

BENARKAH ADA HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN DEPRESI? SEBUAH STUDI META ANALISIS

A META-ANALYSIS ON THE CORRELATION BETWEEN SELF-ESTEEM AND DEPRESSION?

Sheila Marchelina Tanoko¹

¹Universitas Surabaya

¹s154119513@student.ubaya.ac.id

Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian meta-analisis dengan tujuan untuk melihat korelasi antara *self-esteem* dan depresi. Penelitian ini melibatkan 15 jurnal penelitian dengan total partisipan sebanyak 13.134, yang dianalisis menggunakan website *Meta-mar (Free Online Meta-Analysis Service)* yang berdasarkan pada jumlah partisipan (N) dan nilai korelasi antar variabel (r). Hasil analisis menunjukkan nilai *effect size* sebesar -0,57 (95% CI = -0,473 sampai -0,446, p = 0,0) dengan nilai *inconsistency (I²)* adalah 97,3%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* dan depresi berkorelasi negatif dan termasuk dalam kategori *large effect size*. Korelasi negatif antara *self-esteem* dan depresi ini menunjukkan bahwa ketika *self-esteem* tinggi maka tingkat depresi menurun dan sebaliknya. Adanya korelasi antara *self-esteem* dan depresi baik pada partisipan dengan usia anak-anak, remaja, maupun dewasa menunjukkan pentingnya *self-esteem* bagi kesehatan psikologis seseorang.

Kata Kunci: *self-esteem*, depresi, meta-analisis

Abstract

This research is a meta-analysis study that aims to determine the correlation between self-esteem and depression. This study involved 15 journals with the total of 13.134 participant, analyzed using Meta-mar (Free Online Meta-Analysis Service) website. The data was based on the number of participants (N) and correlation value between variable (r). The analysis results show that the effect size value is -0.57 (95% CI = -0.473 up to -0.446, p = 0.0) with an inconsistency value (I²) of 97.3%. Based on these results, it can be concluded that self-esteem and depression have a negative correlation. Thus, they are included in the large effect size category. This negative correlation between self-esteem and depression implies that when the self-esteem is high, then the level of depression decreases and vice versa. The correlation between self-esteem and depression in participants with the ages of children, adolescents and adults shows the importance of self-esteem for one's psychological health.

Keywords: *self-esteem*, depression, meta-analysis

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan keadaan dinamis dari keseimbangan internal yang memungkinkan individu untuk menggunakan kemampuannya sesuai dengan nilai-nilai universal masyarakat (Galderisi et al., 2015). Menurut Galderisi et al (2015) komponen penting dalam kesehatan mental adalah keterampilan kognitif dan sosial, kemampuan mengenali dan mengelola emosi diri, kemampuan berempati dengan orang lain, kemampuan fleksibilitas untuk mengatasi berbagai permasalahan dan mampu menjalankan fungsi sosialnya. Banyak hal dapat memengaruhi kesehatan mental, seperti stres yang dialami, kejadian traumatik, depresi, keadaan sosial ekonomi, kemampuan individu dalam mengelola dan mengontrol lingkungan di

sekitarnya agar tetap bermanfaat atau berguna untuk dirinya (Hidalgo et al., 2010; Tartakovsky, 2010; Weiten, 2013).

