



Dampak Dukungan Emosional Teman Sebaya terhadap Remaja: Kajian Sistematis

Sri Dewi^{1*}, Noviani Kurniati², Damar Safitri Asmoro³

^{1,2,3} Universitas Negeri Jakarta; sridewi_1106621039@mhs.unj.ac.id, novianikurniati_1106621067@mhs.unj.ac.id, damarsafitriasmoro_1106619032@mhs.unj.ac.id

Abstrak: Artikel ini menyajikan hasil kajian sistematis mengenai artikel-artikel yang diterbitkan antara tahun 2014 dan tahun 2024 yang fokus kajiannya adalah tentang dampak dukungan emosional teman sebaya pada remaja dengan menggunakan database internasional dan nasional, seperti PubMed dan Google Scholar. Proses seleksi artikel dari berbagai database dilakukan dengan menggunakan Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis (PRISMA). Hasil analisis atas 6 artikel yang dipilih mengindikasikan bahwa dampak dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja meliputi konsep diri yang positif, penurunan depresi, peningkatan kesehatan mental, kematangan karier, dan peningkatan afek positif. Bukti empiris ini menjadi dasar bagi remaja mengenai kesadaran akan kebahagiaannya.

Katakunci: Dampak Dukungan Emosional Teman Sebaya, Dukungan Teman Sebaya, Remaja

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2562>

*Correspondence: Sri Dewi

Email:

sridewi_1106621039@mhs.unj.ac.id

Received: 02-06-2024

Accepted: 14-07-2024

Published: 25-08-2024



Copyright: © 2024 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: *This article presents the results of a systematic review of articles published between 2014 and 2024 that focused on the impact of peer emotional support on adolescents, using international and national databases such as PubMed and Google Scholar. The article selection process from various databases was conducted using the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis (PRISMA). Analysis of 6 selected articles indicates that the impact of peer emotional support on adolescents includes positive self-concept, reduced depression, improved mental health, career maturity, and increased positive affect. This empirical evidence serves as a foundation for adolescents' awareness of their well-being.*

Keywords: *The Impact of Peer Emotional Support, Peer Support, Adolescent*

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang mengalami banyak perubahan, termasuk perubahan fisik dan psikososial (Potter & Perry, 2014). Menurut (Wong et al., 2008), masa remaja adalah masa perkembangan di mana perubahan kognitif, moral, sosial, dan psikososial terjadi. Namun, dukungan emosional adalah dukungan yang menghasilkan perasaan nyaman, perasaan dicintai sebagai motivasi, dan empati yang diperoleh oleh remaja dalam interaksi sosialnya dengan orang lain. Dukungan emosional dapat berasal dari siapa saja, baik dari keluarga atau teman (Sarbin, 1994).

Riessman berpendapat bahwa *peer support* adalah suatu proses dimana orang-orang berbagi pengalaman dan menghadapi masalah serupa sebagai kelompok untuk memberi dan menerima bantuan berdasarkan pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman mereka

bersama. Peer support telah digunakan oleh orang-orang yang menghadapi berbagai jenis keadaan sosial, kesulitan emosional, dan masalah kesehatan, seperti orang yang berduka, orang yang mengonsumsi narkoba atau alkohol, dan orang yang hidup dengan penyakit fisik atau kerusakan (Penney, 2018).

Informasi lengkap dari berbagai sudut pandang mengenai dampak dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja yang ada di Indonesia saat ini masih terbatas. Dari beberapa hasil penelitian yang telah ditemukan, mayoritas membahas tentang dukungan sosial. Selain itu, penelitian mengenai dukungan emosional paling banyak membahas mengenai dukungan emosional dari keluarga (Panchal, 2023). Oleh karena itu, peneliti belum menemukan secara jelas dampak dari dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja. Penelitian mengenai dukungan emosional memfokuskan aspek hubungan antara dua variabel dan pengaruh dari dukungan emosional itu sendiri sedangkan aspek lain seperti dampak belum mendapat perhatian dari peneliti. Dari masalah tersebut muncul *research gap* atau celah penelitian (Elmer, 2020). Celah tersebut dapat dimanfaatkan oleh peneliti berikutnya untuk memberikan jawaban dari pertanyaan “Apa saja dampak dari dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja?”. Oleh karena itu, kajian sistematis ini diajukan untuk mengidentifikasi dampak-dampak dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja.

