

Gangguan Bipolar pada Remaja
Bipolar Disorder in Adolescents

Gloria Natalie Lantu¹, Hestria Br Ginting², Syalomitha Pantow³, Giva Syaloom Sembor⁴, Herlina Sianly Ninda⁵, Stevi Becher Sengkey⁶, Mario Erick Wantah⁷
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Negeri Manado

Abstract (English)

Adolescence as a transitional age is an age that is sensitive to the experience of bipolar disorder. Not all teenagers are able to go through the changes that occur during the transition period well, some of them even start to experience various unpleasant events. Teenagers who are not prepared to face various life problems can be one of the factors that causes the potential risk of teenagers experiencing depression, even to the point of having bipolar disorder. This article aims to analyze how bipolar disorder can occur in adolescence and find out how to disseminate information about the problem of bipolar disorder in adolescents. The method in this research uses semiotics, descriptive research, a qualitative approach with library study methods. The results of this research explain the meaning of bipolar disorder, bipolar symptoms, age of bipolar sufferers, causes of bipolar disorder, how to diagnose bipolar disorder and treat bipolar disorder.

Abstrak (Indonesia)

Remaja sebagai usia transisi merupakan usia yang peka terhadap pengalaman gangguan bipolar. Tidak semua remaja mampu untuk melalui perubahan-perubahan yang terjadi pada masa transisi dengan baik, bahkan di antara mereka mulai mengalami berbagai peristiwa yang tidak menyenangkan. Remaja yang tidak memiliki kesiapan dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan potensi risiko remaja mengalami depresi, bahkan hingga ke tahap memiliki gangguan bipolar. Tulisan ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana gangguan bipolar dapat terjadi pada remaja dan mencari tahu bagaimana upaya dalam menyebarkan informasi mengenai permasalahan gangguan bipolar pada remaja. Metode penelitian ini adalah Literature Review atau tinjauan pustaka dan menggunakan penelitian deskriptif. Metode penelitian ini menggunakan desain literature review dengan jenis scooping review yang merupakan metode dengan cara mengidentifikasi literatur yang ada secara menyeluruh dan mendalam serta memiliki keterkaitan dengan topik yang akan diteliti. Data penelitian literature review merupakan data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, namun dari data penelitian sebelumnya. Hasil dari penelitian ini yaitu menjelaskan tentang pengertian gangguan bipolar, gejala bipolar, usia penderita bipolar, penyebab gangguan bipolar, cara mendiagnosis gangguan bipolar dan penanganan gangguan bipolar.

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa adalah kelainan kesehatan yang ditandai dengan gejala psikis atau perilaku yang disertai penderitaan nyata dan ditandai dengan tidak efisiennya akibat keadaan kelainan biologis, sosial, psikologis, genetik, fisik, dan kimia (Widianti, dkk., 2021). Contohnya seperti insomnia, kecemasan berlebihan, dan kesedihan yang berlebihan dan terus-menerus. Gangguan jiwa sama

saja dengan cacat atau penyakit fisik, namun berbeda dengan kegiaan atau penyakit gila. Gangguan jiwa ditandai dengan hilangnya ingatan, kurangnya kesadaran akan kenyataan, menertawakan diri sendiri, dan monolog (Adiwijaya, et.al., 2020).

American Psychology Association tahun 2000 (dalam Fitri, 2021) mendefinisikan gangguan bipolar sebagai gangguan yang disertai satu atau lebih

Article History

Submitted: 29 November 2024

Accepted: 7 Desember 2024

Published: 8 Desember 2024

Key Words

Adolesen, bipolar, depression, symptom, factor

Sejarah Artikel

Submitted: 29 November 2024

Accepted: 7 Desember 2024

Published: 8 Desember 2024

Kata Kunci

Remaja, bipolar, depresi, gejala, faktor



episode manik atau hipomanik, lalu digantikan dengan episode depresi mayor dengan jeda periode *mood* yang normal. Secara umum, gangguan bipolar didefinisikan sebagai gangguan perubahan *mood* yang drastis, di mana di dalamnya terdapat episode manik yang terjadi selama beberapa waktu kemudian diganti episode depresi.

