

PENGABAIAAN EMOSIONAL DALAM PENGASUHAN DAN DEPRESI PADA MASA REMAJA: TINJAUAN LITERATUR SISTEMATIS

PARENTING EMOTIONAL NEGLECT AND DEPRESSION IN ADOLESCENCE: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Aisya Salsabila¹, Muhammad Novvaliant Filsuf Tasaufi²

¹² Fakultas Psikologi, Universitas Islam Indonesia, JL. Kaliurang KM 14,5, Sleman.

Korespondensi: 23320053@students.uii.ac.id

Abstract. *Adolescence is a vulnerable period for the emergence of depressive symptoms, with emotional neglect in parenting suspected as one of its risk factors. This study aimed to systematically review empirical evidence regarding the relationship between parental emotional neglect and depressive symptoms in adolescents. The topic was selected due to the high prevalence of often undetected emotional neglect and the serious impact of depression on adolescent well-being. The method used was a Systematic Literature Review, analyzing ten empirical articles from various scientific databases published between 2015 and 2025. The results reveal a strong and consistent positive relationship between emotional neglect and depressive symptoms in adolescents, mediated by factors such as rumination, neuroticism, and emotion regulation deficits. Emotional neglect is also frequently part of broader adverse childhood experiences, exacerbating depression vulnerability. The study concludes that emotional neglect is a critical risk factor for adolescent depression. These findings underscore the urgent need for holistic interventions, such as parenting psychoeducation programs and school-based psychological support services, to mitigate the detrimental effects of emotional neglect.*

Keywords: *Emotional neglect, Parenting, Depression, Adolescents, Systematic literature review.*

Abstrak. Masa remaja merupakan periode rentan bagi munculnya depresi, dengan pengabaian emosional dalam pengasuhan diduga sebagai salah satu faktor risikonya. Kajian ini bertujuan untuk meninjau secara sistematis bukti empiris mengenai hubungan antara pengabaian emosional oleh orang tua dan gejala depresi pada remaja. Topik ini dipilih mengingat prevalensi pengabaian emosional yang tinggi namun sering tidak terdeteksi, serta dampak serius depresi terhadap kesejahteraan remaja. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* dengan menganalisis sepuluh artikel empiris dari berbagai basis data ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2015 hingga 2025. Hasil penelitian mengungkapkan hubungan positif yang kuat dan konsisten antara pengabaian emosional dengan depresi pada remaja, yang dimediasi oleh faktor-faktor seperti ruminasi, neurotisisme, dan defisit regulasi emosi. Pengabaian emosional juga sering menjadi bagian dari pengalaman buruk masa kecil yang lebih luas, memperparah kerentanan depresi. Simpulan penelitian menekankan bahwa pengabaian emosional merupakan faktor risiko kritis bagi depresi remaja. Temuan ini menggarisbawahi perlunya intervensi holistik, seperti program psikoedukasi pengasuhan bagi orang tua dan layanan dukungan psikologis di sekolah, untuk mencegah dampak buruk pengabaian emosional.

Kata kunci: Pengabaian emosional, Pengasuhan, Depresi, Remaja, Tinjauan literatur sistematis.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan dari periode anak-anak menuju dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional (Santrock, 2007; Awali et al., 2024). Pada fase ini, remaja menghadapi berbagai tugas perkembangan yang kompleks, seperti membentuk identitas diri, membangun hubungan sosial yang lebih matang, serta membentuk kemandirian emosional (Cahyono et al., 2019; Awali et al., 2024). Tuntutan ini seringkali menjadi sumber tekanan psikologis yang signifikan, terutama ketika remaja tidak mendapatkan dukungan yang cukup dari lingkungan terdekat, khususnya keluarga (Petito et al., 2020; Awali et al., 2024). Sebagai konsekuensi dari tekanan yang tidak tertangani dengan baik, gangguan mental pun dapat muncul. Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang umum dialami oleh remaja dan menjadi penyebab utama beban penyakit pada kelompok usia ini (WHO, 2014; Dianovinina, 2018).

Gejala depresi pada remaja dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk, seperti perasaan sedih yang mendalam, kehilangan minat, penurunan konsentrasi, perubahan pola tidur dan makan, serta munculnya pikiran tentang ketidakberhargaan diri bahkan keinginan bunuh diri (Dianovinina, 2018; WHO, 2012). Secara kognitif, mereka cenderung memiliki pikiran negatif tentang diri sendiri, masa depan, dan lingkungan sekitarnya. Dari segi perilaku, depresi dapat ditunjukkan melalui penarikan diri dari interaksi sosial, penurunan produktivitas, atau perilaku berisiko seperti penyalahgunaan zat. Secara biologis, gejala dapat berupa gangguan tidur, perubahan nafsu makan, dan kelelahan berlebihan (Stuart, 2016; Bernard, 2018). Data WHO (2014) menunjukkan bahwa bunuh diri menjadi penyebab ketiga kematian terbesar pada remaja, yang seringkali dipicu oleh depresi yang tidak terdeteksi. Di Indonesia, Survei I-NAMHS (2022) menunjukkan bahwa 35% remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, dengan 5,3% di antaranya merupakan kasus depresi (Awali et al., 2024). Penelitian Dianovinina (2018) pada mahasiswa baru menemukan bahwa 8% mengalami depresi dan 28% berpotensi mengalami depresi.