Metode

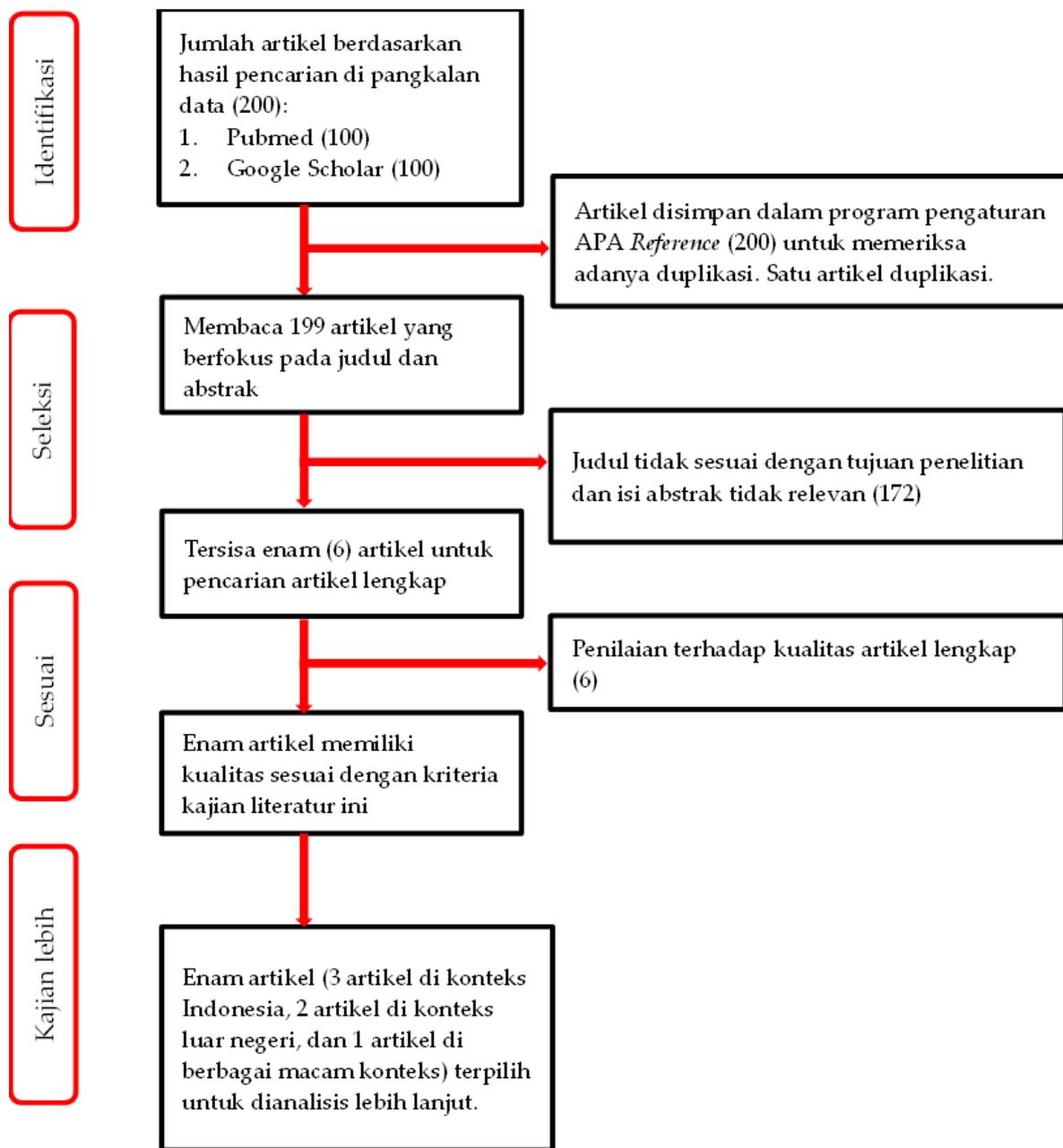
Pencarian artikel dilakukan oleh peneliti pada topik dukungan emosional teman sebaya melalui kumpulan data internasional dan nasional, yaitu PubMed dan Google Scholar. Dari kedua pangkalan data tersebut dipilih berdasarkan kelengkapan artikel yang mudah untuk diakses, dengan demikian dapat dianalisis lebih terperinci. Untuk mendapatkan artikel tersebut, kami menggunakan kata kunci dalam dua bahasa, yaitu bahasa Inggris dan Indonesia. Kata kunci tersebut meliputi: *the impact of peer emotional support on adolescents* (dampak dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja), *impact* (dampak), *peer emotional support* (dukungan emosional teman sebaya), dan *adolescents* (remaja). Untuk mendapatkan artikel yang ditulis oleh peneliti Indonesia dan internasional yang dipublikasikan di jurnal internasional atau jurnal yang berbahasa Inggris, digunakan kata kunci dalam bahasa Inggris (Giusti, 2020). Ini karena penelitian Indonesia tidak dipublikasikan di jurnal internasional berbahasa Inggris.