Perubahan tingkah laku dari positif ke negatif, perubahan cara berpikir, yang awalnya logis menjadi tidak logis merupakan ciri-ciri gangguan jiwa. Perubahan komunikasi dari awalnya runtut menjadi gugup, dan perubahan fungsi dari kemampuan bersosialisasi yang awalnya baik, menjadi mengalami penurunan kemampuan bersosialisasi, mudah tersinggung, dan

Gangguan bipolar adalah penyakit mental kronis atau episodik, artinya penyakit tersebut ada kadang-kadang dengan interval yang tidak teratur. Hal ini menyebabkan perubahan yang tidak biasa, sering terjadi secara ekstrem dan fluktuasi yang berkaitan dengan suasana hati, energi, aktivitas dan fokus atau konsentrasi, atau dengan kata lain gangguan bipolar adalah kelainan yang ditandai dengan perubahan *mood*, aktivitas dan energi (Mintz, 2015).

Tidak semua orang tahu tentang gangguan bipolar. Penderita gangguan bipolar juga sering dianggap gila oleh masyarakat, sehingga menyebabkan mereka tidak mau berobat. Di beberapa kota di Indonesia, penderita juga mulai dilaporkan oleh orang-orang yang tidak mengerti akan gangguan bipolar. Penderita gangguan bipolar akhirnya menjadi lebih rentan terhadap kematian karena mengambil jalan pintas. Data dari *Bipolar Care* Indonesia (BCI) menunjukkan bahwa sebanyak 2% orang Indonesia mengalami gangguan *mood* atau gangguan bipolar. (Agustina, 2018)

Penderita gangguan bipolar ini tidak terbatas pada anak-anak ataupun

orang dewasa, melainkan juga terhadap remaja. Seorang profesor di Universitas Adelphi, Dr. Deborah Serani, PhD, menyatakan bahwa banyak hal, termasuk faktor biologi, sosial, dan lingkungan, dapat menyebabkan gangguan mental. Dr. Serani juga menyatakan bahwa masa remaja adalah masa di mana otak mengalami perubahan yang signifikan. Para peneliti juga berpendapat bahwa, meskipun sebagian besar otak tidak mengalami perubahan yang signifikan selama masa kanak-kanak, namun otak mengalami perubahan yang signifikan dari masa remaja hingga dewasa awal. (Albert, dkk 2019)

Dengan adanya jurnal ini diharapkan orang-orang semakin memahami lagi mengenai penyakit-penyakit mental, terlebih khusus lebih paham lagi bagaimana gangguan bipolar itu, bagaimana gejalanya, apa penyebabnya, dan bagaimana penanganannya. Agar dapat merangkul orang-orang yang memiliki gangguan bipolar, terutama gangguan bipolar pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Literature Review* atau tinjauan pustaka dan menggunakan penelitian deskriptif. Metode penelitian ini menggunakan desain *literature review* dengan jenis *scooping review* yang merupakan metode dengan cara mengidentifikasi literatur yang ada secara menyeluruh dan mendalam serta memiliki keterkaitan dengan topik yang akan diteliti. Data penelitian *literature review* merupakan data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, namun dari data penelitian sebelumnya. Sedangkan penelitian deskriptif merupakan salah satu jenis penelitian yakni penelitian untuk memahami fenomena mengenai apa yang dialami subyek penelitian secara menyeluruh dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-



kata serta bahasa, pada konteks khusus yang dialami serta dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah. (Moleong, 2018).

