Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMK Negeri 1 Kanor

Titik Nurhayati[1]
ISTeK Insan Cendekia Husada Bojonegoro
Email : titiknurhayati002@gmail.com

Errix Kristian J[2]
ISTeK Insan Cendekia Husada
Bojonegoro
Email : Kristian.errix@gmail.com

Yuzita Nurfitriani[3]
ISTeK Insan Cendekia Husada
Bojonegoro
Email : yuzita.nur72@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi antara kanak-kanak dan dewasa yang mana akan mengalami perkembangan fisik, kognitif, maupun psikososial yang cepat. Hal ini dapat mempengaruhi mereka berpikir, membuat keputusan, dan berinterkasi dengan lingkungan di sekitarnya. Sehingga masalah kesehatan mental paling banyak dialami oleh remaja. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah pola asuh orang tua. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor.

Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendengkatan *cross sectional*. Populasi terdiri dari kelas X di SMK Negeri 1 Kanor berjumlah 234 siswa. Sampel pada penelitian ini diambil dengan cara *simple random sampling* 47 responden. Analisa data menggunakan uji *Chi-Square.*

Data dianalisis dengan uji *chi-square.* Hasil penelitian berdasarkan uji *chi-square* didapatkan *ρ-value* 0,031 yang mana ρ value < α 0,05. Artinya ada hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor. Dan diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan kemungkinan terjadi secara kebetulan relatif rendah, yaitu > 5%. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah semakin baik pola asuh orang tua, maka semakin baik juga kesehatan mental pada remaja, begitu sebaliknya.

Kata Kunci : Pola Asuh Orang Tua, Kesehatan Mental, Remaja

0

ABSTRACT

Adolescence is a transition period between children and adults which will experience rapid physical, cognitive, and psychosocial development. This can affect them to think, make decisions, and interact with the environment around them. So that mental health problems are most experienced by teenagers. One of the factors that can affect the mental health of adolescents is parental parenting. The purpose of this study is to determine the relationship between parental parenting and mental health in adolescents at SMK Negeri 1 Kanor.

The design of this study uses a quantitative method with cross sectional increment. The population consists of class X at SMK Negeri 1 Kanor totaling 234 students. The sample in this study was taken by simple random sampling of 47 respondents.

Data analysis using the Chi-Square test. The data were analyzed by chi-square test. The results of the study based on the chi-square test obtained a ρ-value of 0.031 where the ρ value < α 0.05. This means that there is a relationship between parenting and mental health in adolescents at SMK Negeri 1 Kanor. And it is interpreted that there is a significant relationship with the probability of coincidence being relatively low, which is > 5%. The conclusion in this study is that the better the parenting style of parents, the better the mental health of adolescents, and vice versa.

Keywords : *Parenting Pattern, Mental Health, Adolescents*

PENDAHULUAN

Menurut *Who Health Organization* (WHO) masa remaja merupakan tahap antara masa kanak-kanak dan dewasa dengan rentang usia 10 hingga 19 tahun yang mana remaja akan mengalami perkembangan fisik, kognitif, maupun psikososial yang cepat. Hal tersebut mempengaruhi remaja bagaimana mereka berpikir, membuat keputusan, dan berinteraksi dengan dunia di sekitarnya (Reza et al., 2022). Ketika remaja gagal atau tidak mampu bertahan menghadapi tantangan tersebut, maka konsekuensinya remaja akan merasa tertekan oleh tanggapan orang lain tentang dirinya, selalu tidak percaya diri, sehingga cenderung bertanya- tanya tentang penilaian orang lain. Ketika mereka bergantung pada penilaian orang lain, maka akan muncul konflik-konflik baru yang akan membuat remaja mulai mengalami stres, depresi, kecemasan, dan sebagainya (Iskandar et al., 2023). Oleh karena itu, masalah kesehatan mental paling banyak dialami oleh remaja karena pada masa remaja terjadi banyak perubahan yang terjadi dalam diri dan penyesuaian yang terjadi secara psikologis, emosional, serta finansial (Melisza et al., 2021).