Para peneliti menetapkan tiga kriteria utama untuk artikel yang dipilih. Pertama, artikel telah diterbitkan selama sepuluh tahun terakhir (2014–2024). Pada titik waktu ini, peneliti berharap bahwa isi artikel tetap konsisten, dan data empiris yang dilaporkan menunjukkan bahwa teman sebaya mendukung secara emosional lebih banyak. Karakteristik kedua adalah bahwa partisipan penelitian adalah remaja dari usia 12 hingga 24 tahun (Bethell, 2019). Karakteristik ketiga adalah bahwa peneliti tidak memasukkan sumber-sumber yang tidak merupakan artikel jurnal. Pemilihan artikel untuk dikaji menggunakan panduan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis* (PRISMA), yang meliputi: (1) menjelaskan topik dan kriteria, (2) memastikan sumber informasi, (3) memilih literatur yang relevan, (4) mengumpulkan artikel dan (5)

menganalisis artikel (PRISMA, 2015). Alur pemilihan artikel sesuai dengan langkah-langkah PRISMA, yang dijelaskan pada Diagram 1.

Menurut hasil pencarian artikel, peneliti menemukan 200 artikel dari dua kumpulan data sebagai berikut: PubMed (100 artikel) dan Google Scholar (100 artikel). Kemudian, artikel-artikel tersebut ditempatkan pada program pengaturan referensi, yakni *APA reference* untuk membuktikan adanya duplikasi data artikel. Hasil pemeriksaan ini menunjukkan satu artikel duplikasi dan akhirnya tersisa menjadi 199 artikel. Kemudian dilakukan kembali pemeriksaan serta didapatkan hasil bahwa terdapat 20 referensi yang bukan merupakan artikel jurnal, sehingga tersisa 179 artikel. Kemudian membaca pada bagian judul dan abstrak, 172 artikel dihilangkan karena ketidaksesuaian judul dengan tujuan yang diteliti dan abstrak tidak memiliki keselarasan isinya. (Rogers, 2021) Oleh karena itu, 6 artikel (3 artikel di konteks Indonesia, 2 artikel di konteks luar negeri, dan 1 artikel di berbagai macam konteks) dianalisis. Dari 6 artikel tersebut, terdapat 4 studi kuantitatif murni, 1 studi kualitatif, dan 1 studi menggunakan pendekatan metode campuran. (Hossain, 2021) Pengumpulan data pada penelitian-penelitian tersebut dilakukan dengan metode kuesioner, survei telepon, wawancara, dan PRISMA. Proses ini dapat dilihat pada Diagram 1.

Terdapat tiga langkah dalam menganalisis artikel. Langkah pertama adalah membaca artikel secara menyeluruh dan memahami isi penuhnya. Langkah kedua adalah mengekstraksi informasi dari artikel dan menggabungkannya ke dalam tabel. Tabel 1 berisi informasi tentang judul penelitian, penulis, tujuan, lokasi, jenis penelitian, sampel, metode pengumpulan data, dan rangkuman hasil penelitian. Pada langkah ketiga, para peneliti melihat persamaan dan perbedaan dalam konten artikel masing-masing, dan kemudian menggabungkan hasil ke dalam kategori (Mohd, 2019). Hasil analisis menunjukkan bagaimana dukungan emosional teman sebaya berdampak pada remaja. Temuan dan pembahasan mencakup klaim secara lengkap.



