
DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

Oleh:

Adenila Ayu Laksmitasari¹

Angeli Raya Ariadi²

Suparmi³

Universitas Sebelas Maret

Alamat: JL. Ir. Sutami No.36, Jebres, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah (57126).

*Korespondensi Penulis: adenilalaksmitasari@gmail.com, angeliraya12@gmail.com,
suparmip@staff.uns.ac.id.*

Abstract. The high prevalence of emotional and mental disorders among adolescents in Indonesia (Riskesdas 2018), combined with limited access to counseling services, creates an urgent need to shift the focus of interventions to the closest environment, namely the family. This urgency is further driven by the gap between the ideal function of family communication as a protective factor and the reality of communication failures that may instead become risk factors for adverse mental health outcomes. This literature review study aims to analyze five key relevant articles selected from 200 publications retrieved from Google Scholar (2020–2025) using keywords related to communication, mental health, and family parenting patterns. The main findings indicate that the quality of communication is far more important than the quantity of interaction. Open, warm communication patterns and the application of “heart-based communication” characterized by honesty and empathy have been shown to significantly support psychological well-being and function as a protective buffer. Conversely, ineffective communication and family disharmony increase the risk of depression and can even predict mental health problems up to twenty years later. It is therefore concluded that supportive communication serves as a key mediating variable in shaping adolescents’

DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

mental resilience, highlighting the urgency of family-based interventions to strengthen adolescent mental health.

Keywords: Parent Child Communication, Adolescent Mental Health, Depression, Heart Based Communication, Mental Resilience.

Abstrak. Tingginya tingkat gangguan mental emosional pada remaja di Indonesia (Riskedas 2018) dan keterbatasan akses terhadap layanan konseling menciptakan urgensi untuk mengalihkan fokus intervensi ke lingkungan terdekat, yaitu keluarga. Hal ini, didorong oleh adanya kesenjangan antara fungsi ideal komunikasi keluarga sebagai faktor protektif dengan realitas kegagalan komunikasi yang dapat menjadi faktor risiko buruk. Penelitian tinjauan literatur ini bertujuan menganalisis bentuk lima artikel kunci yang relevan, disaring dari 200 publikasi Google Scholar (2020-2025) menggunakan kata kunci terkait komunikasi, kesehatan mental, dan pola asuh keluarga. Hasil utama menunjukkan bahwa kualitas komunikasi jauh lebih penting daripada kualitas interaksi. Pola komunikasi yang terbuka, hangat, dan penerapan “komunikasi Hati” (jujur dan empati) terbukti secara signifikan mendukung kesejahteraan psikologis dan berfungsi sebagai benteng pertahanan. Sebaliknya, komunikasi yang tidak efektif dan ketidakharmonisan keluarga meningkatkan risiko depresi, bahkan memprediksi masalah mental hingga dua puluh tahun kemudian. Disimpulkan bahwa komunikasi yang supportif berperan sebagai variabel perantara utama dalam membentuk ketahanan mental, sehingga intervensi keluarga menjadi mendesak untuk memperkuat mental remaja.

Kata Kunci: Komunikasi Orangtua Anak, Kesehatan Mental Remaja, Depresi, Komunikasi Hati, Ketahanan Mental.

LATAR BELAKANG

Secara umum, kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan dimana individu mampu mengatasi stress normal kehidupan. Hal tersebut mencakup kondisi kejiwaan, emosi, dan psikis individu yang mempengaruhi cara berpikir dan cara bertindak. Kesehatan mental berarti keadaan hidup seimbang yang terwujud antara kemampuan menghadapi permasalahan yang sedang terjadi, memiliki fungsi pikiran yang baik, serta mampu merasakan kebahagiaan dan memahami kapasitas dirinya dengan baik. Ia menegaskan jika kesehatan mental adalah suatu kondisi dimana seorang individu bebas

dari indikasi gangguan dan penyakit jiwa. Kesehatan mental seseorang tentu saja dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Karakteristik seperti jenis kelamin, struktur dan fungsi otak, jumlah saudara, serta urutan kelahiran merupakan faktor internal yang dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang. Sedangkan faktor eksternal yang dapat memengaruhi kesehatan mental yaitu seperti dukungan dari lingkungan keluarga, dukungan teman sebaya, dan lingkungan sekolah (Purnamasari et al., 2023). Selain itu, Media sosial juga menjadi faktor eksternal yang dapat memengaruhi kesehatan mental, terutama saat digunakan secara berlebihan tanpa kontrol yang sehat (Aprilia & Shauki, 2020). Seorang individu dikatakan memiliki kesehatan mental yang baik apabila memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap diri sendiri.