Menurut Riset Indonesia–National Adolescent Mental Health Survey, prevalensi terbanyak yang menjadi faktor masalah mental pada remaja di Indonesia yaitu faktor keluarga, disusul teman sebaya, sekolah atau pekerjaan, dan distress personal (I-NAMHS, 2022). Remaja dengan segala permasalahannya, kesehatan mental hampir menjadi masalah diberbagai negara. Generasi Z yang lahir antara tahun 1997- 2012 merupakan mayoritas penduduk indonesia berdasarkan data sensus BPS tahun 2020 yang mana keterbukaan mereka terhadap teknologi dan internet memberikan kemudahan akses informasi yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental. Masalah kesehatan mental yang paling banyak dialami generasi Z adalah stress, gangguan kecemasan, depresi, hingga masalah fisik yang berdampak pada kesehatan mental remaja (Abdulah et al., 2024). Hal yang memprihatinkan adalah bahwa kematian selalu menjadi tolak ukur depresi, penggunaan obat-obatan terlarang, gangguan

bipolar, gangguan makan, sering diabaikan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja diantaranya pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, pengaruh teman sebaya, rasa syukur, dan jenis kelamin (Rahmawaty et al., 2021).

Prevalensi global tentang masalah kesehatan mental pada usia 10 hingga 19 tahun mengalami peningkatan sebesar 16%, yang mana pada umur tersebut mereka paling rentan mengalami masalah kesehatan mental (WHO, 2021). Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi masalah kesehatan mental di Indonesia mencapai lebih dari 19 juta penduduk usia 15 tahun ke atas mengalami masalah mental emosional dan lebih dari 12 juta penduduk berusia 15 tahun ke atas mengalami depresi. Di Provinsi Jawa Timur prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia 15–24 tahun sebesar 7,32% sebanyak 14.934 jiwa (Riskesdas, 2018). Di Bojonegoro prevalensi gangguan mental emosional sebesar 5,36% penduduk berusia ≥15 tahun penduduk. Di Kanor tahun 2022 kasus orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) berat sebesar 151 penduduk berusia 15 tahun ke atas dan mengalami kenaikan menjadi 160 penduduk berusia ≥15 tahun orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) berat pada tahun 2023 (Dinkes Bojonegoro, 2023). Sehingga dengan demikian, tempat yang digunakan untuk dijadikan sampel memiliki risiko tinggi mengalami masalah kesehatan mental.

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan di SMK Negeri 1 Kanor pada hari Kamis, 28 November 2024 mengenai kesehatan mental kepada 10 siswa yang terdiri dari 7 orang perempuan dan 3 orang laki-laki. Saat melakukan wawancara, beberapa dari siswa mengatakan terkadang atau sering merasa sedih, cemas, overthinking, suka menyendiri, tertekan, dan merasa kesepian/sendiri karena orang tua terlalu melarang mereka untuk sekedar bermain bersama teman mereka, bahkan merasa tidak berguna. Sedangkan untuk hasil studi pendahuluan mengenai pola asuh orang tua, 4 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh orang tua yang terlalu mengekang mereka untuk melakukan sesuatu dan melarang bermain dengan temannya, orang tua marah karena melakukan kesalahan tanpa bertanya apa penyebabnya. 2 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh yang membebaskan mereka melakukan sesuatu sesuai keinginan tanpa peduli yang mereka lakukan itu salah atau benar. Sedangkan 4 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh yang membebaskan mereka melakukan sesuatu tetapi ketika mereka melakukan kesalahan, orang tua akan menegur dan memberikan nasehat.

Kesehatan mental merupakan kesejahteraan psikologis yang memungkinkan seseorang dapat menghadapi tantangan hidup, menyadari kemampuan mereka, belajar dan bekerja dengan baik, serta dapat memberikan kontribusi di komunitasnya (Maula et al., 2023). Sedangkan gangguan kesehatan dapat menyebabkan masalah dalah kehidupan sehari- hari, tidak hanya dapat merusak hubungan dengan orang lain, tetapi juga dapat menurunkan prestasi di sekolah pada anak (Iskandar et al., 2023). Berbagai faktor dapat mempengaruhi kesehatan mental pada remaja, diantaranya yaitu karena tingginya tekanan dalam proses adaptasi, rasa ingin diterima oleh lingkungannya, keinginan untuk mandiri, dan meningkatnya kebutuhan terhadap akses teknologi, serta kebutuhan lainnya. Hal tersebut akan memicu terjadinya masalah emosional pada remaja (Aziz et al., 2021). Lingkungan keluarga, teman sebaya, sekolah, sosial, serta media sosial menjadi kunci pendorong prevalensi gangguan kesehatan jiwa pada remaja. Lingkungan dasar tempat anak menciptakan kepribadiannya dimulai dari rumah. Pengasuhan orang tua termasuk dalam lingkungan keluarga (Haniyah et al., 2022).