Gambar 1. Alur diagram PRISMA untuk seleksi artikel

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis enam artikel, dampak dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja meliputi konsep diri yang positif (Liyanovitasari & Setyoningrum, 2023a), penurunan tingkat depresi (Asran & Djamhoer, 2021a; Brinker & Cheruvu, 2017a; Richard et al., 2022a), peningkatan kesehatan mental (Richard et al., 2022b), kematangan karier (Dani et al., 2022), dan peningkatan afek positif (Wang et al., 2023a). Rangkuman isi setiap artikel dijelaskan pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Artikel

Peneliti	Tujuan	Tempat Penelitian	Jenis Penelitian	Sampel	Metode Pengumpulan Data	Hasil
Liyanovitasari, & Setyoningrum, U. (2023). Hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan konsep diri remaja. <i>Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat</i> , 12(3),188–196.	Untuk mengetahui hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan konsep diri remaja SMK Pringapus.	SMK Negeri 1 Pringapus, Semarang	Kuantitatif	273 siswa SMK Negeri 1 Pringapus	Menggunakan kuesioner yakni kuesioner dukungan emosional teman sebaya dan kuesioner skala <i>Tennessee Self Concept Scale</i> (TSTCS).	Hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan konsep diri remaja cukup kuat dan ke arah hubungan yang positif, semakin baik tingkat dukungan teman sebaya maka semakin tinggi pula tingkat konsep diri remaja.
Asran, E. A. & Djamhoer, T. D. (2021). Pengaruh dukungan teman sebaya terhadap tingkat depresi pada korban perundungan. <i>In Bandung Conference Series: Psychology Science</i> , 1(1), 1-6.	Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan teman sebaya terhadap tingkat depresi pada korban perundungan siswa SMP di Kota Bandung.	SMP di Kota Bandung	Kuantitatif	193 orang siswa SMP di Kota Bandung	Menggunakan alat ukur dukungan teman sebaya dari Zimet, alat ukur <i>Depresi Beck's Depression Inventory</i> , dan alat ukur perundungan yang dibuat oleh Children's Worlds.	Dukungan teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap depresi pada korban perundungan SMP di Kota Bandung, yang artinya ketika seseorang mendapatkan dukungan dari temannya maka tingkat depresi yang dirasakan semakin menurun.
Brinker, J., & Cheruvu, V. K. (2017). Social and emotional support as a protective factor against current depression among individuals with adverse childhood experiences. <i>Preventive medicine reports</i> , 5, 127-133.	Untuk menguji hipotesis bahwa dukungan sosial dan emosional yang dirasakan akan menjadi faktor protektif terhadap depresi saat ini di antara orang dewasa dengan ACE (<i>Adverse childhood experiences</i>)	Hawaii, Nevada, Ohio, Vermont, dan Wisconsin	Kuantitatif dan kualitatif	12.487 orang	Survei telepon, wawancara, dan menggunakan kuesioner, yakni <i>Patient Health Questionnaire</i> (PHQ-8) <i>depression scale</i> .	Bahwa dukungan sosial dan emosional berperan penting sebagai faktor protektif terhadap depresi pada individu yang mengalami masa kecil kurang menyenangkan.

Peneliti	Tujuan	Tempat Penelitian	Jenis Penelitian	Sampel	Metode Pengumpulan Data	Hasil
Richard, J., Rebinsky, R., Suresh, R., Kubic, S., Carter, A., Cunningham, J. E., Ker, A., Williams, K., & Sorin, M. (2022).	Untuk mensintesis literatur yang telah ditinjau oleh <i>peer-reviewed</i> mengenai hubungan dukungan teman sebaya dan kesehatan mental di kalangan dewasa.	-	Kualitatif	-	<i>Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis</i> (PRISMA).	Dukungan teman sebaya secara individu dan kelompok tampaknya bermanfaat bagi kesehatan mental dengan efek positif yang juga hadir bagi mereka yang memberikan dukungan. Dukungan teman sebaya dikaitkan dengan peningkatan kesehatan mental termasuk kebahagiaan yang lebih besar, harga diri dan penanganan yang efektif, dan penurunan depresi, kesepian dan kecemasan.
Dani, F., Hastini, L. Y., Chairuel, L., & Fitri, M. E. Y. (2022).	Untuk mengetahui pengaruh dukungan teman sebaya dan kecerdasan emosional terhadap kematangan karir mahasiswa Universitas Dharma Andalas.	Universitas Dharma Andalas, Padang	Kuantitatif	301 orang mahasiswa aktif Universitas Dharma Andalas	Menggunakan kuesioner	Berdasarkan uji hipotesis secara parsial (uji t) menunjukkan bahwa variabel dukungan teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap kematangan karir. Hal ini berarti semakin besar pengaruh dukungan teman sebaya pada individu mahasiswa maka semakin besar pula pengaruhnya terhadap kematangan karir mahasiswa tersebut seperti: <ol style="list-style-type: none"> 1. Teman selalu memberi dukungan terhadap apa saja yang dilakukan individu 2. Memiliki hubungan dekat dengan teman 3. Kemampuan dan keahlian diakui/dihargai 4. Merasa aman dan nyaman ketika bersama dengan teman, diskusi, dan kegiatan bersama yang mengasah keterampilan 5. Selalu mendapat informasi tentang dunia pekerjaan dan selalu berbagi keceriaan bersama.
Wang, Ming-Te, Scanlon, Christina L, Toro, Juan Del, & Qin, Xu (2023).	Untuk menyelidiki peran dukungan sosial dalam hubungan antara pembelajaran jarak jauh dan kesejahteraan	Amerika Serikat	Kuantitatif	744 remaja	Menggunakan kuesioner, yakni Positive and Negative Affect Scale for Children (PANAS-C) dan Network of Relationships Inventory	Lebih banyak dukungan teman sebaya dikaitkan dengan peningkatan afek positif.