Salah satu faktor yang berkontribusi signifikan terhadap munculnya depresi pada remaja adalah pengabaian emosional dalam pengasuhan. Pengabaian emosional telah diakui secara global sebagai bentuk *maltreatment* anak yang paling prevalen namun seringkali tidak terdeteksi karena sifatnya yang tidak kasat mata (Paramita & Faradiba, 2020; Thiadi & Risnawaty, 2022). Berbeda dengan kekerasan fisik, pengabaian emosional terjadi dalam bentuk yang lebih subtil melalui ketiadaan responsivitas orang tua terhadap kebutuhan emosional anak, kurangnya kehangatan afektif, dan kegagalan memberikan dukungan psikologis (Webb & Musello, 2013; Rahma et al., 2024).

Dalam konteks pengasuhan, pengabaian emosional termasuk dalam kategori *child neglect*, yaitu tindakan penelantaran yang dilakukan secara sadar atau tidak oleh orang tua (Setiawan, 2014). Penelantaran emosional yang berkelanjutan dapat mengganggu perkembangan regulasi emosi, yang merupakan pondasi penting bagi kesehatan mental (Rahma et al., 2024). Remaja yang mengalami pengabaian emosional cenderung mengembangkan pola kognitif negatif, merasa tidak berharga, dan kesulitan membangun hubungan *interpersonal* yang sehat (Thiadi & Risnawaty, 2022; Awali et al., 2024).

Fenomena ini semakin kompleks dalam konteks masyarakat Indonesia yang mengutamakan nilai-nilai kekeluargaan, di mana kebutuhan emosional anak seringkali diabaikan dengan dalih menjaga keutuhan keluarga (Thiadi & Risnawaty, 2022). Data dari Berliana et al. (2019) mengungkapkan bahwa 22,2% anak di Indonesia mengalami pengabaian emosional,

dengan hampir 50% rumah tangga melakukan pengabaian terhadap lebih dari satu anak. Pada remaja yang sedang dalam fase *emerging adulthood* (Arnett, 2007, 2014), dukungan emosional orang tua menjadi sangat penting sebagai landasan menghadapi tantangan perkembangan (Santrock, 2007; Awali et al., 2024). Penelitian Awali et al. (2024) pada remaja di Yogyakarta menemukan bahwa 4 dari 5 subjek dengan indikasi depresi menunjukkan relasi yang buruk dengan orang tua, ditandai dengan komunikasi minimal, kurangnya kedekatan emosional, dan respons orang tua yang tidak mendukung. Temuan ini konsisten dengan penelitian Paramita & Faradiba (2020) yang menunjukkan korelasi signifikan antara *adverse childhood experience* dengan *deliberate self-harm* pada remaja Indonesia.

Pengaruh pengabaian emosional terhadap timbulnya depresi dapat dijelaskan melalui berbagai jalur psikologis. Pertama, pengabaian emosional mengganggu perkembangan kemampuan regulasi emosi, menyebabkan remaja kesulitan mengelola emosi negatif dan stres (Rahma et al., 2024). Kedua, pengabaian berulang menciptakan skema kognitif negatif tentang diri sendiri, di mana remaja menginternalisasi pesan bahwa mereka tidak berharga (Thiadi & Risnawaty, 2022). Ketiga, kurangnya dukungan sosial dari orang tua membuat remaja kehilangan sumber protektif utama dalam menghadapi stresor kehidupan (Rittenour et al., 2019). Pola asuh orang tua memiliki peran penting dalam hal ini, di mana pola asuh yang tidak responsif atau otoriter dapat meningkatkan risiko depresi (Fany Silvana Herman et al., 2023; Lesmana, Theresia, & Rorong, 2025). Pola asuh cuek, di mana orang tua hanya fokus pada pemenuhan kebutuhan fisik sementara kebutuhan emosional kurang diperhatikan, sering menjadi awal dari pengabaian emosional (Handayani, 2021).

Dampak pengabaian emosional terhadap depresi tidak hanya berhenti pada peningkatan kerentanan psikologis, tetapi secara nyata memanifestasikan diri dalam bentuk gejala depresi yang lebih berat, lebih persisten, dan lebih sulit ditangani. Gejala-gejala ini mencakup dimensi emosional, kognitif, perilaku, dan biologis yang secara signifikan mengganggu fungsi sehari-hari dan kualitas hidup remaja (Stuart, 2013; Bernard, 2018).

Meskipun telah banyak penelitian mengenai depresi remaja dan pengabaian emosional, masih terbatas kajian yang secara sistematis mensintesis bukti empiris mengenai mekanisme psikologis yang menjembatani hubungan keduanya, khususnya dalam konteks budaya Asia dan Indonesia. Mayoritas penelitian cenderung terfragmentasi, berfokus pada satu jalur mediasi tertentu secara terpisah tanpa menyajikan gambaran komprehensif tentang bagaimana berbagai mekanisme ini saling terkait. Selain itu, masih sedikit tinjauan sistematis yang mengontekstualisasikan temuan-temuan tersebut dalam kerangka budaya Asia, di mana nilai-nilai kolektivisme, struktur keluarga hierarkis, dan stigmatisasi masalah kesehatan mental dapat memoderasi dinamika pengabaian emosional dan ekspresi depresi pada remaja.