Pola asuh merupakan proses mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan, serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma dalam masyarakat. Pola asuh orang tua sangat mempengaruhi anak berperilaku dan membentuk kepribadian anak secara keseluruhan (Devita, 2020). Pola asuh orang tua mencakup pembatasan, larangan, dan interogasi secara terus-menerus kepada anak- anak mereka tentang segala sesuatu yang mereka lakukan akan berdampak negatif pada perilaku remaja karena mereka memiliki keinginan yang besar untuk mencoba melarikan diri dari masalah yang mereka hadapi dengan melarikan diri dari

0

rumah dan menentang keinginan orang tua mereka (Ningrum et al., 2023). Dukungan keluarga dan guru di sekolah menjadi faktor pendukung penting yang sangat dibutuhkan agar mampu menumbuhkan rasa penerimaan diri dalam menghadapi gejolak dan tantangan kehidupan dalam kesehatan mental pada remaja (Irnanda & Hamidah, 2021).

Pola asuh orang tua dibagi menjadi tiga, yaitu pola asuh otoriter, permisif, dan demokratis. Pola asuh otoriter merupakan tipe pola asuh orang tua yang memaksakan kehendak pada anaknya. Pola asuh permisif biasanya tidak membimbing anak ke perilaku yang disetujui secara sosial dan tidak mendapatkan hukuman. Sedangkan pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang selalu mendahulukan kepentingan bersama di atas kepentingan individu anak (Ningrum et al., 2023). Pola asuh dan lingkungan keluarga dapat menjadi masalah utama dalam kesehatan mental remaja, yang mana ketidakmampuan orang tua mengendalikan emosi juga dapat berpengaruh terhadap ketidakmampuan remaja mengenali emosinya sehingga tingkat stress pada remaja menjadi lebih tinggi dan pola asuh yang diterapkan orang tua saat merawat anaknya dalam kehidupan sehari-hari juga dapat mempengaruhi bagaimana perilaku anak terbentuk (Utami & Raharjo, 2021).

Adanya hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri, dkk tahun 2019 di Kota Padang Panjang yang menunjukkan bahwa sebagian besar pola asuh orang tua yang diterapkan adalah pola asuh otoriter dan permisif dengan kategori borderline dalam kesehatan mental, yang mana berdampak terhadap risiko masalah kesehatan mental terutama gejala emosional, conduct problem, hiperaktivitas, dan masalah dengan teman sebaya. Penelitian oleh Resty Noer Syafitri (2024) mengatakan bahwa responden dengan pola asuh orang tua otoriter memiliki kesehatan mental yang kurang baik, responden dengan pola asuh demokratis memiliki kesehatan mental yang baik, dan responden dengan pola asuh demokratis juga memiliki kesehatan mental yang sangat baik sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMA Negeri 2 Lubung Basung.

Mengingat pentingnya kesehatan mental bukan hanya menjadi tantangan kesehatan global, tetapi juga menekankan pentingnya pola asuh orang tua yang diterapkan dalam merawat anak-anaknya sebagai pondasi dalam pembentukan karakter terutama bagi kesehatan mental remaja yang nantinya menuju proses tumbuh kembang selanjutnya dan hasil penelitian sebelumnya, maka dari pemaparan uraian di atas dan beberapa fenomena yang peneliti ketahui, perlu adanya penelitian dan kajian lebih dalam untuk mengetahui dan menganalisis pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul "Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMK Negeri 1 Kanor. Dengan penelitian ini diharapkan dapat mengantisipasi dampak negatif dari kondisi kesehatan mental yang tidak sehat pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di SMK Negeri 1 Kanor berjumlah 234 siswa. Peneli mengambil 25% dari jumlah populasi sehingga jumlah sampel 47 responden,

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik Simple Random Sampling di mana pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi. Pengambilan sampel pada penelitian ini dibagi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

1) Siswa yang masuk sekolah saat penelitian.
2) Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan.

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

1) Siswa yang menolak menjadi responden.