Depresi merupakan salah satu indikator penting atas rendahnya kesehatan mental seseorang dan telah menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia karena jumlah penderitanya yang meningkat setiap tahun (Lin, 2015; Wang et al., 2018). Berdasarkan studi dari *Global Burden of Diseases* (GBD 2017), lebih dari 264 juta orang mengalami depresi di seluruh dunia dan mengalami peningkatan sebanyak 14,3% dari tahun 2007-2017, jika dibandingkan pada tahun-tahun sebelumnya (James et al., 2018). Depresi bisa dialami oleh siapa saja dan dari berbagai rentang usia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI (2019), individu yang mengalami gangguan depresi pada usia 15-24 tahun mencapai 6,2% sedangkan usia 25-74 tahun mencapai 31,6% dan usia ≥ 75 tahun mencapai 8,9%. Weiten (2013) mengemukakan bahwa gangguan depresi adalah perasaan sedih dan putus asa yang muncul terus menerus pada individu serta hilangnya minat pada hal yang menjadi sumber kesenangan sebelumnya. Menurut Kring, Johnson, Davison, & Neale (2012), gangguan depresi merupakan kesedihan sangat mendalam dan ketidakmampuan individu untuk mengalami kesenangan atau kepuasan dalam hidupnya. American Psychiatric Association (2013) mengemukakan bahwa gangguan depresi merupakan munculnya suasana hati yang sedih, hampa, mudah tersinggung/kesal dan disertai oleh perubahan somatik dan kognitif yang secara signifikan memengaruhi kapasitas individu untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Melalui beberapa definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa gangguan depresi adalah suasana hati sedih, hampa, hilangnya kemampuan mengalami kesenangan yang terus muncul dan berpengaruh pada kapasitas diri untuk berfungsi dalam aktivitas kesehariannya. Beberapa gejala yang ditunjukkan oleh orang depresi adalah sulitnya berkonsentrasi untuk memahami informasi baru, hilangnya harapan, sulit tidur atau tidur terlalu lama, seringkali merasa sangat lelah, menghindari dari situasi sosial, dan munculnya keinginan untuk bunuh diri (Kring et al., 2012). Faktor yang memengaruhi depresi adalah faktor biologis, faktor psikologis, serta faktor lingkungan (Wahid et al., 2021; Wu et al., 2019). Faktor biologis misalnya jenis kelamin perempuan, sakit kronis, cacat mental/fisik, dan anggota keluarga mengalami depresi. Faktor psikologis seperti pengalaman traumatis, kekerasan seksual, dan *self-esteem*. Faktor lingkungan misalnya permasalahan relasi sosial, kehilangan anggota keluarga, dan kemiskinan.

Self-esteem merupakan salah satu komponen dari konsep diri, yang menandakan bagaimana seseorang menilai dirinya secara keseluruhan atau seberapa berharga dirinya (Bajaj, Robins, & Pande, 2016; Myers, 2013). *Self-esteem* penting untuk proses kognitif seseorang dalam menghadapi penilaian atau umpan balik negatif dari orang lain, kegagalan, penolakan dari orang lain, dan sumber yang penting untuk melindungi diri dari efek stres dan keinginan untuk bunuh diri (Myers, 2013; Jang et al., 2014). Rendahnya *self-esteem* membuat orang tersebut lebih rentan mengalami gangguan klinis (seperti, kecemasan, gangguan makan, dan

kesepian/kesendirian), memandang segala sesuatu dengan negatif, merasa bahwa orang disekitarnya menolak atau mengkritik dirinya, serta salah satu faktor risiko dari depresi (Kim & Moore, 2018; Myers, 2013; Wang et al., 2018; Xie et al., 2020). Oleh karena itu, *self-esteem* dapat menjadi salah satu faktor yang berperan penting dalam mempertahankan gejala depresi dalam diri seseorang.

Tujuan dari dilakukannya penelitian meta analisis ini adalah untuk melihat korelasi antara variabel *self-esteem* dan depresi karena adanya hasil korelasi yang bertentangan atau tidak konsisten dari penelitian-penelitian sebelumnya (Orth & Robins, 2013; Petrocchi, Dentale, & Gilbert, 2018; Steiger, Fend, & Allemand, 2015) sehingga perlu menghitung korelasi kedua variabel untuk memperbaiki hasil analisis statistik diantara penelitian lain.

