

ORIGINAL ARTICLE**HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA***The Relationship Of Parenting Patterns With The Mental Health Of Teenagers***Kadek Ayu Putri Handayani, Desak Made Ari Dwi Jayanti*, Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, Silvia Ni Nyoman Sintari**

Program Studi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Wira Medika Bali, Denpasar, Bali, Indonesia

*Korespondensi: djdesak@gmail.com**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:

Diterima: 25 April 2025

Revisi: 1 Juni 2025

Disetujui: 2 Juni 2025

Kata Kunci:

Kesehatan Mental;

Pola Asuh;

Remaja.

ABSTRAK

Latar Belakang: Seiring dengan perkembangan jaman masalah kesehatan mental semakin sering dijumpai pada remaja. Permasalahan kesehatan mental pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor yang salah satunya adalah pola asuh orang tua. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja SMA di Kabupaten Gianyar. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode observasional serta rancangan *cross sectional*. Sampel dipilih dengan teknik *simple random sampling* sejumlah 317 responden. **Hasil:** Sebagian besar responden dikategorikan memiliki pola asuh demokratis yaitu sebanyak 203 responden (64,0%) dan sebagian besar responden dikategorikan memiliki kesehatan mental yang normal yaitu sebanyak 191 responden (60,3%). Analisis data menggunakan uji statistik *nonparametric rho spearman* pada tingkat kemaknaan $\alpha 0.05$, didapatkan nilai p sebesar $0,013 < 0.05$. **Kesimpulan:** Ada hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja SMA di Kabupaten Gianyar. Peran orang tua sangat penting dalam kesehatan mental anak, karena orang tua seharusnya menjadi orang terdekat yang bisa dijadikan tempat berkeluh kesah. Pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang paling baik diterapkan pada remaja dilokasi penelitian.

ARTICLE INFO*Article history:**Received: 25 April 2025**Revised: 1 June 2025**Accepted: 2 June 2025**Key Words:**Mental Health;**Parenting Patterns;**Teenagers.***ABSTRACT**

Background: Background: As time goes by, mental health problems are increasingly common in teenagers. Mental health problems in teenagers are influenced by various factors, one of which is parental parenting. **Aim:** This research aims to determine the relationship between parenting patterns and the mental health of teenagers at Senior High School of Gianyar Regency. **Method:** This research is a quantitative research with observational methods and a cross sectional design. The sample was selected using a simple random sampling technique of 117 respondents. The research results found that the majority of respondents were categorized as having a democratic parenting style, a number of 203 respondents (64.0%) and the majority of respondents were categorized as having normal mental health, a number of 191 respondents (60.3%). Data analysis used the nonparametric rho spearman statistical test at a significance level of $\alpha = 0.05$, obtained a p value of $0.013 < 0.05$. **Conclusion:** This shows that parenting patterns has relationship with teenagers mental health status in Senior High School of Gianyar Regencies. The role of parents is very important in children's mental health status, because parents should be the closest people to whom they can complain. Democratic parenting is the best parenting pattern applied to teenagers in the research location.

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dan mengalami perubahan serta persoalan dalam kehidupan seorang individu. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis, dan emosi. Persoalan pada remaja meliputi persoalan sosial, aspek emosional, aspek fisik dan keluarga, sekolah, dan kelompok teman sebaya. Perubahan dan persoalan yang terjadi dalam kehidupan jika tidak dapat dikontrol dengan baik dapat memicu terjadinya masalah mental emosional pada remaja (Devita, 2020). Kondisi kesehatan mental sangat rentan terhadap pengucilan sosial, diskriminasi, stigma (yang mempengaruhi kesiapan untuk mencari bantuan), kesulitan pendidikan, perilaku pengambilan risiko, kesehatan fisik, dan pelanggaran hak asasi manusia. Secara global, diperkirakan 1 dari 7 (14%) remaja berusia 10-19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, namun sebagian besar masih belum dikenali dan tidak diobati (Arianti, 2018).