Penelitian ini juga menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan. Objek kajiannya adalah karya ilmiah (buku, artikel, jurnal) yang relevan dengan kajian gangguan bipolar pada masa remaja (Assingkily, 2021). Analisis penelitian yaitu dengan menganalisis referensi terkait tentang gangguan bipolar yang terjadi pada masa remaja. Melalui penelitian ini, akan diperoleh pengertian bipolar, gejala-gejala penyakit bipolar, usia rentan penderita penyakit bipolar, penyebab penyakit bipolar, dan penanganan penyakit bipolar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Bipolar

Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin “*adolescence*”, yang berarti tumbuh ke arah kematangan, yang mencakup kematangan fisik dan sosial. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Di Indonesia berdasarkan data sensus penduduk tahun 2020 jumlah remaja yaitu 46 juta jiwa (UNICEF dalam Mihrawaty dkk, 2023). Perubahan psikologis yang dialami remaja mencakup intelektual, emosi, dan kehidupan sosial. Perubahan-perubahan inilah yang membuat usia remaja rentan akan mengalami gangguan mental, apalagi gangguan bipolar.

Gangguan bipolar merupakan gangguan mental yang mempengaruhi keadaan psikologis seseorang dan ditandai dengan perubahan suasana hati yang sangat ekstrem berupa mania dan depresi. Penderita gangguan bipolar terkadang disebut sebagai *penyintas* karena mereka mengalami perubahan suasana hati ekstrem yang dapat menyebabkan morbiditas, yang dapat berdampak negatif dan mengganggu kehidupan sehari-hari. Perubahan suasana hati yang dialami oleh para *penyintas* gangguan bipolar sangat

berbeda dengan yang dialami oleh kebanyakan orang (Kurniawan dkk, 2019).

Bipolar Disorder merupakan kelainan pada otak yang menyebabkan pergantian *mood energy*, dan level aktivitas secara tidak normal. Bipolar memiliki dua versi, yaitu manik dan depresi. Gangguan ini bersifat episode yang cenderung berulang menunjukkan suasana perasaan atau *mood* dan tingkat aktivitas yang terganggu. Seseorang yang mengidap Bipolar Disorder biasanya sering merasa *euphoria* berlebihan (mania), fase mania yang tidak berlebihan (*hipomania*) dan mengalami depresi yang sangat berat. Manik dan depresi ini biasa berganti dalam hitungan jam, minggu maupun bulan. Ini semua tergantung masing-masing pengidap (Gunawan Basuki, 2018.).

Penelitian Kurniawan, Swendra, dan Yudani (2019) menemukan bahwa gangguan bipolar dapat lebih banyak diderita pada remaja berusia 17 hingga 23 tahun. Ini karena, menurut penelitian Maramis dkk (2017), remaja adalah usia yang paling sering mengalami gangguan bipolar.

Secara garis besar, orang dengan bipolar disorder mengalami tiga gejala utama yaitu episode mania, episode *hipomania*, dan episode depresi. Dari gejala ini, dapat dikategorikan dua jenis bipolar disorder, yaitu:

a. Tipe 1

Pada jenis bipolar ini, penderita biasanya mengalami fase mania yang diikuti oleh fase *hipomania* atau depresi yang berat. Dalam beberapa kasus, fase mania memungkinkan penderita mengalami fase psikosis, di mana mereka sudah tidak dapat lagi membedakan antara kehidupan nyata dan mimpi.

b. Tipe 2



Penderita bipolar jenis ini cenderung mengalami fase depresi sebelum fase hipomania, yang biasanya berlangsung paling lama empat hari. Penderita bipolar jenis ini tidak akan mengalami versi mania.