0

HASIL PENELITIAN

Tabel 5. 1 Hasil Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi Usia pada Remaja SMK Negeri 1 Kanor

No.	Usia (tahun)	F	%
1	15	32	68.1%
2	16	14	29.8%
3	17	1	2.1%
	Total	47	100%

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan hasil bahwa lebih dari sebagian responden berada pada usia 15 tahun sejumlah 32 responden (68.1%), kurang dari sebagian responden berusia 16 tahun sejumlah 14 responden (29.8%), dan kurang dari sebagian responden berusia 17 tahun sejumlah 1 responden (2.1%).

Tabel 5. 2 Hasil Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi Jenis Kelamin pada Remaja SMK Negeri 1 Kanor

No.	Jenis Kelamin	F	%
1	Laki-laki	17	36.2%
2	Perempuan	30	63.8%
	Total	47	100%

Berdasarkan tabel 5.2 didapatkan hasil bahwa lebih dari sebagian responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 30 responden (63.8%) dan kurang dari sebagian responden berjenis kelamin laki-laki sejumlah 17 responden (36.2%).

Tabel 5. 3 Hasil Distribusi Frekuensi Pola Asuh Orang Tua pada Remaja di SMK Negeri 1 Kanor

No.	Pola Asuh Orang Tua	F	%
1	Demokratis	15	31.9%
2	Otoriter	16	34.0%
3	Permisif	16	34.0%
	Total	47	100%

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan hasil bahwa kurang dari sebagian responden memiliki jenis pola asuh demokratis sejumlah 15 responden (31.9%), memiliki jenis pola asuh otoriter sejumlah 16 responden (34.0%), dan memiliki jenis pola asuh permisif sejumlah 16 responden (34.0%).

Tabel 5. 4 Hasil Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental pada Remaja di SMK Negeri 1 Kanor

No.	Kesehatan Mental	F	%
1	Kurang Baik	15	31.9%
2	Baik	16	34.0%
3	Sangat Baik	16	34.0%
	Total	47	100%

Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan hasil bahwa kurang dari sebagian responden memiliki kesehatan mental dengan kategori kurang baik sejumlah 15 responden (31.9%), memiliki kesehatan mental dengan kategori baik sejumlah 16 responden (34.0%), dan kesehatan mental dengan kategori sangat baik sejumlah 16 responden (34.0%).

Tabel 5. 5 Hasil Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMK Negeri 1 Kanor

Pola Asuh Orang Tua	Kesehatan Mental						Total		P Value
	Kurang Baik		Baik		Sangat Baik				
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Demokratis	0	0%	8	53.3%	7	46,7 %	15	100 %	
Otoriter	7	43.8 %	4	25.0%	5	31.2 %	16	100 %	0,031
Permisif	8	50.0 %	4	25.0%	4	25.0 %	16	100 %	
Total	15	31.9 %	16	34.0%	16	34.0 %	47	100 %	

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa dari 47 responden hasil tabulasi silang hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental didapatkan bahwa tidak ada responden yang memiliki jenis pola asuh demokratis dengan kesehatan mental kurang baik (0%), dengan kesehatan mental baik sejumlah 8 responden (53.3%), dan dengan kesehatan mental sangat baik sejumlah 7 responden (46.7%). Responden yang memiliki jenis pola asuh otoriter dengan kesehatan mental kurang baik

0

sejumlah 7 responden (43.8%), dengan kesehatan mental baik sejumlah 4 responden (25.0%), dan dengan kesehatan mental sangat baik sejumlah 5 responden (31.2%). Responden yang memiliki jenis pola asuh permisif dengan kesehatan mental kurang baik sejumlah 8 responden (50.0%), dengan kesehatan mental baik sejumlah 4 responden (25.0%), dan dengan kesehatan mental sangat baik sejumlah 4 responden (25.0%).

Hasil uji statistik Chi-square dengan program SPSS versi 16.0 diperoleh hasil uji dengan nilai signifikasi p-value 0,031 < α (0,05), artinya nilai p-value dalam penelitian ini lebih kecil dari α (0,05) atau dibawah 0,05 maka H1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor.

PEMBAHASAN

Pola asuh merupakan cara orang tua memberikan peraturan kepada anak, memberikan hadiah atau hukuman, menunjukkan otoritas dan menunjukkan perhatian, serta tanggapan terhadap keinginan anak (Subagia, 2021). Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya pola asuh yang diterima orang tua waktu masih anak-anak, pendidikan orang tua, kelas sosial, pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak, dan jenis kelamin. Pola asuh memiliki peranan yang sangat penting bagi perkembangan mental emosional anak (Devita, 2020).

