal dominan yang dapat berpengaruh pada munculnya depresi pada individu pada usia dewasa awal. Dalam hal ini dijelaskan bahwa usia dewasa awal merupakan fase dimana tugas perkembangan yang harus dijalani individu merupakan pencarian identitas diri dan mengeksplor. Banyak hal yang dapat menjadi faktor individu mengalami depresi.

Depresi dapat dipengaruhi oleh banyak faktor dalam kehidupan seorang individu. Beberapa peristiwa yang menyedihkan dan berlarut dapat menjadi salah satu faktor yang dapat mengarahkan individu pada depresi. Kemudian beberapa hal yang ditemui dalam keseharian, tantangan dan masalah yang dialami, cara individu berpikir dan berperilaku, bagaimana cara individu menghadapi situasi, kepribadian, serta pengalaman masa kecil. Hal-hal tersebut yang menjadi salah satu permasalahan yang menarik untuk diteliti. Pengaruh *attachment* anak dan orang tua pada masa kecil yang dapat mempengaruhi pola pikir dan cara individu dalam berelasi yang memiliki potensi pengaruh terhadap munculnya depresi pada saat dewasa. Masih terdapat hal, faktor, dan pengalaman lain yang dapat mempengaruhi individu mengalami depresi. Individu yang mengalami depresi belum tentu disebabkan oleh satu hal dominan.

Hal ini didukung oleh tidak banyaknya penelitian yang spesifik dan yakin bahwa *attachment* dapat mempengaruhi depresi. Pada beberapa penelitian sebelumnya disebutkan bahwa ditunjukkan bahwa tipe *avoidant attachment* merupakan salah satu hal yang dapat berpengaruh terhadap depresi, namun pada penelitian lainnya dikatakan bahwa hanya *anxiety attachment* yang dapat mempengaruhi depresi. Beberapa penelitian lainnya tidak dapat menyebutkan bahwa *attachment* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap depresi, namun memiliki pengaruh terhadap *anxiety* pada individu. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, nilai pada individu dengan tipe tertentu menunjukkan angka lebih besar yang menunjukkan individu yang mengalami depresi, namun tidak terdapat pengaruh signifikan pada penyebab depresi tersebut.

SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah *attachment* tidak memiliki pengaruh pada kecenderungan individu pada usia dewasa awal untuk mengalami atau mulai mengalami depresi. Hal ini dibuktikan dengan kedua analisis regresi yang keduanya dapat diartikan bahwa *attachment* tidak mempengaruhi depresi. Hal ini tentu menjadi salah satu hal yang menyatakan bahwa *attachment* bukanlah satu hal dominan yang dapat berpengaruh pada munculnya depresi pada individu pada usia dewasa awal. Kemudian depresi tidak dipengaruhi secara langsung oleh stressor yang dihadapi individu, melainkan keadaan yang dihasilkan dari persepsi dan bagaimana respon individu terhadap

stressor tersebut. Perlu dilakukan penelitian lanjutan yang meninjau dari dari invidual, tidak hanya berdasarkan data cluster untuk menuatkan atau melanjutkan simpulan atas pengaruh *attachment* pada depresi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis panjatkan segala puji syukur kepada Allah SWT. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga, teman-teman, dan semua individu yang terlibat dalam proses penelitian ini tetapi penulis tidak sanggup menuliskan namanya satu-persatu, terima kasih banyak.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Elsa Maya Mardhiyah dan Afif Kurniawan tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and Treatment* (2nd ed.). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Beck Depression Inventory-II Manual* (2nd ed.). San Antonio: Psychological Corporation.
- Bhatia, M. S. (2009). *Dictionary of Psychology and Allied Science*. New Delhi: New Age International.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. London: Routledge.
- Collins, N. L. (1996). Revised Adult Attachment Scale (RAAS). doi:<https://doi.org/10.1037/t19162-000>
- DeVito, C. C. (2014). *The Link Between Insecure Attachment and Depression: Two Potential Pathways*. Master Theses(11).
- Dirana, P. D., & Surjaningrum, E. R. (2021). Peran Ruminasi pada Pengaruh Perfeksionisme terhadap Depresi pada Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 629-637.
- Frijanto, A. (2022, September 6). Depresi dan Bunuh Diri. Retrieved November 8, 2023, from Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1450/depresi-dan-bunuh-diri
- GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. (2022). Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The lancet. Psychiatry*, 9(2), 137-150. doi:[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00395-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00395-3)

- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, dan Stres pada Kelompok Dewasa Awal di Indonesia: Uji Validitas dan Reliabilitas Konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*. doi:<https://doi.org/10.24854/jpu553>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes.
- Mahmoud, J. S., Staten, R., Hall, L. A., & Lennie, T. A. (2012). The Relationship among Young Adult College Students' Depression, Anxiety, Stress, Demographics, Life Satisfaction, and Coping Styles. *Mental Health Nursing*, 33(3), 149-156.
- Midyani, F. (2016). Pengaruh Tipe Kepribadian dan Gaya Kelekatan terhadap Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas. Jakarta: Fakultas Psikologis Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah .
- Moreh, S., & O'Lawrence, H. (2016). Common Risk Factors Associated with Adolescent and Young Adult Depression. *Journal of Health and Human Services Administration*, 39(2), 283-310.
- Pandu, P. (2023, August 1). Sebagian Besar Orang Dewasa Pernah Alami Gangguan Kesehatan Mental. Retrieved November 8, 2023, from Kompas: <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/08/01/sebagian-besar-orang-dewasa-pernah-alami-gangguan-kesehatan-mental>
- Rokom. (2021, October 7). Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia. Retrieved November 8, 2023, from Sehat Negeriku Kementerian Kesehatan: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Santrock, J. W. (2010). *Life-Span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sari, N. P. (2019). Pengaruh Social Comparison terhadap Depresi dengan Envy sebagai Variabel Mediator pada Remaja Pengguna Instagram. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Surcinelli, P., Rossi, N., Montebanocci, O., & Baldaro, B. (2010). Adult Attachment Styles and Psychological Disease: Examining the Mediating Role of Personality Traits. *The Journal of Psychology: interdisciplinary and Applied*, 144(6), 523-534. doi:<http://dx.doi.org/10.1080/00223980.2010.508082>
- WHO. (2022, Juni 17). Mental health. Retrieved Oktober 23, 2021, from World Health Organization int.: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yi, J., Zhu, X., Auerbach, R. P., Gardiner, C. K., Cai, L., Wang, Y., & Yao, S. (2012). Insecure Attachment as a Predictor of Depressive and Anxious Symptomology. *Depression and Anxiety*, 29(9), 789-796. doi:<https://doi.org/10.1002/da.21953>