METODE

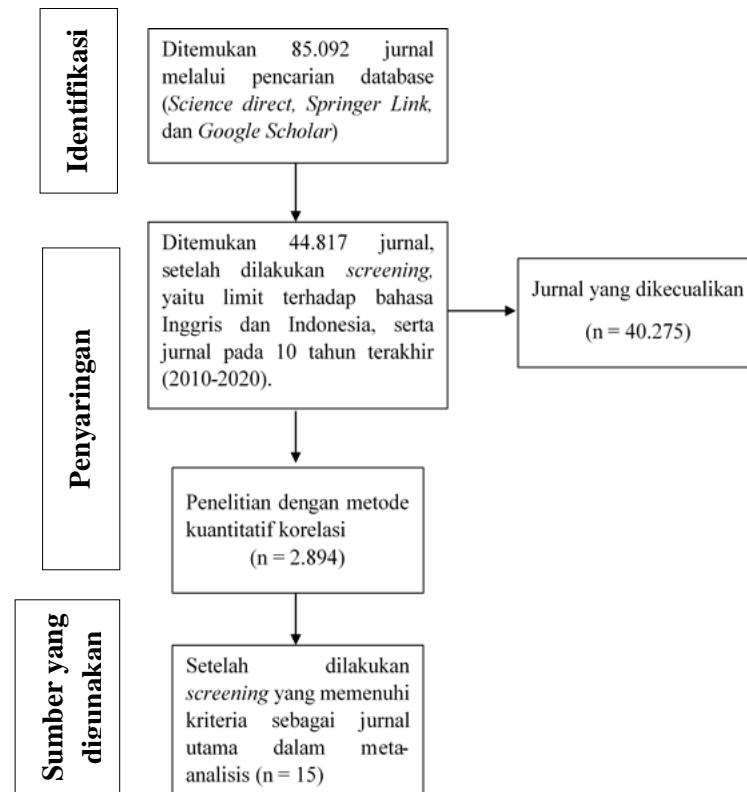
Metode penelitian yang digunakan adalah meta-analisis, yaitu dengan mengumpulkan beberapa jurnal penelitian terdahulu kemudian melakukan analisis secara kuantitatif. Meta-analisis perlu dilakukan untuk mengetahui hasil *effect size* seakurat mungkin dan apakah hasil *effect size* tersebut konsisten untuk seluruh data (Borenstein et al., 2009). Penulisan meta-analisis korelasi ini berdasarkan pedoman dari *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis* (PRISMA) 2012 dan *Meta-Analysis Review Standard* (American Psychological Association, 2008; Moher et al., 2009). Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis data dari beberapa penelitian terkait hubungan antara *self-esteem* dan depresi untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara dua variabel tersebut. Hasil *effect size* didapatkan dari analisis jumlah partisipan (N) dan nilai korelasi (r) pada masing-masing jurnal penelitian. Nilai I^2 merupakan heterogenitas dari penelitian yang digunakan untuk menentukan *effect size*. Kriteria jurnal yang digunakan dalam penelitian ini adalah jurnal dengan metode kuantitatif korelasi, mencakup variabel *self-esteem* dan depresi beserta alat ukur yang digunakan, nilai korelasi antar variabel, dalam bahasa Inggris dan Indonesia, serta dalam kurun waktu 10 tahun terakhir. Sumber yang digunakan peneliti untuk mencari jurnal penelitian terdahulu adalah melalui *Scienccdirect*, *Springer Link*, dan *Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan adalah “*Self-esteem and depression*” dan “*Correlation between self-esteem and depression*”. Berdasarkan pencarian tersebut didapatkan 15 jurnal yang mencakup variabel *self-esteem* dan depresi beserta alat ukur yang digunakan serta terdapat nilai korelasi antar variabel, sehingga digunakan sebagai jurnal utama dalam penelitian ini. Proses analisis data dilakukan menggunakan *website Meta-mar (Free Online Meta-Analysis Service)*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukannya pencarian jurnal terdahulu melalui *Scienccdirect*, *Springer Link*, dan *Google Scholar*, peneliti menemukan sebanyak 85.092 jurnal. Setelah dilakukan *screening* dengan

memberi batasan jurnal berbahasa Inggris dan Indonesia, jurnal dengan kurun waktu 10 tahun terakhir (2010-2020), dan menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi, ditemukan sejumlah 2.894 jurnal. Dari jumlah tersebut didapatkan 15 jurnal utama yang memenuhi kriteria (Gambar 1).