Pola asuh dibagi menjadi tiga, yaitu pola asuh otoriter (authoritarian), pola asuh demokratis (authoritative), dan pola asuh permisif (permissive) (Subagia, 2021). Orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter cenderung memaksa kehendak anak, mengontrol tingkah laku anak secara ketat, memberi hukuman fisik jika anak bertindak tidak sesuai keinginan orang tua.

Orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis cenderung mendorong anak untuk mandiri tetapi tetap dalam batasan dan kontrol, bersikap hangat, dapat menerima alasan dari semua tindakan anak, orang tua melibatkan anak dalam mengatur kehidupan anak, menetapkan peraturan-peraturan, dan dalam mengambil keputusan. Sedangkan orang tua yang menerapkan pola asuh permisif biasanya orang tua bersikap longgar atau tidak banyak mengatur, tidak terlalu membimbing dan mengontrol, bahkan perhatian orang tua terkesan kurang (Sari et al., 2020).

Menurut Ware & Sherbourne, kesehatan mental dengan kategori baik merupakan individu dengan kondisi kesehatan mental yang baik, dengan gejala-gejala yang minimal atau ringan. Sedangkan menurut Ware & Gandek, kesehatan mental dengan kategori sangat baik merupakan individu dengan kondisi kesehatan mental yang sangat baik, dengan gejala-gejala yang sangat minimal atau bahkan tidak ada (Syafitri, 2024).

Kesehatan mental merupakan kondisi individu yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik secara fisik, intelektual, dan emosional secara optimal, serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga mampu untuk berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya (Fakhriyani, 2019). Kesehatan mental setiap individu berbeda dan dapat mengalami perubahan dalam setiap perkembangannya (Ningrum et al., 2023).

Sedangkan kesehatan mental yang terganggu dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya dapat merusak hubungan dengan orang lain, tetapi juga dapat menurunkan prestasi di sekolah pada anak (Iskandar et al., 2023). Menurut Rahmawaty dkk (2021) mengatakan bahwa pola asuh orang tua dapat mempengaruhi kesehatan mental pada anak. Selain itu, pengaruh teman sebaya, rasa syukur, dan jenis kelamin juga menjadi faktor yang mempengaruhi kesehatan mental.

Pola asuh merupakan aspek penting dari pendidikan keluarga, yang terdiri dari pola perilaku yang konsisten dalam pengasuhan dan pendidikan anak sehari-hari. Pola asuh yang melibatkan hukuman berlebihan dan kurang atau berlebihannya kontrol terhadap anak dianggap negatif. Sedangkan pola asuh positif melibatkan kehangatan, kepekaan, penerimaan, kerja sama, dan tolerir. Sehingga pola asuh secara signifikan dapat mempengaruhi perkembangan psikologis dan perilaku anak yang menjadi faktor penting untuk diperhatikan dalam membesarkan anak.

0

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syafitri (2024) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Lubuk Basung. Menurut Peng et al (2021), dalam Syafitri (2024) pola asuh orang tua mempunyai dampak jangka panjang terhadap perkembangan kepribadian dan karakteristik psikologis remaja. Orang tua yang menerapkan kehangatan sebagai pola asuh yang positif dapat berpengaruh positif juga terhadap kesehatan mental remaja. Sementara itu, penolakan orang tua sebagai pola asuh yang negatif memiliki dampak negatif dan terus-menerus terhadap kesehatan mental remaja.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Maula et al (2023) mengenai hubungan pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMA Negeri 2 Majalengka Tahun 2023 yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Menurut Yuliansyah (2017), dalam Maula et al (2023) mengatakan bahwa faktor keluarga yang berhubungan terhadap kesehatan mental salah satunya merupakan pola asuh orang tua. Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua kepada anak akan menciptakan memori pada anak, baik yang bersifat baik maupun buruk. Sikap dan perlakuan orang tua terhadap anak jika dilakukan terus-menerus berpotensi untuk ditiru oleh anak, yang mana jika sikap dan perlakuan tersebut merupakan hal yang tidak baik, maka akan berbahaya bagi anak maupun orang lain, terutama pada kesehatan mental anak.