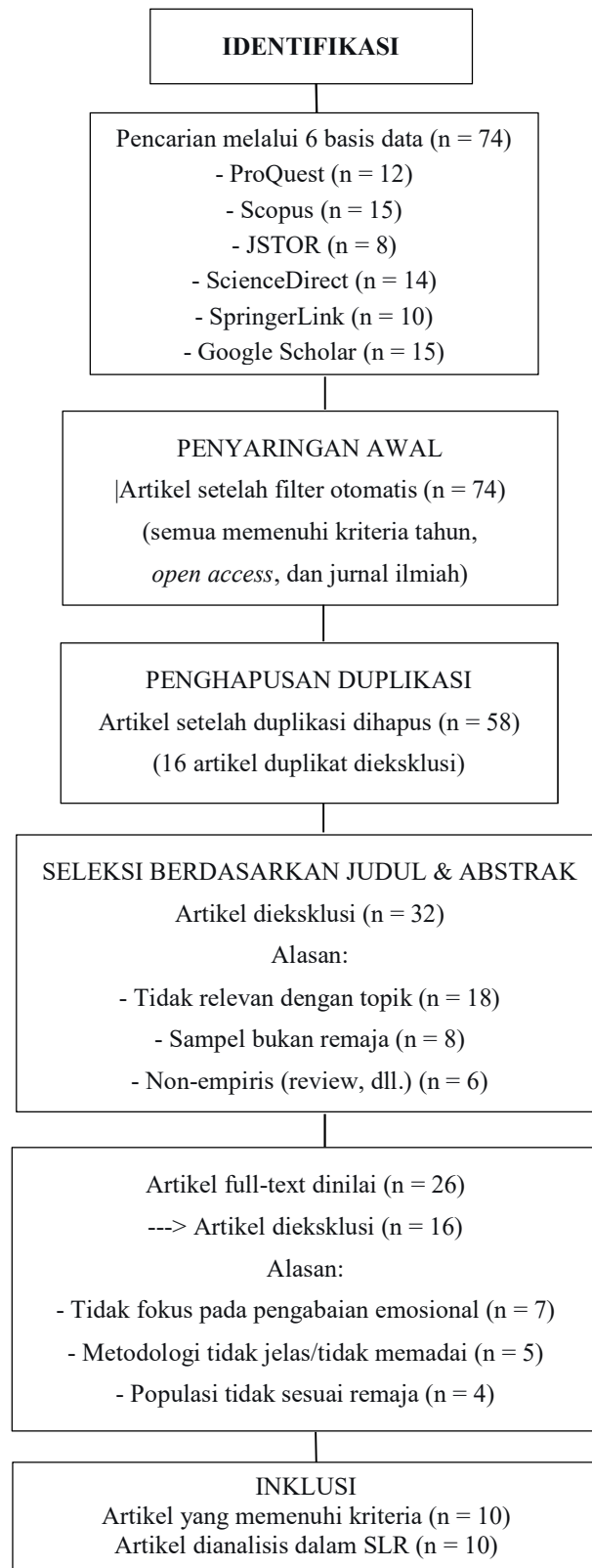
Berdasarkan identifikasi kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis dan mendalam hubungan antara pengabaian emosional dalam pengasuhan dengan depresi pada masa remaja melalui metode *Systematic Literature Review*. Penelitian ini berupaya mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis temuan-temuan empiris dari berbagai studi terdahulu guna memahami mekanisme psikologis, kognitif, dan neurobiologis yang mendasari hubungan tersebut, serta faktor-faktor mediasi dan moderasi yang mempengaruhinya. Selain itu, kajian ini bertujuan untuk memberikan landasan ilmiah yang kuat bagi pengembangan intervensi holistik, peningkatan kesadaran orang tua, dan perumusan kebijakan yang lebih efektif dalam mencegah dan menangani dampak pengabaian emosional terhadap kesehatan mental remaja, khususnya dalam konteks budaya Indonesia yang khas.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review*, yaitu suatu pendekatan kajian literatur yang dilakukan secara sistematis dengan tujuan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, serta menginterpretasikan berbagai temuan dari penelitian terdahulu yang relevan guna menjawab pertanyaan penelitian secara objektif dan terstruktur (Kitchenham & Charters, 2007; Triandini et al., 2019; Latifah & Ritonga, 2020). *Systematic Literature Review* merupakan rangkaian aktivitas yang mencakup pengumpulan referensi, pembacaan sumber pustaka, pencatatan informasi penting, hingga pengelolaan bahan penelitian (Zed, 2008). Metode ini dipilih karena memiliki keunggulan dalam mengungkap kesenjangan penelitian (*research gap*), menyajikan beragam sudut pandang, serta menghubungkan teori-teori yang relevan dengan isu yang sedang dikaji (Van, 2021). Selain itu, *Systematic Literature Review* juga bertujuan untuk merumuskan strategi penyelesaian masalah serta menggali berbagai perspektif yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti (Habibi, 2023).