Peneliti	Tujuan	Tempat Penelitian	Jenis Penelitian	Sampel	Metode Pengumpulan Data	Hasil
pandemic-onset remote learning: A national multi-wave daily-diary study. <i>Development and psychopathology</i> , 35(5), 2533-2550.	psikologis selama 64 hari di antara sampel nasional remaja					

Pembahasan

Konsep Diri Positif

Konsep diri yang positif merupakan salah satu fokus dari temuan kajian sistematis ini. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Liyanovitasari & Setyoningrum, 2023) melaporkan bahwa dukungan emosional teman sebaya berdampak dan berpengaruh terhadap konsep diri remaja dengan cukup kuat dan ke arah hubungan yang positif. Oleh karena itu, semakin baik tingkat dukungan teman sebaya akan semakin positif pula konsep diri remaja. Dukungan teman sebaya yang baik dapat berbentuk, seperti saling meluangkan waktu, berdiskusi, belajar bersama, dan saling bertukar pendapat dalam kelompok belajar (Fingerman, 2021; Selkie, 2020). Remaja yang memiliki dukungan teman sebaya biasanya masih mempertimbangkan saran atau masukan yang disampaikan oleh temannya karena mereka beranggapan bahwa saran dari temannya adalah hal yang terbaik bagi diri mereka. Selain itu, remaja juga masih memerlukan seseorang yang dapat menjadi penguat dalam pengambilan keputusan karena biasanya remaja belum merasa percaya diri dan yakin dengan keputusannya (Lindeza, 2024; O’Caoimh, 2020). Sosok yang biasanya menjadi penguat dalam pengambilan keputusan bagi remaja adalah teman dekatnya. Teman adalah sosok yang dianggap oleh remaja sebagai figur yang mampu memahami perasaan remaja, saling memahami, memiliki perasaan senasib, dan memperoleh simpati yang lebih banyak dari teman sebaya daripada orang tua (Liyanovitasari & Setyoningrum, 2023b). Dalam hal ini remaja cenderung memilih untuk bertukar keluh kesah dengan teman sebayanya sebagai wadah untuk mengekspresikan berbagai emosinya, baik emosi positif maupun negatif (Tarigan et al., 2018)

Individu dengan konsep diri yang positif adalah individu yang berani mencoba hal baru, berani sukses dan gagal, optimis, antusias, percaya diri, merasa berharga, memiliki tujuan hidup, dan bersikap atau berpikir positif (Rohmah et al., 2019). Di sisi lain, individu akan semakin sulit untuk berhasil jika memiliki konsep diri yang negatif. Hal ini dikarenakan konsep diri yang negatif akan menumbuhkan rasa tidak percaya diri, enggan mencoba hal-hal yang baru dan menantang, takut gagal, merasa bodoh, merasa tidak berguna, dan berbagai perasaan atau perilaku inferior lainnya (Rohmah et al., 2019).