Selain itu, penelitian lain yang serupa juga dilakukan oleh Indirayanti et al (2024) tentang pola asuh otoriter bahwa meskipun pola asuh otoriter seringkali dianggap memiliki dampak negatif, namun beberapa penelitian tentang pola asuh ini memiliki dampak positif jika dilakukan secara tepat. Pola asuh otoriter dapat membantu remaja memahami batasan dan disiplin, sehingga dapat meningkatkan kemandirian dan tanggung jawab mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Aprilianarsih & Mil (2023) terkait kemandirian anak dengan pola asuh orang tua yang menerapkan pola asuh permisif bahwa pola asuh permisif memiliki dampak positif pada kesehatan mental remaja karena dapat membantu mereka merasa lebih nyaman dan aman dalam mengungkapkan perasaan dan pendapat mereka. Pola asuh ini juga dapat membantu remaja mengembangkan kemampuan sosial dan emosional mereka. Namun perlu diingat bahwa pola asuh yang ideal adalah pola asuh demokratis, yaitu pola asuh yang memadukan elemen-elemen pola asuh otoriter dan permisif yang dapat membantu remaja mengembangkan kemampuan sosial, emosional, dan kognitif mereka, serta membantu memahami batasan dan disiplin (Sukriya, 2024).

Beberapa penelitian terkait dengan kesehatan mental telah dilakukan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Reza et al (2022) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja di Kota Batam diantaranya pengaruh pola asuh orang tua, kondisi kesehatan lingkungan, dan sosial- ekonomi. Menurut Reza et al (2022) pola asuh orang tua berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Honskins mengemukakan bahwa para peneliti menemukan fakta orang tua yang demokratis menunjukkan pemantauan yang tinggi selama masa kanak- kanak dan sedikit menurun ketika anak mereka masuk usia remaja. Sehingga semakin menurun pola asuh demokratis, maka masalah kesehatan mental remaja semakin meningkat.

Menurut asumsi peneliti dan teori di atas, dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua berhubungan dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor. Pola asuh dapat mempengaruhi bagaimana perilaku anak terbentuk. Orang tua yang menerapkan pola asuh permisif cenderung memberikan kebebasan penuh kepada anak dalam bersikap dan bertindak, kurangnya kontrol dan perhatian kepada anak, dan orang tua tidak memberikan bimbingan kepada anak. Sehingga anak merasa kurang diperhatikan dan berpotensi memperburuk kesehatan mental.

Sedangkan orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis cenderung bersikap hangat dan perhatian. Anak juga memiliki kesempatan untuk bersikap dan bertindak sesuai keinginannya, namun tetap memberikan batasan dan kontrol. Jika anak melakukan kesalahan,

0

orang tua akan menegur dan membimbing. Pengambilan keputusan juga berdasarkan keputusan bersama, dan memberikan kesempatan pada anak untuk meningkatkan kemandirian. Sehingga dapat membantu meningkatkan kesehatan mental pada anak.

Meskipun demikian, selain pola asuh demokratis yang baik diterapkan kepada anak, terdapat jenis pola asuh otoriter dan permisif yang memiliki dampak positif kepada anak terlihat dalam hasil penelitian dengan kesehatan mental yang baik dan sangat baik. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor lain seperti pengaruh teman sebaya, rasa syukur, atau jenis kelamin, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan mental anak.

KESIMPULAN

1. Kurang dari sebagian pola asuh orang tua pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor memiliki jenis pola asuh demokratis sejumlah 15 responden (31.9%), memiliki jenis pola asuh otoriter sejumlah 16 responden (34.0%), dan memiliki jenis pola asuh permisif sejumlah 16 responden (34.0%).
2. Kurang dari sebagian kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor memiliki kesehatan mental dengan kategori kurang baik sejumlah 15 responden (31.9%), memiliki kesehatan mental dengan kategori baik sejumlah 16 responden (34.0%), dan kesehatan mental dengan kategori sangat baik sejumlah 16 responden (34.0%).
3. Ada hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 1 Kanor, hasil analisa dengan menggunakan uji statistik chi-square didapatkan ρ-value = 0,031 yang mana ρ value < α 0,05 maka H1 diterima.