Proses pengumpulan literatur untuk penelitian ini dimulai pada bulan Oktober 2025. Sumber jurnal dikumpulkan dari berbagai basis data ilmiah, yaitu ProQuest, Scopus, JSTOR, ScienceDirect, SpringerLink, dan Google Scholar. Pencarian literatur dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan berdasarkan pertanyaan penelitian, yakni: "*emotional neglect*", "*depression*", dan "*adolescent*". Selanjutnya, proses penyaringan awal dilakukan dengan mengaktifkan fitur filter otomatis pada setiap basis data, dengan menerapkan kriteria inklusi sebagai berikut: (1) Artikel harus berkaitan dengan *emotional neglect* dan *depression*; (2) Merupakan artikel penelitian empiris; (3) Diterbitkan dalam kurun waktu 10 terakhir (2015 hingga 2025); (4) Tersedia dalam bentuk akses terbuka (*open access*); serta (5) Sampel penelitian berupa populasi remaja.

Setelah menyelesaikan pencarian di semua basis data yang disebutkan, peneliti mengaktifkan filter tambahan dengan beberapa kriteria penyempitan, yaitu: jenis dokumen berupa artikel *full-text*, sumber berasal dari jurnal ilmiah (*scholarly journals*) yang terbit dalam sepuluh tahun terakhir, serta berstatus akses terbuka atau *open archive*. Dari proses ini, terkumpul 74 artikel yang memenuhi semua kriteria inklusi awal. 74 artikel tersebut kemudian ditinjau secara menyeluruh isinya untuk menilai kesesuaian bahasan dengan topik penelitian. Hasil dari peninjauan mendalam ini menunjukkan bahwa sepuluh artikel di antaranya sangat sesuai dengan fokus penelitian dan dapat digunakan dalam tinjauan literatur ini.



HASIL

Tabel 1. Hasil tinjauan literatur

Peneliti	Judul	Tahun	Metode	Angka Korelasi	Hasil
Yueyang Hu, Junsong Fei, Jingyi Yue, Ren Gao, Qianqian Song, Xixi Zhao, & Songli Mei	<i>Emotional Abuse and Neglect, Depression: A Moderated Mediation Model of Neuroticism and Psychological Resilience</i>	2025	Kuantitatif	Angka koefisien korelasi antara pengabaian dan pelecehan emosional (EAN) dengan depresi dalam penelitian ini adalah 0.442. Dengan kontribusi efek tidak langsung melalui neurotisisme sebesar 41.7% dari total pengaruh EAN terhadap depresi.	Hasil studi menunjukkan bahwa pengabaian emosional dalam pola asuh berkaitan langsung dengan peningkatan depresi pada remaja, yang sebagian dimediasi oleh neurotisisme. Namun, remaja dengan ketahanan psikologis tinggi mampu mengurangi dampak negatif tersebut. Kesimpulannya, pengabaian emosional berperan signifikan dalam memicu depresi remaja melalui pembentukan kepribadian neurotis. Penguatan ketahanan psikologis dapat menjadi intervensi penting untuk melindungi remaja dari dampak buruk pengabaian emosional
Shuqin Li, Rui Wang, Erica Thomas, Zhicheng Jiang, Zhengge Jin, Ruoyu Li, Yan Qian, Xianbing Song, Ying Sun, Shichen	<i>Patterns of adverse childhood experiences and depressive symptom trajectories in young adults: A longitudinal study of college students in China</i>	2022	Kuantitatif	Dalam penelitian ini, pola "High neglect/emotional abuse" memiliki OR = 3.482 (95% CI: 1.857–6.528) untuk risiko gejala depresi tinggi, dan OR = 3.935 (95% CI: 3.096–5.051) untuk depresi moderat. Pola "High	Hasil studi mengidentifikasi bahwa pengabaian emosional dalam pola asuh merupakan komponen kunci dari berbagai pola pengalaman buruk masa kecil yang signifikan terkait dengan gejala depresi tinggi dan moderat pada remaja. Pola seperti "High neglect/emotional abuse" secara konsisten meningkatkan risiko

Zhang, Ruoling Chen, Yuhui Wan	<i>neglect/emotional abuse/community violence"</i>			menunjukkan risiko tertinggi dengan OR = 17.686 (95% CI: 9.854–32.174) untuk depresi tinggi.	depresi di kalangan mahasiswa sebagai kelompok remaja akhir. Kesimpulannya, pengabaian emosional dalam pengasuhan berperan penting dalam meningkatkan kerentanan depresi pada remaja.
Xue Zhong , Siqin Li & Wei Zhou	<i>Childhood emotional neglect and depression in emerging adults: Exploring the roles of rumination and resilience</i>	2025	Kuantitatif	Angka koefisien korelasi antara pengabaian emosional masa kecil (CEN) dan depresi adalah $r = 0.45$ ($p < 0.01$), dengan kontribusi mediasi ruminasi sebesar 19% terhadap hubungan tersebut.	Hasil studi menunjukkan bahwa pengabaian emosional masa kecil (CEN) meningkatkan risiko depresi pada remaja dan dewasa muda, dengan ruminasi sebagai mediator utama. Resiliensi berperan memperlemah hubungan antara ruminasi dan depresi, namun tidak mengurangi dampak langsung CEN. Kesimpulannya, pengabaian emosional dalam pola asuh berpengaruh signifikan terhadap depresi remaja melalui pola pikir ruminatif.
Chung Choe & Seunghee Yu	<i>The Effect of Child Abuse and Neglect on Trajectories of Depressive Symptoms and Aggression in Korean Adolescents: Exploring Gender Differences</i>	2022	Kuantitatif	Angka koefisien korelasi antara pengabaian dan depresi pada remaja laki-laki adalah $\beta = 0,097$ ($p < 0,01$). Sementara itu, angka koefisien korelasi antara abuse (pelecehan) dan depresi pada	Hasil studi menunjukkan bahwa <i>Abuse</i> meningkatkan gejala depresi awal pada remaja, namun menurunkan laju peningkatan depresi seiring waktu. Sedangkan <i>Neglect</i> mempengaruhi depresi dan agresi pada laki-laki. Kesimpulannya pengabaian emosional dalam pola asuh berperan signifikan dalam