Gambar 1. Alur pencarian penelitian terdahulu terkait *self-esteem* dan depresi



Berdasarkan 15 jurnal utama yang digunakan dalam penelitian meta analisis ini dan dilakukannya proses analisis data menggunakan *website Meta-mar (Free Online Meta-Analysis Service)* ditemukan hasil *effect size* untuk setiap penelitian seperti yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil analisis jurnal penelitian

Peneliti	Negara	Total	Alat Ukur <i>Self-esteem</i>	Alat Ukur <i>Depression</i>	<i>Effect Size</i>			
					r	SE	r lower	r upper
Chen & Wei (2011)	Taiwan	1376 (usia 12-15 tahun)	Rosenberg <i>Self-Esteem Scale</i> (RSES)	Depression subscale of the Brief Symptom Rating Scale (BSRS)	-0,36	0,026988	-0,4129	-0,3071
Michalak et al. (2011)	Jerman	216 (\bar{X} usia 24,78 tahun)	Rosenberg <i>Self-Esteem Scale</i> (RSES)	Beck <i>Depression Inventory</i> (BDI)	-0,71	0,068519	-0,8443	-0,5757
Jang et	Korea	2964	Rosenberg	Zung <i>Self-</i>	-0,622	0,018377	-0,65802	-0,58598

al. (2014)		(usia 13-64 & ≥65 tahun)	Self-Esteem Scale (RSES)	Rating Depression Scale (SDS)				
Lin (2015)	Taiwan	235 (X̄ usia 20 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CESD-10)	-0,55	0,065653	-0,67868	-0,42132
Bajaj, Robins, & Pande (2016)	India	417 (X̄ usia 20 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Depression Anxiety Stress Scales short version-21 (DASS)	-0,58	0,049147	-0,67633	-0,48367
Woods & Scott (2016)	UK	467 (usia 11-17 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)	-0,54	0,046424	-0,63099	-0,44901
Kim & Moore (2018)	US	87 (usia 18-29 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Beck Depression Inventory, second edition (BDI-II)	-0,64	0,109109	-0,85385	-0,42615
Wang et al. (2018)	China	429 (usia ≤25, 26-55, dan ≥56 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D)	-0,48	0,04845	-0,57496	-0,38504
Duru, Balkis, & Turkogan (2019)	Turki	1993 (X̄ usia 16 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Turkish version of the Brief Symptom Inventory (TVBSI)	-0,36	0,022417	-0,40394	-0,31606
Gardner & Lambert (2019)	Jamaika	334 (usia 10-18 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Depression, Anxiety and Stress Scale-Short Form	-0,69	0,054965	-0,79773	-0,58227
He, Li, Ouyang, & Wu	China	244	Self-Esteem Scale (SES)	Center for Epidemiological Studies	-0,609	0,064416	-0,73525	-0,48275

(2019)				Depression Scale (CES-D)				
Vally (2019)	United Arab Emirates	706 (usia 18-33 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CESD-10)	-0,40	0,037716	-0,47392	-0,32608
Wang et al. (2019)	China	2407 (usia 11-16 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D)	-0.21	0,020395	-0,24998	-0,17002
Han & Lee (2020)	Korea	264 (usia <40, 41-69, dan ≥70 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D)	-0,31	0,061898	-0,43132	-0,18868
Xie et al. (2020)	China	995 (\bar{X} usia 19,51 tahun)	Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	Epidemiological Studies Depression Scale	-0,51	0,03175	-0,57223	-0,44777

Hasil analisis melalui *website* Meta-mar juga menunjukkan nilai korelasi antara variabel *self-esteem* dan depresi, nilai *inconsistency*, dan nilai *effect size* seperti yang disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil *random effect model*

	Fisher Z	r	SE	95%CI	z score	p value	Heterogeneity
Random Effect Model	-0.57	-0.51	0.057	[-0.591,-0.429]	10.068	0.0	$I^2=97.3\%$, $Tau^2=0.045$