SARAN

1. Bagi Responden

   Diharapkan responden dapat menjalin hubungan yang semakin lekat, nyaman, dan kooperatif dengan orang tua, serta dapat menjalin pola asuh yang baik sehingga dapat meningkatkan kesehatan mental pada anak.
2. Bagi Institusi Pendidikan

   Disarankan untuk memperbanyak buku-buku dan jurnal terbaru di perpustakaan tentang pola asuh orang tua dan kesehatan mental, serta pengadaan akses ke data base penelitian online untuk mendukung studi lanjutan.
3. Bagi Perawat

   Diharapkan dapat memberikan informasi pengetahuan yang baik tentang pola asuh orang tua dan kesehatan mental agar tidak memperburuk kejadian terkait kesehatan mental.
4. Bagi Tempat Penelitian

   Disarankan untuk memberikan edukasi secara langsung maupun tidak langsung agar dapat membantu remaja meningkatkan kesehatan mental atau dengan konseling kepada guru BK untuk memberikan bimbingan serta mengadakan pertemuan dengan orang tua untuk berdiskusi mengenai pola pengasuhan yang dapat meningkatkan kesehatan mental pada remaja.
5. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Disarankan untuk memperluas variabel dengan meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kesehatan mental. Selain pola asuh orang tua, perlu diteliti pengaruh teman sebaya, sekolah, sosial, media sosial, jenis kelamin, dan lain- lain. Dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

Abdulah A. Z., Suerni, Nurochmah. (2024). *Masalah Kesehatan Mental Generasi Z di Rumah Sakit Jiwa*. Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 12 No 2, Mei 2024, e-ISSN 2655-8106, p-ISSN2338-2090.

Ahyani L. N., Astuti. (2018). *Buku Ajar Psikologi Perkembvangan Anak dan Remaja*. Kudus : Badan Penerbit Universitas Muria Kudus.

Amelia. (2023). *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perilaku Agresif Remaja di Yayasan Al-Watoniah 45 Jakarta Utara*. Skripsi Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan

0

Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Aprilianarsih & Mil. (2023). Kemandirian Anak dengan Orang Tua yang Menerapkan Pola Asuh Permisif. Jurnal Ilmiah Potensia, 2023, Vol. 8 (2), 233-242.

Arifin. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kematangan Emosi pada Remaja (17 -20 Tahun) MA. Hidayatut Thalibin (di Desa Pragaan Kabupaten Sumenep). Skripsi Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.

Arikunto, Suharsimi. (2014). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (xi). Jakarta: Rineka Cipta.

Aziz, U. K., Lutfiya, I., & Sulaiman, I. (2021). Gambaran Gangguan Perilaku dan Emosional pada Remaja Usia 10-24 Tahun Berdasarkan Faktor Sosiodemografi (Analisis Data Susenas Tahun 2015). BIOGRAPH-I: Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic, 1(2), 54.Azzahra A. A., Shamhah, Kowara N. P., Santoso

M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Mental Remaja. Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM) e ISSN: 2775- 1929 p ISSN: 2775 - 1910 Vol. 2 No. 3 Hal : 461-472.

Bun, Taib, Ummah D. M. (2020). Analisis Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Moral Anak. Jurnal Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini P-ISSN. 2407-1064 Volume 3,Nomor 1.

Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Bloomberg Hopkins School of Public Health. (2022). Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian. Pusat Kesehatan Reproduksi.

Damayanti A. N. (2023). Fenomena Pola Asuh Orang tua dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental Anak. Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra dan Budaya (SEBAYA) Ke-3 Program Studi Sastra Jepang, Fakultas Bahasa Asing, Universitas Mahasaraswati Denpasar.

Devita. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Masalah Mental Emosional Remaja. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20(2), Juli 2020, 503-513.

Dinkes Bojonegoro. (2023). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan Mental.

Pamekasan: duta media publishing.

Farida & Suryani. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Masalah Mental Emosional Remaja di Kelurahan Kenalan Pakis Magelang. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Haniyah F. N., Novita, Ruliana S. N. (2022). Hubungan antara Pola Asuh Orangtua, Teman Sebaya, Lingkungan Tempat Tinggal dan Sosial Ekonomi dengan Kesehatan Mental Remaja. Open Access Jakarta Journal Of Health Sciences Vol. 01, No. 07, July 2022 P-ISSN 2798-2033, E-ISSN 2798-1959 DOI 10.53801/oajjhs.v1i7.51.

Indirayanti I. G. A. T., Maulina, Tobing G. Y. (2024). Pengaruh Pola Asuh Keluarga terhadap Kesehatan Mental Anak. Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 8, Nomor 3, Desember 2024, 5307-5310.