Penurunan Tingkat Depresi

Penurunan tingkat depresi juga merupakan temuan dari hasil analisis artikel pada kajian ini. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Asran & Djamhoer, 2021b) melaporkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap depresi pada korban perundungan. Artinya, pemberian dukungan dari teman sebaya mampu menurunkan tingkat depresi korban perundungan (Zhang, 2021). Dukungan teman sebaya yang diterima oleh korban perundungan dapat berbentuk, seperti menolong saat korban diejek dan tetap bersamanya saat korban dijauhi. Hal seperti itu mampu berdampak pada penurunan tingkat depresi bagi korban sehingga semakin sedikit gejala depresi yang dialami oleh korban, seperti mulai berkurangnya perasaan murung atau sedih, tidak lagi memiliki keinginan untuk bunuh diri, mulai termotivasi kembali untuk melakukan kegiatan sehari-hari, dan menunjukkan minat terhadap lingkungan sosialnya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Brinker & Cheruvu, 2017) menyatakan bahwa dukungan sosial dan emosional berperan penting sebagai faktor protektif terhadap depresi pada individu yang mengalami masa kecil kurang menyenangkan. Dengan adanya dukungan emosional, individu menjadi percaya kepada orang lain yang dapat diajak untuk berbagi pengalaman hidup (Franssen, 2020; McCurley, 2019). Dukungan yang dirasakan adalah melibatkan rasa kepedulian, rasa percaya, pemberian cinta, dan empati. Dukungan emosional ini sering dianggap sebagai dukungan yang dapat mencegah seseorang dari dampak yang berpotensi merugikan atas kejadian yang membuat stres.

Peningkatan Kesehatan Mental

Hasil analisis artikel mendapatkan data bahwa dukungan emosional teman sebaya berdampak pada peningkatan kesehatan mental seseorang. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Richard et al., 2022) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berkaitan dengan peningkatan kesehatan mental termasuk kebahagiaan yang lebih besar, harga diri dan penanganan yang efektif, dan berkurangnya depresi, kesepian, dan kecemasan. Baik dukungan teman sebaya secara individu maupun kelompok tampaknya berdampak bagi kesehatan mental dengan efek positif bagi mereka yang juga memberikan dukungan. Dukungan sebaya dapat diberikan oleh berbagai macam individu, mulai dari teman, *significant others* hingga pendukung sebaya yang terlatih. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sebaya digunakan secara informal baik dalam percakapan sehari-hari maupun dalam situasi formal yang terstruktur (Conley, 2020). Dari studi yang ditinjau, dukungan sebaya telah terbukti memiliki sebagian besar efek positif pada hasil kesehatan mental seseorang, terutama bagi individu yang berkaitan dengan gejala depresi, gejala cemas, tekanan psikologis, dan harga diri (Richard et al., 2022b). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya tampaknya menjadi jalan yang menjanjikan untuk meningkatkan kesehatan mental seseorang.

Peningkatan Afek Positif

Peningkatan afek positif juga menjadi salah hasil temuan dari kajian sistematis ini. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Wang et al., 2023) melaporkan bahwa pada hari-hari ketika anak remaja mendapatkan lebih banyak dukungan teman sebaya, mereka melaporkan afek positif harian yang lebih tinggi. Adapun bentuk afek positif yang dimaksud, yaitu merasa bersemangat, penuh konsentrasi, kenyamanan, suasana hati dan emosi menyenangkan, ceria, ketertarikan, ketenangan diri, dan tahan dalam menghadapi kesulitan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan emosional teman sebaya berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja.

Kematangan Karier

Selain hal-hal yang sudah disebutkan di atas, kematangan karier juga menjadi salah satu fokus dari temuan kajian sistematis ini. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Dani et al., 2022) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berpengaruh atau berdampak signifikan terhadap kematangan karier remaja. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa jika semakin besar dukungan teman sebaya yang diterima oleh remaja, maka akan semakin berpengaruh terhadap kematangan kariernya (López-Castro, 2021). Hal ini juga diperkuat dengan kenyataan bahwa selama masa remaja, individu lebih banyak menghabiskan waktunya dengan teman sebaya dibanding dengan keluarganya. Interaksi dan kebersamaan dengan teman memiliki intensitas yang lebih tinggi selama masa remaja dibandingkan dengan tahap lain dalam kehidupan seseorang.