Komunikasi adalah cara kita menyampaikan pesan, berasal dari bahasa Latin yang terdiri dari kata “*communis*” dan “*communico*”. Kata *communis* itu sendiri memiliki arti menciptakan kebersamaan antara dua orang atau lebih, sedangkan kata *communico* berarti memberi. Oleh karena itu, pengertian komunikasi yaitu suatu proses dimana interaksi manusia dengan berbagai cara untuk menginformasikan dan memberikan penjelasan dari individu kepada individu lainnya, baik disampaikan secara lisan, tertulis, isyarat, ataupun symbol-simbol (Dalami, dkk dalam Noorbaya Siti, 2018). Dalam lingkungan keluarga tentu saja komunikasi menjadi aspek yang sangat penting karena keluarga merupakan landasan atau pondasi utama bagi perkembangan individu, di mana komunikasi yang efektif memegang peran krusial dalam menyelesaikan masalah dan membangun fondasi kesehatan mental yang kuat. Namun, proses komunikasi ini tidak selalu berjalan ideal berbagai faktor, seperti kondisi kesehatan mental orang tua yang bekerja dan tingkat stres yang mereka alami, dapat berdampak pada kualitas interaksi dengan anak (Prasetyo & Ifadah, 2023). Selain itu, komunikasi antara orangtua dan anak juga dipengaruhi oleh pola asuh dan hambatan lain seperti rasa segan serta masalah yang tidak terselesaikan. Damayanti (2023) menjelaskan bahwa pola asuh yang berbeda otoriter, permisif, dan demokratis memiliki dampak yang berbeda pula terhadap perkembangan kepribadian dan kesehatan mental anak. Komunikasi yang baik tentu saja ialah komunikasi yang memiliki dua arah. Dengan kata lain, komunikasi dua arah bisa juga disebut bercengkrama, mengobrol, atau berdiskusi (Heywood & Yaméogo, 2022).

Di Indonesia, masalah kesehatan mental mencapai tingkat yang mengkhawatirkan. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) membuktikan bahwa

DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

terdapat lebih dari 12 juta penduduk yang usianya lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, sedangkan lebih dari 12 juta penduduk lainnya mengalami depresi. Tingginya prevalensi gangguan mental pada kelompok usia remaja ini sangat rumit, terutama karena 2,6 % remaja yang dilaporkan memanfaatkan layanan konseling emosi dan perilaku. Para remaja yang mengalami gangguan mental seringkali menghadapi kesulitan dan gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang disebabkan oleh gejala gangguan mental yang ia miliki. Meskipun pemerintah telah meningkatkan akses ke berbagai fasilitas kesehatan, tetapi hanya sedikit remaja yang mencari bantuan profesional untuk menangani masalah kesehatan mental mereka. Hanya sekitar 2,6% remaja yang bermasalah dengan kesehatan mentalnya memanfaatkan layanan fasilitas kesehatan mental atau konseling guna membantu mereka dalam menangani masalah emosi dan perilaku mereka (Prof. dr. Siswanto Agus Wilopo, 2022). Keterbatasan akses layanan konseling ini menyiratkan bahwa upaya pencegahan dan intervensi harus dialihkan kepada lingkungan sosial terdekat yang berfungsi sebagai faktor risiko dan protektif dalam interaksi keluarga menjadi sangat mendesak untuk meningkatkan ketahanan mental remaja.