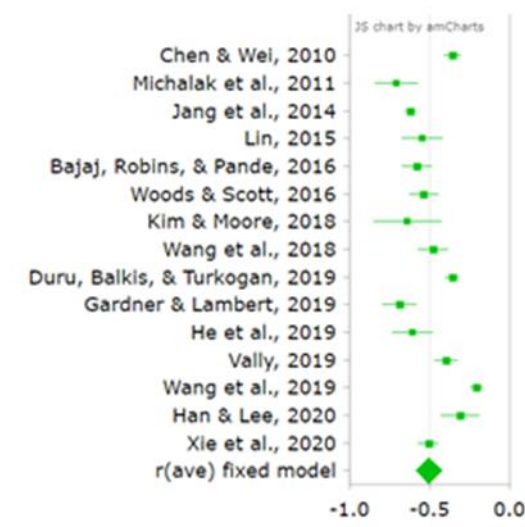
Berdasarkan hasil uji meta analisis, ditemukan bahwa nilai I^2 (*inconsistency*) adalah 97,3% (Tabel 2). Higgins, Thompson, Deeks, & Altman (2003) mengategorikan nilai *inconsistency* (I^2) dalam tiga kategori, yaitu rendah ($I^2 \leq 25\%$), sedang ($I^2 \pm 50\%$), dan tinggi ($I^2 \geq 75\%$). Jika mengacu pada kategori tersebut, nilai *inconsistency* (I^2) dalam penelitian ini termasuk kategori tinggi, maka dapat disimpulkan bahwa heterogenitas dalam penelitian ini tergolong cukup besar dan peneliti menggunakan nilai Fisher Z pada *random effect model* (Tabel 2 dan Gambar 2). Pemilihan menggunakan *random effect model* juga didukung oleh

adanya perbedaan alat ukur dan metode yang digunakan dalam jurnal penelitian terdahulu dalam penelitian ini. Menurut Borenstein et al. (2009), perbedaan metode penelitian akan berdampak pada hasil, sehingga tidak dapat diasumsikan bahwa seluruh penelitian memiliki ukuran efek yang sama.

Berdasarkan penjelasan analisis diatas, maka nilai Fisher Z dari Tabel 2 yang digunakan adalah -0,57 (95%CI = -0,473 sampai -0,446, $p = 0,0$). Terdapat tiga kategori *effect size*, yaitu *small* ($r \leq 0,1$), *medium* ($r \pm 0,3$), dan *large* ($r \geq 0,5$). Berdasarkan kategori tersebut, *effect size* dalam penelitian ini termasuk kategori *large effect size*, yaitu *self-esteem* memberikan efek yang besar atau signifikan terhadap tingkat depresi.

Proses analisis data dari 15 jurnal utama dengan menggunakan *website* Meta-mar (*Free Online Meta-Analysis Service*) dalam penelitian ini menemukan bahwa *effect size* dari setiap jurnal acuan berbeda dikarenakan adanya perbedaan alat ukur dan metode penelitian yang digunakan dalam jurnal-jurnal tersebut, sehingga peneliti memutuskan untuk menggunakan *random effect model* dengan penjabaran melalui *forestplot* seperti yang ditampilkan pada Gambar 2.

Gambar 2. *Forestplot – random effect models*



Setelah dilakukan uji meta analisis, ditemukan bahwa *self-esteem* dan depresi berkorelasi negatif dengan *large effect size* (dengan nilai korelasi -0,57 dari Tabel 2). Berkorelasi negatif disini maksudnya adalah ketika *self-esteem* meningkat, maka tingkat depresi akan menurun, begitu juga sebaliknya, ketika *self-esteem* menurun, maka tingkat depresi akan meningkat. Penelitian meta-analisis yang dilakukan oleh Chen, Chiu, & Huan (2013) menemukan bahwa korelasi antara *self-esteem* dan depresi berkorelasi secara negatif dengan *large effect size* (nilai korelasi -0,57). Penelitian *systematic review* yang dilakukan oleh Moreno-Peral et al. (2020) menemukan bahwa *self-esteem* merupakan faktor protektif sebagai langkah preventif untuk mencegah depresi. Selain itu, *self-esteem* juga termasuk dalam salah satu dari lima perantara