Data dari *National Comorbidity Survey Adolescent Supplement* (NCS-A) yang dikumpulkan dari kelompok remaja berusia 13-18 tahun menunjukkan bahwa 2,9% remaja mengalami gangguan bipolar, dan 2,6% di antaranya mengalami penurunan fungsi yang signifikan. (NCS-A, dalam Efri Widiati dkk, 2021). Selain itu, prevalensi gangguan bipolar lebih tinggi pada wanita (3,3%) dibandingkan remaja pria (2,6%). Banyak variabel yang menyebabkan seseorang yang menderita gangguan bipolar mengalami kondisi tersebut, ini termasuk faktor biologi serta faktor yang berasal dari lingkungan sekitar yang mempengaruhi kondisi individu tersebut (Smith, 2011). Namun, dalam kasus depresi unipolar, genetika lebih berperan. Menurut perspektif ini, apabila seorang anak lahir dari salah satu atau kedua orang tua yang menderita gangguan faktor bipolar, genetika dapat mempengaruhi kemungkinan anak tersebut mengalami gangguan yang sama.

Faktor lingkungan, seperti keluarga, dapat menjadi salah satu faktor paling signifikan dalam mempengaruhi kondisi individu dengan gangguan bipolar. Cara anggota keluarga mengungkapkan atau mengungkapkan emosi mereka terhadap anggota keluarga yang menderita gangguan bipolar adalah salah satu faktor interaksi yang dapat meningkatkan kekambuhan pada individu dengan gangguan bipolar. (Efri Widiati dkk, 2021).

Gejala Penderita Gangguan Bipolar pada Remaja

Menurut DSM V (dalam Indah Rizki Ramadani dkk, 2024) terdapat

beberapa gejala gangguan bipolar antara lain:

1. Adanya suasana *mood*/perasaan abnormal yang meningkat, ekspansif dan *iritabel* serta adanya peningkatan aktivitas bertujuan atau energi yang abnormal dan persisten, paling sedikit sudah dialami selama 4 hari berturut-turut dan terjadi sepanjang hari.
2. Terjadi perubahan perilaku dari biasanya. Meliputi tiga (atau lebih) dari gejala yang mengikuti. Terdapat beberapa derajat yang berbeda dan menunjukkan perubahan perilaku.
 - a. Harga diri yang meningkat atau kebesaran.
 - b. Pengurangan kebutuhan tidur.
 - c. Lebih banyak berbicara dari biasanya atau adanya dorongan untuk berbicara.
 - d. *Flight of ideas* (Lompatan gagasan) atau individu secara subjektif merasakan percepatan pikiran.
 - e. *Distraktibilitas*.
 - f. Peningkatan dalam aktivitas bertujuan.
 - g. Keterlibatan berlebih pada aktivitas yang berisiko tinggi menyakiti.
3. Episode ini dihubungkan dengan perubahan yang jelas pada fungsi yang tidak karakteristik dari individu ketika sedang tidak mengalami gejala.
4. Gangguan *mood* dan fungsi dapat dilihat oleh orang lain.
5. Episode ini tidak cukup berat dan mengganggu fungsi sosial atau pekerjaan, sehingga tidak membutuhkan perawatan rumah sakit.
6. Episode ini tidak berkaitan dengan efek psikologi dari substansi tertentu seperti penyalahgunaan obat atau hal lainnya.

Tanda-tanda datangnya suatu penyakit bipolar pada masa remaja, gejala yang sering kali berlangsung selama beberapa hari atau minggu, gejala terjadi setiap hari dan berlangsung hampir sepanjang hari (Zahra & KJ, 2022). Gejala Bipolar pada remaja yaitu:



1. Menunjukkan kebahagiaan atau kekonyolan yang intens untuk jangka waktu yang lama.
2. Memiliki sifat mudah marah atau tampak sangat mudah tersinggung.
3. Berbicara dengan cepat tentang banyak hal yang berbeda.
4. Susah tidur tapi tidak merasa lelah.
5. Mengalami kesulitan untuk tetap fokus dan mengalami pikiran yang berpacu.
6. Tampak terlalu tertarik atau terlibat dalam aktivitas yang menyenangkan namun berisiko.
7. Melakukan hal-hal yang berisiko atau sembrono yang menunjukkan penilaian buruk.
8. Memiliki rasa kemampuan, pengetahuan, dan kekuasaan yang meningkat.
9. Merasakan kesedihan yang sering dan tidak beralasan.
10. Menunjukkan peningkatan sifat lekas marah, marah, atau permusuhan.
11. Banyak mengeluh tentang sakit fisik, seperti sakit perut dan sakit kepala.
12. Mulailah tidur lebih banyak.
13. Mengalami kesulitan berkonsentrasi.
14. Sering merasa putus asa dan tidak berharga.
15. Mengalami kesulitan berkomunikasi atau mempertahankan hubungan.
16. Makan terlalu banyak atau terlalu sedikit.
17. Memiliki energi yang rendah dan tidak tertarik pada aktivitas yang biasanya mereka sukai.