				remaja perempuan adalah $\beta = 0,218$ ($p < 0,001$) dan pada remaja laki-laki laki adalah $\beta = 0,187$ ($p < 0,001$).	meningkatkan gejala depresi pada remaja, terutama pada remaja laki-laki, yang mungkin lebih rentan akibat perbedaan sosialisasi gender dan keterbatasan keterampilan regulasi emosi.
Arneel F. Al Shawi, Yassen T. Sarhan & Mahasin A. Altaha	<i>Adverse childhood experiences and their relationship to gender and depression among young adults in Iraq: a cross-sectional study</i>	2019	Kuantitatif	Dalam penelitian ini, nilai odds ratio (OR) untuk hubungan antara pengabaian emosional dan depresi adalah 2,78 (CI 95% = 1,66–4,64), yang menunjukkan bahwa remaja yang mengalami pengabaian emosional memiliki risiko depresi hampir 2,8 kali lebih tinggi dibandingkan yang tidak mengalaminya.	Hasil studi ini menunjukkan bahwa pengabaian emosional merupakan salah satu bentuk pengalaman buruk masa kecil yang paling umum (19,2%) dan memiliki hubungan signifikan dengan peningkatan risiko depresi pada remaja dewasa muda di Iraq (OR = 2,78). Dampaknya lebih kuat pada remaja perempuan dibandingkan laki-laki. Kesimpulannya, pengabaian emosional dalam pola asuh berperan penting dalam memicu gejala depresi pada remaja, terutama pada perempuan.
Kanaya Seszhani Sevтин & Satiningsih	Dampak Negatif Korban <i>Child Abuse and Neglect (CAN) (Negative Impact of Child Abuse and Neglect (CAN) Victims)</i>	2022	Kualitatif		Hasil studi mengungkapkan bahwa pengabaian emosional dalam konteks <i>Child Abuse and Neglect (CAN)</i> berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan depresi pada masa remaja. Korban pengabaian emosional menunjukkan gejala seperti trauma berkepanjangan, kesulitan mengelola emosi, kecenderungan menyakiti

diri sendiri, serta munculnya gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Kesimpulannya, pengabaian emosional merupakan faktor risiko penting depresi remaja yang memerlukan intervensi melalui pendekatan psikologis, dukungan sosial, dan edukasi pola asuh yang empatik untuk mencegah dampak jangka panjang pada kesehatan mental.

Teguh Lesmana, Alessandra Theresia & Putri Daniela Ekaristia Rorong	Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap Perundungan Siber Dimediasi Kecenderungan Depresi Remaja	2025	Kuantitatif	Angka koefisien pengaruh langsung pengabaian terhadap depresi adalah 0.0783 dengan nilai signifikansi $p = 0.0041$. Pengaruh tidak langsung pengabaian terhadap perundungan siber melalui depresi adalah 0.0136 dengan nilai signifikansi $p = 0.0449$.	Hasil studi menunjukkan bahwa pengabaian emosional dalam pola asuh (<i>parental neglect</i>) meningkatkan risiko depresi pada remaja. Depresi yang muncul kemudian berperan sebagai mediator yang memperkuat hubungan antara pengabaian orang tua dengan keterlibatan remaja dalam perundungan siber. Kesimpulannya, pengabaian emosional dalam pengasuhan berdampak signifikan terhadap depresi remaja, yang dapat memicu perilaku agresif daring.
Jessica Johansen, Catherine Hamilton-Giachritsis,	<i>Children and adolescents' perceptions of childhood neglect:</i>	2025	Kualitatif		Hasil studi menunjukkan bahwa pengabaian emosional merupakan bentuk pengabaian yang paling sering dikeluhkan dan dikaitkan secara

Rachel Margolis & Zoë Swaine	<i>Content and thematic analyses of childline message boards</i>		<p>langsung dengan munculnya gejala depresi pada remaja. Remaja yang mengalami pengabaian emosional melaporkan perasaan tidak dicintai, diabaikan secara emosional, serta diperlakukan tidak setara dengan saudara atau pasangan orang tua. Dampaknya, mereka sering mengalami kesepian, rasa tidak berharga, gangguan tidur, kecemasan, hingga ide bunuh diri dan perilaku menyakiti diri sendiri. Kesimpulannya, pengabaian emosional dalam pola asuh berperan signifikan dalam memicu dan memperburuk kondisi depresi remaja. Hambatan dalam mengungkapkan pengalaman seperti takut tidak dipercaya, takut keluarga hancur, atau takut diambil oleh pihak layanan sosial memperparah kondisi psikologis mereka.</p>
Azizah Nur Arifah Awali, Wa Ode Nurlita & Dwi Nurul Baroroh	<p>Relasi Anak dan Orang Tua pada Remaja Akhir Dengan Indikasi Depresi</p>	<p>2024 Kualitatif</p>	<p>Hasil studi menunjukkan bahwa pengabaian emosional dalam pola asuh, berupa komunikasi yang jarang, respons orang tua yang menolak, serta kurangnya kedekatan dan dukungan emosional, berkontribusi signifikan terhadap gejala depresi pada remaja akhir. Kesimpulannya, relasi orang tua-anak yang tidak</p>

berkualitas, terutama ditandai oleh pengabaian emosional, merupakan faktor risiko penting dalam perkembangan depresi pada masa remaja.