potensial dalam proses psikoterapi untuk depresi (Moreno-Peral et al., 2020). Berdasarkan pemaparan hasil penelitian meta analisis dan *systematic review* sebelumnya (Chen, Chiu, & Huan, 2013; Moreno-Peral et al., 2020), maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian-penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yaitu *self-esteem* berkorelasi negatif dengan depresi dan memiliki *large effect size*. Penemuan dalam penelitian meta-analisis ini juga dapat membantu peneliti maupun praktisi psikologis untuk lebih memahami peran *self-esteem* seseorang terhadap keterkaitannya dengan depresi. Hal ini juga dapat membantu memberikan pengetahuan ilmiah untuk mengembangkan strategi dan sasaran yang lebih tepat dalam menentukan pemberian intervensi psikologis maupun psikoedukasi untuk mengatasi fenomena gangguan depresi.

Beberapa intervensi psikologis yang dapat diberikan pada individu yang mengalami gangguan depresi adalah terapi interpersonal, terapi kognitif, dan terapi perilaku (Beck & Alford, 2009). Crisp et al. (2014) melakukan intervensi *online* dan berhasil menurunkan gejala depresi pada partisipan yang menerima intervensi dalam bentuk *internet support group*, program *training* depresi (terapi interpersonal, terapi *cognitive behavior*, relaksasi, dan aktivitas fisik), atau kombinasi keduanya (*support group* dan *training*). Selain menurunkan gejala depresi, intervensi yang dilakukan oleh Crisp et al. (2014) juga berhasil meningkatkan *self-esteem* dan kualitas hidup para partisipan. Penelitian yang dilakukan oleh Wegener et al. (2015) berhasil menurunkan gejala depresi serta meningkatkan *self-esteem* para partisipan penelitian dengan menggunakan intervensi terapi kelompok psikodinamik, terapi psikodinamik individu, *movement therapy*, terapi *role-play* kognitif perilaku secara berkelompok, terapi seni, dan kegiatan relaksasi secara berkelompok. Morton, Roach, Reid, & Stewart (2012) memberikan intervensi kelompok *cognitive behavioural therapy* (CBT) pada perempuan yang memiliki *self-esteem* rendah dan hasilnya adalah CBT efektif dalam meningkatkan *self-esteem* serta menurunkan tingkat depresi dan kecemasan.