Usia Rentan Penderita Bipolar

Umur orang yang menderita gangguan bipolar sangat beragam. Orang yang paling rentan terkena gangguan bipolar adalah dari masa kanak-kanak hingga usia 50 tahun, dengan rata-rata usia sekitar 21 tahun. Sebagian besar kasus besar muncul antara usia 15 dan 19 tahun, dan kelompok usia berikutnya adalah 20 hingga 24 tahun. Analisis multivariat menemukan bahwa beberapa pasien yang didiagnosis dengan depresi berat berulang kali mengalami gangguan bipolar dan

episode pertama mania pada usia lima puluh tahun. Analisis ini juga menemukan bahwa perilaku anti sosial di masa kanak-kanak memiliki korelasi yang signifikan dengan episode pertama mania dan gangguan bipolar (Ramadhan & Syahrudin, 2019).

Pada usia 16 hingga 25 tahun, wanita lebih rentan mengalami gangguan bipolar saat dewasa. Secara global, gangguan bipolar dianggap sebagai penyebab kecacatan nomor keenam belas (Ferrari dkk, 2016). Beban ini lebih parah pada remaja dan dewasa muda. Ini merupakan penyebab kecacatan nomor enam pada orang-orang berusia 10 hingga 24 tahun (Gore dkk, 2011).

Penyebab Penyakit Bipolar

Prevalensi dari gangguan bipolar secara global di seluruh Amerika, Eropa, Asia, Timur Tengah dan Selandian Baru menunjukkan angka 2,4% dari total populasi (Merikangas dkk, 2011). Menurut Jaya dkk (2013) penyebab dari gangguan bipolar antara lain adalah:

1. Faktor Genetik

Hampir setengah dari individu yang menderita gangguan bipolar memiliki anggota keluarga yang juga menderita gangguan *mood* seperti depresi. Sekitar 80% penyebab gangguan bipolar berasal dari faktor genetik. Ketika satu anggota keluarga mengalami gangguan bipolar, kemungkinan anak berikutnya mengalami kondisi yang sama adalah 10%, dan kemungkinan kedua orang tua mengalami kondisi tersebut adalah 40%.

2. Faktor Neurokimia

Pada otak, terdapat 3 zat kimia yang sangat penting, antara lain adalah *norepinefrin*, serotonin dan *dopamin*. Ketidakseimbangan biokimia di otak yang menyebabkan seseorang rentang terhadap gangguan *mood* seperti gangguan bipolar.



3. Faktor Lingkungan

Peristiwa tertentu dalam kehidupan seseorang dapat memicu gangguan suasana hati dengan predisposisi genetik hingga gangguan bipolar. Pola hidup yang tidak sehat, seperti protokol obat-obatan atau masalah hormonal, juga dapat memicu gangguan bipolar tanpa faktor genetik yang jelas. Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti kemudian tertarik untuk memahami dan mempelajari dinamika kepribadian orang yang menderita gangguan bipolar. Mereka juga berharap dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan gangguan bipolar pada subjek penelitian.