Berdasarkan analisis persepsi remaja yang menunjukkan adanya disonansi antara fungsi ideal komunikasi dan realitas praktis. Disonansi kognitif terjadi ketika individu mengalami ketidaknyamanan psikologis akibat adanya pertentangan antara sikap, nilai, atau keyakinan yang dianut dengan perilaku yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari. Pada remaja, hal ini sering muncul ketika mereka merasakan bahwa komunikasi yang ideal antara mereka dan lingkungan sosial tidak terealisasi sesuai harapan, sehingga menimbulkan ketegangan dan konflik internal yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka (Leon Festinger, 1957). Mayoritas responden remaja merasa komunikasi keluarga mereka belum berjalan dengan baik dan sebagian besar responden survei setuju bahwa keluarga dapat menjadi salah satu sebab paling rentan yang memicu gangguan kesehatan mental, dapat diidentifikasi adanya kesenjangan antara harapan ideal komunikasi keluarga sebagai faktor protektif dengan realita di lapangan di mana kegagalan fungsi komunikasi dapat bertransformasi menjadi faktor risiko yang destruktif. Data Riskesdas 2018 menunjukkan tingginya tingkat penyebaran gangguan mental emosional pada usia remaja di Indonesia, sementara akses layanan konseling yang terbatas menunjukkan bahwa fokus intervensi harus dialihkan ke lingkungan terdekat,

yaitu keluarga. Walaupun telah diketahui bahwa pola asuh, kondisi mental orang tua, dan faktor eksternal lainnya mempengaruhi kualitas komunikasi, belum sepenuhnya terangkum secara komprehensif bagaimana bentuk, kualitas, pola komunikasi, serta hambatan-hambatan komunikasi yang terjadi antara komunikasi orang tua dan anak, dapat secara gamblang dan signifikan berdampak pada berbagai aspek kesehatan mental remaja.

Penelitian tinjauan literatur ini bertujuan untuk menjembatani kesenjangan tersebut dengan mengintegrasikan berbagai temuan yang ada. Oleh sebab itu, bersadarkan dari uraian latar belakang tersebut dapat dirumuskan masalah-masalah inti yang akan dibahas lebih detail dalam penelitian ini seperti apa saja faktor-faktor penghambat antara komunikasi orang tua dan anak, serta bagaimana bentuk dan kualitas komunikasi antara orang tua dan anak dapat memengaruhi kesejahteraan psikologi.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode yang diterapkan ialah studi literatur (*literature review*). Penelitian dimulai dari proses mencari artikel yang relevan dengan judul artikel melalui Publish or Perish yang terhubung dengan Google Scholar, dengan berfokus pada publikasi yang dirilis antara tahun 2020-2025. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah “Komunikasi orang tua dan anak” dan “Kesehatan mental remaja dan pola asuh keluarga”. Dari total 200 artikel yang telah ditemukan, peneliti menyeleksi serta mengidentifikasi artikel yang relevan dengan topik atau judul yang dibahas. Artikel-artikel tersebut nantinya akan dianalisis untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi peran komunikasi dalam keluarga, serta menyusun kesimpulan yang menyeluruh berdasarkan temuan tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Komunikasi di dalam lingkungan keluarga, terutama antara orang tua dan anak, bukan hanya rutinitas harian, melainkan pondasi utama bagi kesehatan mental anak dari remaja hingga dewasa. Dari lima penelitian ini dapat digariskan bahwa terlihat jelas kualitas dan pola komunikasi ini memiliki dampak signifikan dan jangka panjang terhadap kesejahteraan psikologis anak.

DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

No.	Nama Peneliti dan tahun	Subjek (tentang apa)	Metode yang digunakan	Hasil penelitian (temuan secara singkat)
1.	Giawa, Sari, & Huda (2023)	Pola Komunikasi Keluarga dan Kejadian Depresi pada Remaja di Era Digital.	Kuantitatif (Kemungkinan Korelasi/Regr esi).	Pola komunikasi keluarga yang tidak efektif meningkatkan risiko depresi pada remaja di era digital. Komunikasi yang terbuka, hangat, dan suportif mendukung kesejahteraan psikologis
2.	Moniharapon, H. S. (2023)	Peran Keluarga dalam Hal Komunikasi Sebagai Sarana Pemulihan Mental Anak Usia Remaja (Kasus pada 16-24 Tahun).	Studi Kasus.	Komunikasi yang terjalin di dalam lingkungan keluarga, terutama antara orang tua dan anak yang dibangun secara konsisten dan supportif memiliki peran yang penting dalam kesembuhan mental remaja, dapat ditandai dengan peningkatan keterbukaan diri, penerimaan diri, peranan kasih dan sayang, serta kemampuan anak mengontrol emosi.