Depresi merupakan salah satu indikator penting atas rendahnya kesehatan mental seseorang dan telah menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia karena jumlah penderitanya yang meningkat setiap tahun. Partisipan yang terlibat dalam penelitian-penelitian terdahulu mencakup usia anak-anak, remaja, dan dewasa. *Self-esteem* merupakan salah satu faktor penting untuk proses kognitif seseorang dalam menghadapi penilaian atau umpan balik negatif dari orang lain, kegagalan, penolakan dari orang lain, dan sumber yang penting untuk melindungi diri dari efek stres dan keinginan untuk bunuh diri. Rendahnya *self-esteem* membuat seseorang lebih rentan mengalami gangguan klinis dan merupakan salah satu faktor risiko dari depresi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji meta-analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa heterogenitas dalam penelitian ini tergolong cukup besar dan peneliti menggunakan nilai Fisher's Z pada *random effect model*. Penelitian ini juga termasuk dalam kategori *large effect size*, yaitu *self-esteem* memberikan efek yang besar atau signifikan terhadap tingkat depresi. Hasil penelitian-penelitian sebelumnya menemukan bahwa *self-esteem* berkorelasi negatif dengan depresi dan memiliki *large effect size*, sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian sebelumnya sejalan dengan hasil dari penelitian ini. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah penggunaan jurnal penelitian terdahulu yang belum mewakili seluruh negara dan jurnal yang digunakan adalah hanya yang berbahasa Indonesia atau Inggris, sehingga kurang dapat digeneralisasikan pada negara-negara yang belum tergabung dalam penelitian ini. Penelitian meta analisis ini bersifat korelasional, sehingga hubungan kausal antara *self-esteem* dan depresi tidak dapat dibangun atau diakui.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2008). Reporting standards for research in psychology: Why do we need them? What might they be?. *American Psychologist*, 63(9), 839-851. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.9.839>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders V (DSM-V)*. Arlington: American Psychiatric Publishing.
- Bajaj, B., Robins, R. W., & Pande, N. (2016). Mediating role of self-esteem on the relationship between mindfulness, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 96, 127-131. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.085>
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment 2nd edition*. University of Pennsylvania Press.
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P., & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to Meta-Analysis*. United Kingdom: TJ International.
- Chen, S. J., Chiu, C. H., & Huang, C. (2013). Self-esteem and depression in a Taiwanese population: A meta-analysis. *Social Behavior and Personality*, 41(4), 577-586. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.4.577>
- Chen, J. K., & Wei, H. S. (2011). The impact of school violence on self-esteem and depression among Taiwanese junior high school students. *Social Indicators Research*, 100(3), 479-498. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9625-4>
- Crisp, D., Griffiths, K., Mackinnon, A., Bennett, K., & Christensen, H. (2014). An online intervention for reducing depressive symptoms: Secondary benefits for self-esteem, empowerment and quality of life. *Psychiatry Research*, 216(1), 60-66. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.01.041>
- Duru, E., Balkis, M., & Turkogan, T. (2019). Relational violence, social support, self-esteem, depression and anxiety: A moderated mediation model. *Journal of Child and Family Studies*, 28(9), 2404-2414. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01509-2>
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, 14(2), 231-233. <https://doi.org/10.1002/wps.20231>

- Gardner, A. A., & Lambert, C. A. (2019). Examining the interplay of self-esteem, trait-emotional intelligence, and age with depression across adolescence. *Journal of Adolescence*, 71, 162-166. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.01.008>
- Han, J. W., & Lee, H. (2020). The effects of hardcore smokers' depression and self-esteem on daily smoking amount. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34(3), 149-158. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.02.006>
- He, Q., Li, X., Ouyang, Y., & Wu, Q. (2019). An analysis of the correlation between marital adjustment test and self-esteem and depression in Chinese infertile women. *Fertility and Sterility*, 112(3), e381-e382. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2019.07.1092>
- Hidalgo, J. L-T., Bravo, B. N., Martinez, I. P., Pretel, F. A., Postigo, J. M. L., & Rabadan, F. E. (2010). Psychological well-being, assessment tools and related factors. In I. E. Wells (Ed.), *Psychological well-being* (pp. 77-113). NY: Nova Science.
- Higgins, J. P., Thompson, S. G., Deeks, J. J., & Altman, D. G. (2003). Measuring inconsistency in meta-analyses. *Bmj*, 327(7414), 557-560. <https://doi.org/10.1136/bmj.327.7414.557>
- James, S. L., Abate, D., Abate, K. H., Abay, S. M., Abbafati, C., Abbasi, N., ... Murray, C. J. L. (2018). Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 Diseases and Injuries for 195 countries and territories, 1990-2017: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*, 392(10159), 1789-1858. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32279-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32279-7)
- Jang, J. M., Park, J. I., Oh, K. Y., Lee, K. H., Kim, M. S., Yoon, M. S., ... Chung, Y. C. (2014). Predictors of suicidal ideation in a community sample: Roles of anger, self-esteem, and depression. *Psychiatry Research*, 216(1), 74-81. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.12.054>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). InfoDATIN: Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia. Retrieved from Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/InfoDatin-Kesehatan-Jiwa.pdf>
- Kim, H. S., & Moore, M. T. (2018). Symptoms of depression and the discrepancy between implicit and explicit self-esteem. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 63, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2018.12.001>
- Kring, A., Johnson, S., Davison, G. C., & Neale, J. M. (2012). *Abnormal psychology* 12th edition. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Lin, C. C. (2015). Gratitude and depression in young adults: The mediating role of self-esteem and well-being. *Personality and Individual Differences*, 87, 30-34. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.017>
- Michalak, J., Teismann, T., Heidenreich, T., Ströhle, G., & Vocks, S. (2011). Buffering low self-esteem: The effect of mindful acceptance on the relationship between self-esteem and depression. *Personality and Individual Differences*, 50(5), 751-754. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.11.029>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., Altman, D., Antes, G., ... Tugwell, P. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Moreno-Peral, P., Bellón, J. Á., Huibers, M. J. H., Mestre, J. M., García-López, L. J., Taubner, S., ... Conejo-Cerón, S. (2020). Mediators in psychological and psychoeducational interventions for the prevention of depression and anxiety. A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 76, 101813. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101813>