4. Struktur dan fungsi otak.

Penelitian menunjukkan bahwa orang dengan gangguan bipolar menunjukkan perubahan halus namun signifikan dalam struktur dan fungsi otak. Perubahan ini mungkin terjadi sejak lahir atau berkembang seiring berjalannya waktu dan diyakini berkontribusi terhadap perkembangan gangguan bipolar (Wedhanti, 2022)

Penanganan Gangguan Bipolar

Menurut Indah Rizki Ramadani, A. N. (2024) perawatan untuk remaja dengan gangguan bipolar biasanya melibatkan kombinasi pengobatan dan terapi yang umumnya sebagai berikut.

1. Obat-obatan.

Antidepresan, penstabil suasana hati, antipsikotik, atau obat anti kecemasan adalah beberapa jenis obat yang dapat digunakan oleh remaja. Namun, sebagian dari mereka yang mengonsumsi antidepresan cenderung dapat mengalami peningkatan risiko atau pikiran untuk bunuh diri. Jika demikian, cobalah untuk berbicara dengan mereka dan memahami apa yang mereka rasakan.

2. Terapi.

Terapi dapat menjadi bagian penting dari pengobatan gangguan bipolar karena remaja dengan gangguan bipolar dapat belajar mengelola pengobatannya, minum obat-obatannya, membangun kebiasaan sehat, dan mengelola risiko merujuk zat dan perilaku lainnya. Terapi juga dapat membantu menghilangkan pikiran negatif, meningkatkan rasa percaya diri, merasa didengarkan, dan memberikan tempat yang aman untuk menyuarakan pendapat mereka.

3. Menjaga dan memahami suasana hati mereka.

Dengan mencari tahu bagaimana perasaan dan suasana hati mereka dapat membantu remaja dengan gangguan bipolar untuk mendapatkan perawatan yang tepat.

4. Hadapi dengan sabar tapi tetap beri perhatian.

Remaja dengan penyakit bipolar bisa merasa depresi dan super aktif, sehingga dapat menguji kesabaran dalam menghadapinya. Kuncinya, jangan pernah menyerah dan selalu pastikan ia merasa nyaman dan aman.

5. Bantu mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari.

Remaja dengan gangguan bipolar cenderung sulit melakukan rutinitas harian dengan normal dan kerap kali melakukan tindakan yang berbahaya. Untuk itu, mereka perlu bantuan dalam beberapa hal, antara lain sebagai berikut:

- (a) Mengatur jadwal berobat rutin, minum obat, atau menemani mereka terapi;
- (b) Membuat jadwal harian, seperti makan, tidur, mandi, olahraga, dan aktivitas lainnya;
- (c) Bantu mempersiapkan kebutuhan mereka.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa gangguan bipolar



adalah gangguan mental yang ditandai dengan perubahan drastis pada suasana hati. Gangguan bipolar membuat penderitanya mengalami perubahan emosi yang drastis, dari mania (sangat senang) menjadi *depresif* (sangat terpuruk), atau pun sebaliknya.) Beberapa gejala yang ditimbulkan oleh remaja yang memiliki gangguan bipolar, yaitu: Menunjukkan kebahagiaan atau kekonyolan yang intens untuk jangka waktu yang lama, memiliki sifat mudah marah atau tampak sangat mudah tersinggung, berbicara dengan cepat tentang banyak hal yang berbeda, susah tidur tapi tidak merasa lelah, mengalami kesulitan untuk tetap fokus dan mengalami pikiran yang berpacu.