				penerimaan diri, peranan kasih dan sayang, serta kemampuan anak mengontrol emosi.
3.	Nabila, N. (2022)	Fungsi Komunikasi Orang Tua dan Anal untuk Kesehatan Mental Anak Remaja di Masa Pandemi Covid-19.	Studi kasus berdasarkan hasil ringkasan.	Komunikasi di dalam keluarga seperti saling memberikan informasi dan mendidik sangat berperan dalam perkembangan kesehatan mental anak. Penggunaan "Komunikasi Hati" memberikan hasil maksimal.

DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

4.	McCarty et al., 2003, Lindeloew, 1999	Pengaruh Jangka Panjang Komunikasi Orang Tua-Anak terhadap Kesehatan Mental.	Longitudinal (Mengamati efek jangka panjang)	Kurangnya komunikasi orang tua-anak pada usia 10 tahun memprediksi depresi 20 tahun kemudian. Komunikasi juga dianggap sebagai variabel perantara (mediator) dalam memprediksi kesehatan mental anak.
5.	Syahrial, A. (2023)	Dampak Perilaku Keluarga pada Kesehatan Mental Anak	Tesis/Jurnal Kajian	Ketidakharmonisan dalam keluarga dapat mempengaruhi karakter dan kesehatan mental anak karena keluarga merupakan lingkup terdekat.

Pembahasan

Komunikasi antara orang tua dan anak adalah fondasi utama yang menentukan bagaimana anak tumbuh dan menghadapi tantangan hidup, terutama dalam hal kesehatan mental. Lima penelitian penelitian yang dirangkum di atas secara konsisten menunjukkan

bahwa kualitas dan pola komunikasi dalam keluarga memiliki dampak sesaat dan berkelanjutan yang sangat signifikan terhadap kondisi mental anak, mulai dari risiko depresi hingga kesejahteraan psikologis secara umum.

Komunikasi Sebagai Pelindung Dari Depresi

Temuan dari jurnal Giawa, Sari, & Huda (2023) dan Moniharapon (2023) memberikan gambaran jelas jika komunikasi yang baik adalah “tameng” bagi kesehatan mental anak.

1. Pola komunikasi yang buruk menjadikan risiko depresi tinggi menurut Giawa, Sari, & Huda (2023) melalui penelitian kuantitatif menemukan bahwa pola komunikasi keluarga yang tidak efektif (misalnya tertutup, tidak suportif, atau sering berkonflik) secara langsung meningkatkan risiko depresi pada remaja, terutama di tengah gempuran informasi era digital
2. Sebaliknya jika komunikasi yang baik akan menyebabkan kesejahteraan psikologis. Komunikasi yang terbuka, hangat, dan suportif adalah kunci untuk mendukung kesejahteraan psikologis anak. Hal ini sejalan dengan temuan Moniharapon (2023) yang menegaskan bahwa komunikasi keluarga sangat berperan dalam proses kesembuhan dan tumbuh kembang mental remaja.

Pentingnya Kualitas Komunikasi

Nabila (2022) dan Moniharapon (2023) menyoroti bahwa yang terpenting bukan hanya kuantitas, tetapi kualitas interaksi itu sendiri. Menurut Nabila (2022) komunikasi hati sebagai kunci utama. Komunikasi hati (yaitu komunikasi yang jujur, terbuka, dan penuh empati). memberikan hasil maksimal dalam mendukung kesehatan mental anak. Ini berarti orangtua perlu mendekati anak dengan kelembutan dan kesediaan untuk mendengarkan perasaan mereka, bukan sekadar memberi perintah ataupun ceramah.

Dampak Jangka Panjang dan Ketahanan Mental

Dampak dari pola komunikasi ini tidak hanya terlihat saat ini,tetapi juga akan membentuk masa depan anak.