Adapun bentuk dukungan yang diterima dari teman sebaya dalam konteks ini, yaitu mendukung segala hal yang dilakukan oleh individu, memiliki hubungan yang erat dengan teman, berada dalam lingkungan yang mengakui dan menghargai kemampuan atau keahlian, merasa aman dan nyaman saat bersama teman, terlibat dalam diskusi dan kegiatan yang dapat meningkatkan keterampilan, mendapatkan informasi tentang dunia pekerjaan dari teman, dan berbagai momen kebahagiaan bersama-sama (Djundeva, 2019).

Kesimpulan

Berdasarkan data yang telah dikaji dari berbagai artikel terdapat kesimpulan bahwa dampak dari dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja adalah konsep diri yang positif, penurunan tingkat depresi, peningkatan kesehatan mental, kematangan karier, dan peningkatan afek positif. Peran dukungan emosional dari berbagai pihak terutama teman sebaya sangat penting bagi kematangan emosional remaja. Remaja yang cenderung labil, menggebu-gebu, atau selalu bersemangat sangat rentan mengalami gangguan emosional ketika menghadapi kondisi yang tidak stabil. Adanya dukungan emosional membuat mereka merasa tidak sendiri, sehingga mereka merasa lebih kuat dan sanggup menghadapi kondisi tersebut.

Penelitian yang mengeksplorasi dampak dukungan emosional teman sebaya secara spesifik terhadap remaja masih terbatas, mengingat dampak dukungan emosional merupakan bagian dari dukungan sosial. Oleh karena itu, diperlukan kajian lebih lanjut untuk mengungkapkan dampak dukungan emosional teman sebaya terhadap remaja secara mendalam dan komprehensif. Untuk peneliti berikutnya disarankan perlu

melakukan pembahasan yang lebih fokus pada dukungan emosional karena riset yang telah dilakukan terdahulu lebih banyak meneliti mengenai dukungan sosial. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengidentifikasi lebih rinci tentang usia remaja yang menjadi responden penelitian sehingga dapat dilakukan perbandingan hasil tiap usia.

Daftar Pustaka

- Asran, E. A., & Djamhoer, T. D. (2021a). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Depresi pada Korban Perundungan. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v1i1.77>
- Asran, E. A., & Djamhoer, T. D. (2021b). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Depresi pada Korban Perundungan. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v1i1.77>
- Bethell, C. (2019). Positive Childhood Experiences and Adult Mental and Relational Health in a Statewide Sample: Associations Across Adverse Childhood Experiences Levels. *JAMA Pediatrics*, 173(11). <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.3007>
- Brinker, J., & Cheruvu, V. K. (2017a). Social and emotional support as a protective factor against current depression among individuals with adverse childhood experiences. *Preventive Medicine Reports*, 5, 127–133. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.11.018>
- Brinker, J., & Cheruvu, V. K. (2017b). Social and emotional support as a protective factor against current depression among individuals with adverse childhood experiences. *Preventive Medicine Reports*, 5, 127–133. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.11.018>
- Conley, C. S. (2020). Navigating the College Years: Developmental Trajectories and Gender Differences in Psychological Functioning, Cognitive-Affective Strategies, and Social Well-Being. *Emerging Adulthood*, 8(2), 103–117. <https://doi.org/10.1177/2167696818791603>
- Dani, F., Hastini, L. Y., Chairoel, L., & Fitri, M. E. Y. (2022a). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kematangan Karir. *Ekonomi Dan Bisnis Dharma Andalas*, 22(1), 303–316.
- Dani, F., Hastini, L. Y., Chairoel, L., & Fitri, M. E. Y. (2022b). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kematangan Karir. *Ekonomi Dan Bisnis Dharma Andalas*, 22(1), 303–316.
- Djundeva, M. (2019). Is Living Alone “aging Alone”? Solitary Living, Network Types, and Well-Being. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 74(8), 1406–1415. <https://doi.org/10.1093/geronb/gby119>
- Elmer, T. (2020). Students under lockdown: Comparisons of students’ social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLoS ONE*, 15(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>
- Fingerman, K. L. (2021). Living Alone during COVID-19: Social Contact and Emotional Well-being among Older Adults. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 76(3). <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa200>

