

## Abstrak

### **FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU PENCEGAHAN DEPRESI PADA REMAJA PEREMPUAN (STUDI PADA SISWI SMK MA'ARIF NU 1 CILONGOK)**

*Nanditha Kania Shalma, Elviera Gamelia, Arrum Firda Ayu Maqfiroch*

**Latar belakang:** Prevalensi depresi terus meningkat hingga 70% dalam kurun waktu 25 tahun terakhir. Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA) atau sederajatnya diketahui dua kali lebih rentan mengalami depresi dengan risiko lebih tinggi terjadi pada remaja perempuan. Namun, perilaku pencegahan depresi belum bisa dilakukan secara optimal dan penelitian mengenai hal tersebut belum banyak dilakukan.

**Tujuan:** Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pencegahan depresi pada remaja perempuan di SMK Ma'arif NU 1 Cilongok.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Dari total 741 populasi siswi SMK Ma'arif NU 1 Cilongok, 120 responden dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan angket. Tahap analisis data meliputi univariat, bivariat menggunakan uji chi-square, dan multivariat menggunakan uji regresi logistik ganda.

**Hasil:** Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik (59,2%), sikap yang baik (55,8%), dukungan keluarga yang mendukung (50,8%), dukungan teman sebaya yang kurang mendukung (55,0%), akses informasi yang baik (54,2%), dan perilaku pencegahan depresi yang baik (53,3%) Variabel yang memiliki hubungan sekaligus paling berpengaruh terhadap perilaku pencegahan depresi pada remaja perempuan adalah dukungan keluarga ( $p\text{-value}=0,001$ ;  $OR=3,988$ ) dan dukungan teman sebaya ( $p\text{-value}=0,003$ ;  $OR=3,347$ ). Sementara itu, variabel pengetahuan ( $p\text{-value}=0,543$ ), sikap ( $p\text{-value}=0,165$ ), dan akses informasi ( $p\text{-value}=0,298$ ) tidak memiliki hubungan dan pengaruh terhadap perilaku pencegahan depresi pada remaja perempuan.

**Kesimpulan:** Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pencegahan depresi pada siswi SMK Ma'arif NU 1 Cilongok adalah dukungan keluarga dan dukungan teman sebaya. Oleh karena itu, perlu dibentuk program peer konseling dan edukasi bagi orang tua sebagai dukungan utama untuk upaya pencegahan depresi yang efektif.

**Kata kunci:** Kesehatan Mental, Perilaku Pencegahan, Pencegahan Depresi, Remaja

## Abstract

### **FACTORS INFLUENCING DEPRESSION PREVENTION BEHAVIOR IN FEMALE ADOLESCENTS (STUDY FEMALE STUDENTS AT SMK MA'ARIF NU 1 CILONGOK)**

*Nanditha Kania Shalma, Elviera Gamelia, Arrum Firda Ayu Maqfiroch*

**Background:** The prevalence of depression continues to increase by 70% in the last 25 years. High school students are known to be twice as susceptible to depression with a higher risk occurring in female adolescents. However, depression prevention behavior has not been carried out optimally and there is limited research on this matter.

**Objective:** This study aims to determine the factors influencing depression prevention behavior in female adolescents or students at SMK Ma'arif NU 1 Cilongok.

**Methods:** This study used a quantitative design with cross-sectional approach. From a total population of 741 female students, 120 respondents were selected using the proportionate stratified random sampling technique. The research instrument was a questionnaire. The stages of data analysis included univariate, bivariate (chi-square test), and multivariate (multiple logistic regression test).

**Results:** The results showed that the majority of respondents had good knowledge (59.2%), good attitudes (55.8%), good family support (50.8%), less supportive peer support (55.0%), good access to information (54.2%), and good depression prevention behavior (53.3%). The variables associated and had the most influence on depression prevention behavior in female adolescent were family support ( $p$ -value=0.001; OR=3.988) and peer support ( $p$ -value=0.003; OR=3.347), whereas knowledge ( $p$ -value=0.543), attitude ( $p$ -value=0.165), and access to information ( $p$ -value=0.298) did not.

**Conclusion:** The factors influencing depression prevention behavior in female adolescents or students at SMK Ma'arif NU 1 Cilongok encompassed family support and peer support. Therefore, establishing a peer counselling and education program for parents is necessary for effective depression prevention efforts.

**Keywords:** Mental Health, Prevention Behavior, Depression Prevention, Adolescents