1. Menurut studi longitudinal oleh McCarty et al. (2003) dan Lindeloeuw (1999) memberikan bukti yang sangat kuat. Mereka menemukan bahwa kurangnya

DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

komunikasi orangtua anak dapat diprediksi munculnya depresi dua puluh tahun kedepan.

2. Komunikasi sebagai jembatan, hal ini menunjukkan bahwa komunikasi bukan sekedar keluarga dengan hasil kesehatan mental jangka panjang. Komunikasi yang suportif mengajar anak cara mengatur emosi, membangun harga diri, dan mencari dukungan keterampilan yang sangat penting untuk ketahanan mental mereka di masa depan.

Ketidakharmonisan Keluarga dan Perilaku Negatif

Selain komunikasi, Syahrial (2023) mengingat bahwa perilaku dan suasana keluarga secara keseluruhan adalah penentu penting. Keluarga adalah lingkup terdekat, Syahrial (2023) berpendapat bahwa ketidakharmonisan dalam keluarga dapat secara serius mempengaruhi karakter dan kesehatan mental anak. Karena keluarga adalah lingkungan terdekat anak, konflik, kurangnya perhatian, atau komunikasi yang destruktif akan langsung merusak pondasi emosional mereka.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan tinjauan literatur, komunikasi antara orang tua dan anak adalah fondasi utama yang menentukan perkembangan individu dan memiliki dampak signifikan serta jangka panjang terhadap kesehatan mental anak dan remaja. Kualitas komunikasi jauh lebih penting daripada kuantitas interaksi. Pola komunikasi yang baik, seperti yang komunikasi terbuka, hangat, dan suportif, berfungsi sebagai benteng dan merupakan kunci untuk mendukung kesejahteraan psikologis. Komunikasi yang ideal melibatkan komunikasi mendalam, yaitu komunikasi yang jujur, terbuka, dan penuh empati yang memberikan hasil maksimal dalam mendukung kesehatan mental. Sebaliknya, pola komunikasi yang tidak efektif (ter tutup, tidak suportif, atau sering berkonflik) secara langsung dapat meningkatkan risiko depresi.

Selain itu, ketidakharmonisan dalam keluarga dapat secara serius memengaruhi karakter dan kesehatan mental anak karena keluarga merupakan lingkungan terdekat. Dampak ini bersifat jangka panjang, di mana kurangnya komunikasi orang tua dan anak bahkan memprediksi munculnya depresi. Ini menunjukkan bahwa komunikasi yang suportif berfungsi sebagai perantara yang mengajarkan anak keterampilan penting untuk

ketahanan mental di masa depan, seperti cara mengatur emosi, membangun harga diri, dan mencari dukungan. Dengan tingginya prevalensi gangguan mental pada remaja di Indonesia dan keterbatasan akses layanan konseling, fokus intervensi harus dialihkan ke lingkungan terdekat, yaitu keluarga, untuk menjembatani kesenjangan antara harapan ideal komunikasi keluarga sebagai faktor protektif dengan realitas kegagalan komunikasi yang dapat menjadi faktor risiko.

DAFTAR REFERENSI

- Aprilia, R. A., & Shauki, A. (2020). *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja*. Jurnal Psikologi, 15(3).
- Apriliana, A., Bahfiarti, T., Fatimah, J. M., & Hardi, M. W. (2025). *Hubungan Intensitas Komunikasi Keluarga Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Keluarga*. Jurnal Ilmu Komunikasi UHO, 10(2), 412–422.
- Asri, A. H., & Ernyasih, E. (2025). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesehatan Mental Remaja: Literature Review*. AN-NUR, 6(2), 131–145.
- Baharuddin, B. (2019). *Pengaruh Komunikasi Orang Tua Terhadap Perilaku Anak Pada Min I Lamno Desa Pante Keutapang Aceh Jaya*. Jurnal Al-Ijtimaiyyah, 5(1), 105–123.
- Dalami, dkk. (2018). *Studi Komunikasi*. Dalam S. Noorbaya (Ed.), Psikologi Komunikasi. Jakarta: Kencana.
- Damayanti, S. (2023). *Pola Asuh dan Perkembangan Kepribadian Anak*. Jurnal Pendidikan. Daradjat, Z. (1988). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Giawa, A., Sari, N. L., & Huda, A. (2023). *Pola Komunikasi Keluarga dan Kejadian Depresi pada Remaja di Era Digital*. Jurnal Ilmu Komunikasi.
- Heywood, A., & Yaméogo, H. (2022). *Komunikasi Dua Arah yang Efektif*. Jurnal Komunikasi Kontemporer.
- Husri, H., Fadli, F., Sari, E. E., & Hastuty, D. (2025). *Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja di SMP Negeri 9 Palopo Tahun 2025*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 20(1), 43–58.