Usia penderita gangguan bipolar sangat bervariasi. Usia di mana orang paling mungkin terkena gangguan bipolar adalah dari masa kanak-kanak hingga usia 50 tahun, dengan rata-rata usia sekitar 21 tahun. Sebagian besar kasus penderita bipolar dimulai antara usia 15 dan 19 tahun, yaitu pada saat remaja. Penyebab gangguan ini belum diketahui secara pasti, namun faktor genetik, lingkungan, gaya hidup, dan perubahan halus namun signifikan dalam struktur dan fungsi otak dapat meningkatkan risikonya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiwijaya, F. M., Wicandra, O. B., & Asthararianty, A. (2020). "Perancangan Ilustrasi tentang Edukasi Gejala Gangguan Bipolar Bagi Remaja di Surabaya" *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(16). <http://publication.petra.ac.id/index.php/dkv/article/view/10154>.
- Agustina, A. (2018, April 2). BCI Sebut ada 2 Persen Masyarakat Indonesia Mengidap Gangguan Bipolar. *Merdeka*. Retrieved November 5, 2018, from: <https://bandung.merdeka.com/halo-bandung/bci-sebut-ada-2-persen->
- [masyarakat-indonesia-mengidap-gangguan-bipolar-1804026.html](https://www.masyarakat-indonesia-mengidap-gangguan-bipolar-1804026.html)
- Albert Surya Kurniawan, C. G. (2019). PERANCANGAN FILM PENDEK TENTANG PERLAKUAN TERHADAP BIPOLAR DISORDER DI SURABAYA BAGI REMAJA USIA 17 –23 TAHUN. *Jurnal DKV Adiwarna*.
- Anggraini, D., Fitriana, D., Syaharani, F., Thohiroh, N. S., & Simar, S. (2022). "Literature Review: Pengaruh Dialectical Behavior Therapy untuk Mengatasi Gangguan Abnormal pada Remaja" *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(5). <https://www.jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/7254>.
- Assingkily, M. S. (2021). Metode Penelitian Pendidikan: Panduan Menulis Artikel Ilmiah dan Tugas Akhir. Yogyakarta: K-Media.
- Dianovinina, K. (2018). "Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya" *Jurnal Psikogenesis*, 6(1). <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/Jurnal-OnlinePsikogenesis/article/view/634>.
- Efri Widiyanti, A. N. (2021). INTERVENSI PADA REMAJA DENGAN GANGGUAN BIPOLAR: KAJIAN LITERATUR. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, Hal 79-94.
- Ferrari, A. J., Stockings, E., Khoo, J. P., Erskine, H. E., Degenhardt, L., Vos, T., & Whiteford, H. A. (2016). "The Prevalence and Burden of Bipolar Disorder: Findings from the Global Burden of Disease Study 2013" *Bipolar*



- Disord, 18(5).
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/bdi.12423>.
- Fitri, N. R. (2021, November 29). Melawan Kecemasan Bipolar di Tengah Pandemi. Diambil kembali dari kumparan.com: <https://kumparan.com/novika-1637738832483315804/melawan-kecemasan-bipolar-di-tengah-pandemi-1x0Tb0NVKiN/1>
- Gore, F. M., Bloem, P. J., Patton, G. C., Ferguson, J., Joseph, V., Coffey, C., Sawyer, S. M., & Mathers, C. D. (2011). “Global Burden of Disease in Young People Aged 10–24 Years: A Systematic Analysis” *The Lancet*, 377(1). [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(11\)60512-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(11)60512-6/fulltext). Jaya, Y., et.al. (2013). “Bipolar Disorder in Adult” *International Research Journal of Pharmacy*. <http://repository.ubaya.ac.id/42343/>.
- Gunawan Basuki, M. (n.d.). Depresi Bipolargejala Bipolar dapat Mengganggu. Puri Prima Harapan. Retrieved November 5, 2018, from: <http://www.primaharapan.com/depresi-bipolar-gejala-bipolar-dapat-mengganggu/>
- Ida Aju Kusuma Wardani, N. N. (2023). GANGGUAN TIDUR PADA PENDERITA GANGGUAN AFEKTIF BIPOLAR. *JURNAL HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN*, 177-183.
- Indah Rizki Ramadani, A. N. (2024). Gangguan Bipolar pada Remaja: Studi Literatur. *Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1 1219-1227.
- Wedanthi, P. H. (2022). Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Bipolar Disorder. 2578-2582.
- Kurniawan, A. S., Swendra, C. G. R., & Yudani, H. D. (2019). “Perancangan Film Pendek tentang Perlakuan Terhadap Bipolar Disorder di Surabaya Bagi Remaja Usia 17-23 Tahun” *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(14). <http://publication.petra.ac.id/index.php/dkv/article/view/8675>.
- Lexy J. Moleong, M. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Maramis, M. M., Karimah, A., Yulianti, E., Bessing, Y. F., & Wediodiningrat, R. (2017). Screening of Bipolar Disorders and Characteristics of Symptoms in Various Populations in Surabaya, Indonesia. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 32(2), 90–98. <https://doi.org/10.24123/aipj.v32i2.587>.
- Merikangas, K. R., Jin, R., He, J. P., Kessler, R. C., Lee, S., Sampson, N. A., ... & Zarkov, Z. (2011). “Prevalence and Correlates of Bipolar Spectrum Disorder in the World Mental Health Survey Initiative” *Archives of General Psychiatry*, 68(3). <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/article-abstract/211192>.
- Mihrawaty S. Antu, R. F. (2023). HUBUNGAN KEKERASAN VERBAL (VERBAL ABUSE) ORANG TUA DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA. *Jurnal Ners*, 425-433.
- Mintz, D. (2015). “Bipolar Disorder: Overview, Diagnostic Evaluation and Treatment” MD and the Austen Riggs Center.