<p>Bin Xu, Shilin Wei, Xiaojuan Yin, Xiaokang Jin, Shizhen Yan, and Lina Jia</p> <p><i>The relationship between childhood emotional neglect experience and depressive symptoms and prefrontal resting functional connections in college students: The mediating role of reappraisal strategy</i></p>	<p>2023</p>	<p>Kuantitatif</p>	<p>Angka koefisien korelasi antara Pengabaian emosional masa kecil dan depresi pada remaja sebesar -0.597 antara skor reappraisal (ERQ) dan gejala depresi (BDI-II), yang menunjukkan hubungan negatif yang kuat.</p>	<p>Hasil studi menunjukkan bahwa pengabaian emosional masa kecil secara signifikan berkaitan dengan gejala depresi yang lebih tinggi pada remaja, serta dengan berkurangnya penggunaan strategi regulasi emosi adaptif seperti reappraisal. Koneksi fungsional prefrontal yang lebih kuat pada kelompok dengan CEN juga berhubungan dengan skor depresi yang lebih tinggi, dan hubungan ini dimediasi sepenuhnya oleh rendahnya penggunaan strategi reappraisal. Kesimpulannya, pengabaian emosional dalam pola asuh mempengaruhi kerentanan depresi pada masa remaja dan dewasa muda melalui mekanisme neurokognitif, di mana perubahan konektivitas otak prefrontal dan kecenderungan untuk tidak menggunakan reappraisal berkontribusi terhadap gejala depresi yang lebih berat.</p>
--	-------------	--------------------	---	---

DISKUSI

Tinjauan literatur sistematis ini mensintesis temuan dari sepuluh artikel jurnal empiris yang menyelidiki hubungan antara pengabaian emosional dalam pengasuhan dan depresi pada

remaja. Studi-studi ini merepresentasikan keragaman metodologi, konteks geografis, dan fokus usia yang luas, memberikan perspektif yang holistik dan komprehensif. Secara metodologis, terdapat enam penelitian kuantitatif (empat *longitudinal* dan dua *cross-sectional*), tiga penelitian kualitatif (fenomenologi, studi kasus, dan analisis tematik teks online), serta satu penelitian *mixed-methods* yang menggabungkan kuesioner dengan neuroimaging (*resting-state fMRI*), dengan rentang publikasi dari 2019 hingga 2025 yang menandakan keaktualan isu ini. Penelitian dilakukan di berbagai negara, termasuk Tiongkok, Korea Selatan, Irak, Inggris, dan Indonesia. Keragaman ini tidak hanya memperkuat validitas eksternal temuan inti, tetapi juga memungkinkan eksplorasi nuansa kultural dan kontekstual yang memperkaya analisis.

Sintesis menyeluruh dari sepuluh studi mengungkapkan konsistensi yang mencolok dalam beberapa tema utama. Pertama, seluruh studi secara tegas menegaskan hubungan positif yang signifikan antara pengalaman pengabaian emosional masa kecil dan peningkatan depresi pada remaja. Hubungan ini bersifat robust, bertahan lintas berbagai desain penelitian, alat ukur, dan konteks budaya, dan terkait tidak hanya dengan onset tetapi juga dengan keparahan, persistensi, dan kompleksitas klinis depresi. Temuan kualitatif memperkuat bahwa dari perspektif remaja sendiri, pengabaian emosional yang dimanifestasikan sebagai kurangnya cinta, perhatian, dan responsivitas sering kali dialami sebagai bentuk pengabaian yang paling merusak secara psikologis. Kedua, pengabaian emosional jarang terjadi dalam isolasi. Studi-studi kuantitatif mengonfirmasi bahwa pengabaian emosional sering kali merupakan komponen inti dari pola *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) yang lebih kompleks dan kronis, seperti kombinasi dengan pelecehan emosional atau disfungsi keluarga, yang menunjukkan risiko depresi yang secara signifikan lebih tinggi.

Lebih mendalam, temuan mengidentifikasi beberapa jalur mediasi kritis yang multidimensi untuk menjelaskan bagaimana pengabaian emosional bermuara pada depresi. Pada level psikologis dan kognitif, ruminasi (pola pikir negatif berulang) dan neurotisme (kecenderungan mengalami afek negatif) muncul sebagai mediator yang konsisten, dipicu oleh pembentukan internal working model yang negatif tentang diri dan dunia. Secara paralel, defisit dalam regulasi emosi, khususnya rendahnya penggunaan strategi adaptif seperti *cognitive reappraisal*, menjadi jalur penting yang menghambat kemampuan remaja untuk mengelola emosi negatif secara sehat. Bukti neurosains mengungkapkan substrat biologis dari proses ini, menunjukkan bahwa pengabaian emosional meninggalkan jejak berupa perubahan konektivitas fungsional di prefrontal cortex (PFC) area otak kunci untuk regulasi emosi yang selanjutnya dikaitkan dengan depresi melalui mekanisme mediasi rendahnya *reappraisal*.