DAMPAK KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK PADA KESEHATAN MENTAL

- Lestari, I., Saniah, N., & Balqis, S. (2025). *Pelatihan Komunikasi Satu Arah, Dua Arah dan Transaksional pada Siswa di SMK Negeri 14 Medan*. Dedikasi Saintek, 4(1), 70–78.
- Lindeloew, B. (1999). *Long-term consequences of poor parent-child communication*. Journal of Child Psychology.
- Maharti, D. A. (2023). *Hubungan Peran dan Pola Komunikasi Keluarga dengan Gangguan Mental Emosional pada Remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat* (Skripsi, Universitas Nasional).
- McCarty, C. A., Mahedy, L. C., & Fisher, P. A. (2003). *Parent-child communication as a predictor of internalizing symptoms in children*. Journal of Abnormal Child Psychology, 31(3).
- Moniharapon, H. S. (2023). *Peranan Komunikasi Keluarga dalam Kesembuhan Mental Anak Usia Remaja (16–24 Tahun)*. Jurnal Psikologi Klinis.
- Nabila, N. (2022). *Peranan Komunikasi Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja di Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal Studi Kasus Komunikasi.
- Nur'aeni, R., dkk. (2023). *Ilmu Dasar Keperawatan Anak*. Bandung: Sada Pustaka.
- Peren, J. (2023). *A Systematic Review of the Association Between Parent-Child Communication and Adolescent Mental Health*. PMC (Taylor & Francis Online).
- Prasetyo, A., & Ifadah, R. (2023). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Interaksi Orang Tua dan Anak*. Jurnal Psikologi Keluarga.
- Prof. dr. Siswanto Agus Wilopo. (2022). *Akses Konseling Kesehatan Mental Remaja Indonesia*. Laporan Kementerian Kesehatan.
- Purnamasari, D., dkk. (2023). *Faktor Internal dan Eksternal Penyebab Masalah Mental Emosional Remaja*. Jurnal Kesehatan.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Sari, R. A. P., & Yuliana, N. (2023). *Pola Komunikasi Orang Tua pada Anak Generasi Z terhadap Kesehatan Mental Anak*. Triwikrama, 2(9), 41–50.
- Sriwenda, D., Sudiapermana, E., Pramudia, J. R., Saepudin, A., & Prasetyono, J. D. (2025). *Impact of Parent's Communication on Adolescent Social Anxiety*. IJORER, 6(2), 398–409.

- Syahrial, A. (2023). *Pengaruh Perilaku Keluarga terhadap Kesehatan Mental Anak*. Jurnal PSGA UINSU.
- Universitas Gadjah Mada. (2016). *Pola Komunikasi Keluarga Memengaruhi Kesehatan Mental Anak*.
- Widiastiti, N. L. P. R., Yeniasstini, N. W., & Sutarjana, I. M. (2022). *Hubungan Komunikasi Orang Tua dengan Kecenderungan Gangguan Mental Emosional Remaja*. Jurnal Riset Kesehatan Nasional, 1(2).
- Yanti, Y., Hidayatullah, M., & Fida, W. N. (2025). *Peran Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja di Desa Karae*. Innovative, 5(1), 1177–1188.
- Yuniarti, E., dkk. (2021). *Pola Komunikasi Keluarga dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Sains, dan Bahasa, 3(1).
- Zulkarnain, Z., & Fatimah, S. (2019). *Kesehatan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam*. Mawaizh, 10(1), 18–38.