- Morton, L., Roach, L., Reid, H., & Stewart, S. H. (2012). An evaluation of a CBT group for women with low self-esteem. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 40(2), 221–225. <https://doi.org/10.1017/S1352465811000294>
- Myers, D. G. (2013). *Social Psychology* 11th edition. NY: McGraw Hill.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2013). Understanding the link between low self-esteem and depression. *Current Directions in Psychological Science*, 22(6), 455–460. <https://doi.org/10.1177/0963721413492763>
- Petrocchi, N., Dentale, F., & Gilbert, P. (2019). Self-reassurance, not self-esteem, serves as a buffer between self-criticism and depressive symptoms. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 92(3), 394–406. <https://doi.org/10.1111/papt.12186>
- Steiger, A. E., Fend, H. A., & Allemand, M. (2015). Testing the vulnerability and scar models of self-esteem and depressive symptoms from adolescence to middle adulthood and across generations. *Developmental Psychology*, 51(2), 236–247. <https://doi.org/10.1037/a0038478>
- Vally, Z. (2019). Generalized problematic Internet use, depression, and explicit self-esteem: Evidence from the United Arab Emirates. *Neurology Psychiatry and Brain Research*, 33, 93–100. <https://doi.org/10.1016/j.npbr.2019.07.002>
- Wahid, S. S., Ottman, K., Hudhud, R., Gautam, K., Fisher, H. L., Kieling, C., ... Kohrt, B. A. (2021). Identifying risk factors and detection strategies for adolescent depression in diverse global settings: A Delphi consensus study. *Journal of Affective Disorders*, 279, 66–74. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.098>
- Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao, F., & Wang, P. (2019). Parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: Self-esteem and perceived social support as moderators. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(2), 427–437. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01185-x>
- Wang, X., Wang, W., Xie, X., Wang, P., Wang, Y., Nie, J., & Lei, L. (2018). Self-esteem and depression among Chinese adults: A moderated mediation model of relationship satisfaction and positive affect. *Personality and Individual Differences*, 135(59), 121–127. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.06.055>
- Wang, P., Wang, X., Wu, Y., Xie, X., Wang, X., Zhao, F., ... Lei, L. (2018). Social networking sites addiction and adolescent depression: A moderated mediation model of rumination and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 127(59), 162–167. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.008>
- Wegener, I., Geiser, F., Alfter, S., Mierke, J., Imbierowicz, K., Kleiman, A., ... Conrad, R. (2015). Changes of explicitly and implicitly measured self-esteem in the treatment of major depression: Evidence for implicit self-esteem compensation. *Comprehensive Psychiatry*, 58, 57–67. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.12.001>
- Weiten, W. (2013). *Psychology: Themes and variations* 9 ed. CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Wu, Y., Lei, P., Ye, R., Sunil, T. S., & Zhou, H. (2019). Prevalence and risk factors of depression in middle-aged and older adults in urban and rural areas in China: A cross-sectional study. *The Lancet*, 394, S53. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(19\)32389-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(19)32389-x)
- Xie, X., Tang, X., Rapp, H., Tong, D., & Wang, P. (2020). Does forgiveness alleviate depression after being phubbed for emerging adults? The mediating role of self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 109, 106362. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106362>