Prevalensi gangguan mental pada populasi penduduk dunia menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 memperoleh data gangguan mental sebesar 13%, tahun 2021 meningkat menjadi 14% dan dipredikan ditahun 2025 menjadi 16%. Sedangkan pada negara-negara berkembang prevalensinya lebih tinggi (WHO, 2022). Prevalensi gangguan mental di Negara Amerika Serikat (7%-10%), Brazil (23,8%), Chili (26,7%), Pakistan (29,1%). Survei kesehatan Indonesia memperlihatkan prevalensi gangguan mental emosional pada orang Indonesia dengan usia diatas 15 tahun adalah 6,0% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Ikatan Dokter Anak Indonesia, Melaporkan sebanyak 80% remaja Indonesia berusia 11-15 tahun dikatakan pernah menunjukkan perilaku beresiko seperti berkelakuan buruk disekolah, penyalahgunaan zat, serta perilaku antisosial (mencuri, berkelahi, atau membolos) dan 50% diantara mereka juga menunjukkan adanya perilaku beresiko tinggi lainnya seperti mengemudi dalam keadaan mabuk, melakukan hubungan seksual tanpa kontrasepsi, dan perilaku kriminal yang bersifat minor (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Data tahun 2022 didapatkan 12,7% atau sekitar 35 juta anak dan remaja Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental dan sosial. Hal itu membuat mereka terseret arus kegiatan yang menyimpang dan mudah terlibat dalam kegiatan negatif. Berdasarkan survey penduduk di Provinsi Bali terdapat 4,8% anak remaja menderita gangguan mental emosional (Profil Kesehatan Provinsi Bali, 2021). Data epidemiologis yang dilaporkan Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar 34,39% dari anak berusia 5-15 tahun menunjukkan gangguan mental emosional. Ditinjau dari proporsi penduduk, 40% dari total populasi terdiri atas anak dan remaja usia 0-16 tahun, ternyata 7-14% dari populasi anak dan remaja mengalami gangguan kesehatan jiwa, sementara itu 11,7% anak prasekolah berisiko tinggi mengalami gangguan perilaku (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2022).

Kesehatan mental remaja di akibatkan oleh beberapa faktor, salah satunya faktor pola asuh orang tua. Pola Asuh Adalah suatu proses mendidik, membimbing, mendisiplinkan dan melindungi anak hingga dewasa sesuai norma sosial. Gaya pengasuhan sangat mempengaruhi bagaimana anak berperilaku dan membentuk karakter mereka secara keseluruhan. Jenis pola asuh pengasuhan ada tiga jenis, yaitu: pola asuh demokratis, pola asuh otoriter, dan pola asuh permisif. Masing-masing pola asuh tersebut berdampak bagi perkembangan anak (Ahmad, 2018). Pola asuh yang mencakup pembatasan, larangan terus-menerus kepada anak-anak mereka

tentang apa yang mereka lakukan berdampak negatif pada perilaku remaja mereka. Bukan hal yang biasa bagi anak-anak muda untuk mencoba melarikan diri dari masalah mereka dengan melarikan diri dari rumah mereka dan menentang keinginan orang tua mereka. Semakin banyak orang tua menolak tuntutan anaknya tidak disertai aspek yang mampu dipahami oleh anak, semakin besar kebutuhan untuk mempelajari jawabannya sendiri (Elan & Handayani, 2023).

Pola pengasuhan sangat mempengaruhi berbagai aspek dalam perkembangan hubungan anak dan orang tua terutama kelekatan antara orang tua dan anak. Pola asuh orang tua tercermin dari sikap dan interaksi orang tua dengan anak dalam kehidupan sehari-hari. Sikap maupun interaksi orang tua tercermin dalam kehidupan sehari-hari antara lain: bagaimana cara orang tua memberi peraturan bagi anak, bagaimana cara orang tua mendukung keberhasilan anak, dan bagaimana cara orang tua memberikan hukuman kepada anak. Pola asuh orang tua dalam tiga pola yaitu pola otoriter, permisif dan demokratis. Pola asuh otoriter merupakan tipe pola asuh orang tua yang memaksakan kehendak. Pola asuh permisif biasanya tidak membimbing anak ke pola perilaku yang disetujui secara sosial dan tidak menggunakan hukuman. Pola asuh demokratis pola asuh ini selalu mendahulukan kepentingan bersama di atas kepentingan individu anak. Pola asuh orang tua merupakan cara orang tua mengajarkan dan mengenalkan anaknya mengenai baik dan buruk yang dapat diterima dan ditolak masyarakat (Ningrum, Ari K, & Patemah, 2023).

Keluarga terutama orang tua memiliki peran yang cukup penting dalam tumbuh kembang anak termasuk pada perkembangan mentalnya yang menghasilkan bahwa terdapat hubungan mengenai pola asuh orang tua dengan kesehatan mental dan perilaku pada anak di Jerman seperti ini masalah hubungan dengan teman sebaya. Remaja yang berusia sekitar 15-18 tahun memiliki risiko yang tinggi dalam mengalami masalah kesehatan mental jika dukungan dari orang tua mereka rendah terhadap perkembangannya (Devita, 2020). Sudah menjadi kewajiban bagi orang tua untuk mengajarkan hal-hal baik dan memberikan hal yang positif untuk anak dari kecil hingga masa remaja sebelum mereka akhirnya fokus kepada kehidupan masing-masing (Azzahra, Shammah, Kowara, & Santoso, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan 21 Februari 2024 pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kabupaten Gianyar, didapatkan jumlah siswa dari kelas X, XI, XII yaitu 1.517 orang. Hasil wawancara dengan 10 siswa/siswi dan 5 orang tua siswa/siswi, didapatkan bahwa 6 dari 10 siswa dan siswi belum mengetahui pengertian kesehatan mental dan didapatkan bahwa 3 dari 5 orang tua siswa belum mengetahui pengertian dari pola asuh orang tua dengan kesehatan mental, 3 dari 10 siswa dan siswi belum mengetahui tanda gejala dari kesehatan mental, 2 dari 5 orang tua belum mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi pola asuh orang tua, 2 dari 10 siswa dan siswi belum mengetahui pencegahan dari terjadinya masalah kesehatan mental dan dari 10 siswa dan siswi yang diwawancarai belum bisa menyebutkan apa saja yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja dan pada tanggal 2 November 2023 terdapat 1 orang siswa yang melakukan bunuh diri dimana siswa tersebut setelah lulus SMP, punya keinginan melanjutkan pendidikan di SMK namun orang tua dari siswa tersebut menginginkannya bergabung ke SMA di Kabupaten Gianyar yang mengakibatkan siswa tersebut diduga depresi karena tidak nyaman belajar pada SMA di Kabupaten Gianyar dan dari 5 orang tua siswa yang diwawancarai belum bisa menyebutkan apa saja yang menyebabkan pola asuh orang tua dengan kesehatan remaja. Berdasarkan fenomena dan uraian pada latar