Pada tingkat mikro keluarga, pengabaian emosional termanifestasi secara konkret sebagai relasi orang tua-anak yang tidak berkualitas, yang ditandai oleh komunikasi yang dangkal, respons orang tua yang tidak responsif, serta kurangnya kedekatan emosional dan kepercayaan. Relasi yang rusak ini secara efektif menghilangkan sumber dukungan sosial utama bagi remaja, sehingga memperkuat perasaan kesepian dan ketidakberhargaan. Dalam dinamika ini, faktor moderator juga memainkan peran penting. *Psychological resilience* berperan sebagai faktor protektif yang signifikan, namun dengan pola yang spesifik: resilience secara konsisten memperlemah hubungan antara mediator (seperti ruminasi) dan depresi, tetapi umumnya tidak melindungi dari dampak langsung pengabaian emosional terhadap depresi. Sementara itu, temuan mengenai peran gender lebih kompleks dan tampaknya bergantung pada konteks budaya, dengan beberapa laporan menunjukkan efek yang lebih kuat pada laki-laki dan lainnya pada perempuan. Dampak dari pengabaian emosional ini juga meluas melampaui depresi,

menimbulkan *ripple effect* yang mencakup peningkatan risiko untuk perilaku agresif, *self-harm*, ideasi bunuh diri, serta komorbiditas dengan gangguan kecemasan dan kepribadian.

Konvergensi temuan dari sepuluh studi dengan metodologi yang beragam ini memberikan dukungan yang sangat kuat bagi proposisi bahwa pengabaian emosional merupakan trauma perkembangan dengan konsekuensi jangka panjang yang serius bagi kesehatan mental. Konsistensi lintas budaya menegaskan universalitas hubungan inti ini, meskipun ekspresi dan kekuatannya mungkin dimoderasi oleh norma sosial, seperti normalisasi pengabaian dalam budaya kolektivistis. Temuan ini secara koheren dijelaskan oleh kerangka teoretis yang terintegrasi. Teori Kelekatan (Bowlby) menjelaskan bagaimana pengabaian yang kronis merusak pembentukan kelekatan yang aman dan menciptakan internal working model yang negatif, yang menjadi fondasi bagi neurotisisme dan kesulitan regulasi emosi. Model Kognitif Depresi (Beck) kemudian menjelaskan bagaimana model mental negatif itu memicu skema *disfungsional* dan pola pikir ruminatif, yang menjadi bahan bakar bagi triad kognitif depresi. Jejak neurobiologis yang ditemukan memberikan bukti biologis bagi model psikopatologi perkembangan ini, menunjukkan bagaimana pengalaman psikososial yang merugikan dapat "tersimpan" dalam arsitektur otak dan mengubah fondasi neurokognitif untuk regulasi emosi. Sintesis ini juga menyoroti kontribusi unik setiap pendekatan metodologi: penelitian kuantitatif longitudinal mengidentifikasi jalur kausal, penelitian kualitatif memberikan kedalaman makna subjektif, dan pendekatan neurosains mengungkap substrat biologis, yang bersama-sama membentuk gambaran yang komprehensif dan multidimensi tentang hubungan antara pengabaian emosional dan depresi.

KESIMPULAN

Tinjauan literatur sistematis ini menegaskan bahwa pengabaian emosional dalam pengasuhan merupakan faktor risiko signifikan terhadap depresi remaja, dengan hubungan yang konsisten lintas konteks dan metodologi. Kontribusi utama tinjauan ini adalah sintesis komprehensif yang memadukan jalur mekanistik psikologis (ruminasi, neurotisisme), kognitif (defisit regulasi emosi), dan neurobiologis (perubahan konektivitas prefrontal) yang sebelumnya terfragmentasi dalam berbagai studi. Sintesis ini juga mengidentifikasi resiliensi sebagai faktor protektif yang memperlemah jalur ruminasi menuju depresi, serta menegaskan bahwa peran gender bersifat kontekstual. Dengan demikian, pengabaian emosional bukan bentuk pengasuhan yang ringan; intervensi holistik mencakup deteksi dini, penguatan regulasi emosi remaja, psikoedukasi orang tua, dan kebijakan perlindungan anak yang eksplisit sangat diperlukan.

IMPLIKASI

Temuan tinjauan ini tidak hanya menegaskan hubungan kuat antara pengabaian emosional dan depresi remaja, tetapi juga membuka jalan bagi berbagai intervensi di tingkat praktis, kebijakan, dan penelitian. Ketiga ranah ini saling terkait dan membutuhkan perhatian simultan untuk memutus mata rantai dampak negatif pengabaian emosional secara efektif.