- Franssen, T. (2020). Age differences in demographic, social and health-related factors associated with loneliness across the adult life span (19-65 years): a cross-sectional study in the Netherlands. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09208-0>
- Giusti, E. M. (2020). The Psychological Impact of the COVID-19 Outbreak on Health Professionals: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01684>
- Hossain, F. (2021). Self-care strategies in response to nurses' moral injury during COVID-19 pandemic. *Nursing Ethics*, 28(1), 23–32. <https://doi.org/10.1177/0969733020961825>
- Lindeza, P. (2024). Impact of dementia on informal care: a systematic review of family caregivers' perceptions. *BMJ Supportive and Palliative Care*, 14. <https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2020-002242>
- Liyanovitasari, & Setyoningrum, U. (2023a). Hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan konsep diri remaja. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 188–196. <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jcu.v12i3.1356>
- Liyanovitasari, & Setyoningrum, U. (2023b). Hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan konsep diri remaja. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 188–196. <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jcu.v12i3.1356>
- López-Castro, T. (2021). Experiences, impacts and mental health functioning during a COVID-19 outbreak and lockdown: Data from a diverse New York City sample of college students. *PLoS ONE*, 16(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249768>
- McCurley, J. L. (2019). Preventing Chronic Emotional Distress in Stroke Survivors and Their Informal Caregivers. *Neurocritical Care*, 30(3), 581–589. <https://doi.org/10.1007/s12028-018-0641-6>
- Mohd, T. A. M. T. (2019). Social support and depression among community dwelling older adults in Asia: A systematic review. *BMJ Open*, 9(7). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026667>
- O'Caomh, R. (2020). Psychosocial Impact of COVID-19 Nursing Home Restrictions on Visitors of Residents With Cognitive Impairment: A Cross-Sectional Study as Part of the Engaging Remotely in Care (ERiC) Project. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.585373>
- Panchal, U. (2023). The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 32(7), 1151–1177. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01856-w>
- Penney, D. (2018). *No Title*.
- Potter, P., & Perry, A. G. (2014). *No*.
- PRISMA. (2015). *Welcome to the preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses (PRISMA) website*.
- Richard, J., Rebinsky, R., Suresh, R., Kubic, S., Carter, A., Cunningham, J. E. A., Ker, A., Williams, K., & Sorin, M. (2022a). Scoping review to evaluate the effects of peer

- support on the mental health of young adults. *BMJ Open*, 12(8), 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-061336>
- Richard, J., Rebinsky, R., Suresh, R., Kubic, S., Carter, A., Cunningham, J. E. A., Ker, A., Williams, K., & Sorin, M. (2022b). Scoping review to evaluate the effects of peer support on the mental health of young adults. *BMJ Open*, 12(8), 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-061336>
- Rogers, A. A. (2021). Adolescents' Perceived Socio-Emotional Impact of COVID-19 and Implications for Mental Health: Results From a U.S.-Based Mixed-Methods Study. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 43–52. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.09.039>
- Rohmah, L. S., Suryanto, S., & Matulesy, A. (2019a). Correlation between Self Concepts and Peer Social Support with Academic Procrastination. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 4(2), 33–43. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v4i2.699>
- Rohmah, L. S., Suryanto, S., & Matulesy, A. (2019b). Correlation between Self Concepts and Peer Social Support with Academic Procrastination. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 4(2), 33–43. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v4i2.699>
- Sarbin, T. R. (1994). *No Title*.
- Selkie, E. (2020). Transgender Adolescents' Uses of Social Media for Social Support. *Journal of Adolescent Health*, 66(3), 275–280. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.08.011>
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9–17. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v11i1.5107>
- Wang, M. Te, Scanlon, C. L., Del Toro, J., & Qin, X. (2023a). Adolescent psychological adjustment and social supports during pandemic-onset remote learning: A national multi-wave daily-diary study. *Development and Psychopathology*, 35(5), 2533–2550. <https://doi.org/10.1017/S0954579423001049>
- Wang, M. Te, Scanlon, C. L., Del Toro, J., & Qin, X. (2023b). Adolescent psychological adjustment and social supports during pandemic-onset remote learning: A national multi-wave daily-diary study. *Development and Psychopathology*, 35(5), 2533–2550. <https://doi.org/10.1017/S0954579423001049>
- Wong, D. L., Eaton, M. H., Wilson, D., Winkelstein, M. L., & Schwartz, P. (2008). *No Title*.
- Zhang, K. (2021). Social media communication and loneliness among older adults: The mediating roles of social support and social contact. *Gerontologist*, 61(6), 888–896. <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa197>