Irnanda, R. C., & Hamidah, H.

0

(2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Self Compassion pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM), 1(1), 396–405.

Iskandar, Rahayu, Diyana, Jannah F. I., Asih W.

D. M., Saputra D. B., Nopriani P. R., Abyurisa A. R., Utami D. N., Andini. (2023). Pengaruh Kesehatan Mental Pada Perilaku Remaja di Era VUCA. Proceeding Conference On Psychology And Behavioral Sciences Vol 2 No 1 (2023): 32-37 Publisher: CV. Doki Course and Training E-ISSN: 2963-0886 | P-ISSN: 2986-5174.

Kemenkes RI. (2021). Dokumen Indikator Pembinaan Kesehatan Jiwa. https://link.kemkes.go.id/multi/Links/list s/IndikatorKeswa. Diakses Tanggal 02 Januari 2025. (07.35).

Kemenkes. (2024). Gangguan KesehatanMental, Semakin Ngetren dan Perlu Diwaspadai.https://ayosehat.kemkes.go.i d/gangguan-kesehatan-mental#:~:text=Menjaga%20kesehatan% 20fisik%20dengan%20berolahraga%20d an%20pola%20makan,dapat% 20memicu%20stress.%20Membangun%20dukungan%20sosial%20yang%20positif. Diakses Tanggal 29 Oktober 2024. (19.35).

Lubis, Ricky Afandi. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN 1 Sayurmatinggi. Skripsi Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan.

Maharani. (2022). Determinan Gangguan Mental Emosional pada Remaja di Komunitas Marginal Kota Makassar. Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Alauddin Makassar.

Mardhiah, Jumaini, Karim. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Masalah Mental Emosional Remaja. Jurnal Ilmu Keperawatan (2022) 9 : 2 ISSN: 2338-6371, e-ISSN 2550-018X.

Maula Y. N., Lina, Neni. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMA Negeri 2 Majalengka Tahun 2023. Jurnal Kesehatan komunitas Indonesia Vol 19 No 2 September 2023 p.ISSN 1693 9654.

Melisza, Sopian, A., Dewantoro, A., Wijanarko, D., Rahajeng, S., Senjaya, …, Al- Anshory, Z (2021). The Importance of Mental Health in Children and Adolescents in Parakan Inpres Village Selatan. Abdi Masyarakat, 2(2), 115–123.

Ningrum, R. I. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja. Media Husada Journal Of Nursing Science, 4(3), 197-203.

Notoatmodjo, P. D. S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan (3rd ed.). Rineka Cipta.

Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan praktis Edisi5. Jakarta : Salemba Medika.

Pamungkas, R. S. P. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Hasil Belajar Bahasa Indonesia Siswa Kelas VII SMP NEGERI 1 REMBANG Tahun Pelajaran 2018/2019. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Pangestuti. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Anak Balita Usia 3 – 5 Tahun di Desa Jatisari Kecamatan Geger Kabupaten Madiun. Skripsi Program Studi S1

0

Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.

Rahmawaty F, dkk.(2021). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. Jurnal Surya Medika (JSM).

Reza, Ananda. S. T, Ivanca, F., J. (2022). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja di Kota Batam. Jurnal Sintak Volume. 1, No. 1, September 2022 p-ISSN: xxxx-xxxx e-ISSN: xxxx-xxxx Open Access: https://doi.org/.

Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018.

Sari P.P., Sumardi, Mulyadi. (2020. Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. Jurnal PAUD Agapedia, Vol.4 No. 1 Juni 2020 page 157-170.

Subagia, N. I. (2021). Pola Asuh Orang Tua. Bali: Nilacakra

Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : CV. Alfabeta.

Sukriya I. D. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Kepribadian Remaja di SMK Muhammadiyah 3 Ciputat. Skripsi Program Studi Kesejahteraan Sosial Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Syafitri, Resty Noer. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja Di Sma Negeri 2 Lubuk Basung. Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

Tangke. (2023). Hubungan Kesehatan Mental Remaja dengan Hasil Belajar Siswa di SMP Katolik Rantepao. Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar. Utami, A. C. N., & Raharjo, S. T. (2021). Pola Asuh Orang Tua dan Kenakalan Remaja. Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial, 4(1), 1-15.

WHO. (2021). Mental Health Of Adolescents.

0