- https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Mintz%2C+D.+%282015%29.+Bipolar+Disorder%3A+Overview%2C+Diagnostic+Evaluation+and+Treatment.&btnG=
- Nevid, S. F., Rathus, A. S., & Greene, B. (2003). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Ramadhan, F., & Syahrudin, A. (2019). “Gambaran Coping Stress pada Individu Bipolar Dewasa Awal” *Jurnal Psikologi SKISO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*, 1(1). <https://jurnal.uit.ac.id/JPS/article/view/160>.
- Sarumi, R., & Narmi, N. (2022). “Penyuluhan Kesehatan Terkait Kesehatan Mental pada Remaja” *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 3(02). <https://stikeskskendari-ejournal.id/K2JCE/article/view/954>.
- Syafarilla, I. (2023). POLA ASUH KELUARGA TERHADAP RISIKO GANGGUAN BIPOLAR PADA REMAJA. *Indonesian Journal of Health Development*, 80-89.
- Wedhanti, P. H. (2022). “Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Bipolar Disorder” *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1). <http://repository.ubaya.ac.id/42343/>.
- Wenny, B. P. (2023). *Gangguan Bipolar Jawa Tengah: Eureka Media Aksara*.
- Widianti, E., Afriyanti, A., Saraswati, N. P. S. D., Utami, A., Nursyamsiah, L., Ningrum, V. C., ... & Ustami, L. (2021). “Intervensi pada Remaja dengan Gangguan Bipolar: Kajian Literatur” *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1). <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkj/article/view/6726>. Zahra, Z., & KJ, S. (2022). “Penggolongan Gangguan Jiwa di Indonesia” *Ilmu Keperawatan Jiwa dan Komunitas*, 19(1). <http://repository.widyagamahusada.ac.id/id/eprint/771/1/3.%20Buku%20Digital%20-%20ILMU%20KEPERAWATAN%20JIWA%20DAN%20KOMUNITAS.pdf#page=30>.
- Zahra, Z., & KJ, S. (2022). “Penggolongan Gangguan Jiwa di Indonesia” *Ilmu Keperawatan Jiwa dan Komunitas*, 19(1). <http://repository.widyagamahusada.ac.id/id/eprint/771/1/3.%20Buku%20Digital%20-%20ILMU%20KEPERAWATAN%20JIWA%20DAN%20KOMUNITAS.pdf#page=30>.
- Zunaidi, M., & Syahputra, T. (2022). “Penerapan Certainty Factor untuk Mendiagnosa Penyakit Gangguan Bipolar pada Remaja” *Jurnal Cyber Tech*, 1(4). <https://ojs.trigunadharma.ac.id/index.php/jct/article/view/1903>