Pada tataran praktis, temuan ini mendorong pengembangan instrumen skrining yang sensitif di sekolah dan fasilitas kesehatan untuk mendeteksi pengabaian emosional sejak dini, mengingat sifatnya yang tidak kasat mata. Intervensi individu perlu menargetkan mekanisme spesifik seperti ruminasi dan defisit regulasi emosi melalui pendekatan terbukti efektif seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Pada level keluarga, psikoedukasi orang tua menjadi

krusial untuk membangun kesadaran bahwa kehangatan emosional dan responsivitas psikologis merupakan kebutuhan fundamental anak, bukan sekadar bentuk "memanjakan" yang selama ini distigmatisasi dalam sebagian masyarakat.

Berangkat dari kebutuhan praktis tersebut, kebijakan perlindungan anak harus secara eksplisit mengakui pengabaian emosional sebagai bentuk *maltreatment* yang serius, setara dengan kekerasan fisik dan seksual. Pengakuan ini perlu dilengkapi dengan definisi operasional yang jelas serta protokol penanganan yang terstandar bagi tenaga profesional. Di Indonesia, hal ini menuntut integrasi ke dalam UU Perlindungan Anak dan peraturan turunannya, disertai mekanisme implementasi yang memadai. Selain itu, pemerintah perlu menginisiasi kampanye kesadaran publik dan program edukasi pengasuhan berbasis bukti untuk mendestigmatisasi isu kesehatan mental remaja sekaligus mengedukasi orang tua tentang bahaya jangka panjang dari pengabaian emosional.

Untuk mendukung implementasi praktis dan kebijakan tersebut, penelitian mendatang perlu memprioritaskan sejumlah agenda strategis. Pertama, studi longitudinal jangka panjang diperlukan untuk mengonfirmasi arah kausalitas dan memahami trajektori perkembangan depresi pada remaja dengan riwayat pengabaian emosional. Kedua, *Randomized Controlled Trials* (RCT) perlu dilakukan untuk menguji efektivitas berbagai model intervensi, baik yang berbasis individu, keluarga, maupun sekolah. Ketiga, eksplorasi mendalam terhadap dinamika kultural Indonesia seperti nilai kolektivisme, struktur keluarga besar, dan peran nilai religius sangat penting untuk mengembangkan alat ukur dan intervensi yang sensitif secara budaya. Keempat, kajian terhadap variabel moderator lain seperti dukungan sosial dari guru dan teman sebaya serta tipe kelekatan dengan figur pengasuh alternatif dapat memperkaya pemahaman tentang faktor-faktor yang memperkuat resiliensi remaja.

REFERENSI

- Al Shawi, A. F., Sarhan, Y. T., & Altaha, M. A. (2019). Adverse childhood experiences and their relationship to gender and depression among young adults in Iraq: a cross-sectional study. *BMC public health*, *19*(1), 1687.
- Awali, A. N. A., Nurlita, W. O., & Baroroh, D. N. (2024). Relasi Anak dan Orang Tua Pada Remaja Akhir Dengan Indikasi Depresi. *MOTIVA: JURNAL PSIKOLOGI*, *7*(2), 171-183.
- Lesmana, T., Theresia, A., & Rorong, P. D. E. (2025). Peran pola asuh orang tua terhadap perundungan siber dimediasi kecenderungan depresi remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat*, *12*(1), 157-176.
- Li, S., Wang, R., Thomas, E., Jiang, Z., Jin, Z., Li, R., & Wan, Y. (2022). Patterns of adverse childhood experiences and depressive symptom trajectories in young adults: a longitudinal study of college students in China. *Frontiers in psychiatry*, *13*, 918092.
- Paramita, A. D., Faradiba, A. T., & Mustofa, K. S. (2020). Adverse childhood experience dan deliberate self harm pada remaja di Indonesia. *Jurnal Psikologi Integratif*, *9*(1), 16-28.
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak Pengabaian Orang Tua Terhadap Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Psikologi*, *1*(4), 18-18.
- Santrock, J. W. (1987). *Adolescence: an introduction*. Wm C Brown Publishers.
- Sari, P. P., Rahman, T., & Mulyadi, S. (2020). Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal paud agapedia*, *4*(1), 157-170.

- Setiawan, H. H. (2014). Pola Pengasuhan Keluarga dalam Proses Perkembangan Anak. *Sosio Informa*, 52850.
- Sevтин, K. S., & Satiningsih, S. (2023). Dampak Negatif Korban Child Abuse and Neglect (CAN). *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 312-327.
- Tanner, J. L., & Arnett, J. J. (2016). The emergence of emerging adulthood: The new life stage between adolescence and young adulthood. In *Routledge handbook of youth and young adulthood* (pp. 50-56). Routledge.
- Thiadi, R. C., & Risnawaty, W. (2022). Gambaran Resiliensi Emerging Adults yang Mengalami Pengabaian Emosional Akibat Perceraian Orang Tua. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(3), 592-598.
- Xu, B., Wei, S., Yin, X., Jin, X., Yan, S., & Jia, L. (2023). The Relationship Between Childhood Emotional Neglect Experience and Depressive Symptoms and Prefrontal Resting Functional Connections in College Students: The Mediating Role of Reappraisal Strategy. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 17, 927389.
- Zhong, X., Li, S., & Zhou, W. (2025). Childhood emotional neglect and depression in emerging adults: Exploring the roles of rumination and resilience. *Acta Psychologica*, 258, 10527