belakang diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja SMA di Kabupaten Gianyar.

TUJUAN

Penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja SMA di Kabupaten Gianyar.

METODE

Desain

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan cross sectional.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja SMA di Kabupaten Gianyar Sebanyak 1.517 orang, dengan jumlah responden 317 orang yang dipilih menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada SMA di Kabupaten Gianyar, sejak tanggal 25 Mei - 3 Juni 2024.

Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner pola asuh dan kuisisioner kesehatan mental. Kuesioner pola asuh dilakukan uji reliabilitas terhadap sampel penelitian ($n=158$) dengan ($\alpha = 0.80$; $r = 0.712$) setelah uji validitas. Kuesioner *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) adalah kuisisioner yang digunakan untuk deteksi dini masalah perilaku dan emosi pada anak dan remaja usia 11-18 tahun dengan tipologi pertanyaan berkaitan dengan sesuatu yang terjadi pada 6 (enam) bulan terakhir.

Analisis Data

Pada penelitian ini data yang dikumpulkan adalah data primer dan data skunder. Data primer meliputi nama remaja, umur, pola asuh dan kesehatan mental remaja. Sedangkan data sekunder meliputi daftar jumlah remaja yang tinggal dengan orang tuanya pada SMA di Kabupaten Gianyar. Analisa data pada penelitian ini meliputi analisa univariat dimana data menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pola asuh orang tua dan variabel dependen pada penelitian ini adalah kesehatan mental remaja. Sedangkan analisis dua variabel akan di uji statistik menggunakan *Rank-Spearman*.

HASIL

Karakteristik responden

Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA di Kabupaten Gianyar. Karakteristik responden siswa penelitian ini meliputi usia responden dan jenis kelamin. Karakteristik yang telah diteliti kemudian didistribusikan ke dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMA X Gianyar (n=317)

Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia (Tahun)	16 (Remaja Awal)	116	36,6
	17 (Remaja Akhir)	109	34,4
	18 (Remaja Akhir)	92	29,0
Jenis kelamin	Laki-laki	143	45,1
	Perempuan	174	54,9

Berdasarkan Tabel 1 di atas didapatkan hasil bahwa dari 317 responden, paling banyak berusia 16 tahun (Remaja Awal) yaitu sebanyak 116 responden (36,6%) dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 174 orang (54,9%).

Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja di Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Gianyar

Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja SMA di Kabupaten Gianyar adalah uji statistik nonparametrik *spearman rank* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja SMA (n=317)

Pola Asuh	Kesehatan Mental								R	p
	Normal		Borderline		Abnormal		Total			
	n	%	n	%	n	%	N	%		
Demokratis	130	41,0	54	17,0	19	6,0	203	64	0,239	0,013
Otoriter	61	19,2	31	9,8	18	5,7	110	34,7		
Permisif	0	0	0	0	4	1,3	4	1,3		
Total	191	60,3	85	26,8	41	12,9	317	100		

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel di atas dapat dilihat bahwa, nilai signifikansi yang diperoleh 0,013 sehingga $p\text{-value} < 0,05$. Hal ini menyatakan ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Nilai koefisien korelasi pada variabel ini 0,239 menandakan hubungan yang rendah antara kedua variabel (Sugiyono, 2016). Nilai koefisien korelasi juga mengarah ke arah korelasi positif, dapat dimaknai demokratis pola asuh yang diberikan orang tua maka semakin baik kesehatan mental yang dimiliki remaja.

PEMBAHASAN

Identifikasi Pola Asuh Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 317 responden yang diteliti sebagian besar dikategorikan memiliki pola asuh demokratis yaitu sebanyak 203 responden (64,0%), sebanyak 110 responden (34,7%) memiliki pola asuh otoriter dan sebanyak 4 responden (1,3%) memiliki pola asuh permisif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutyah et al (2023) yang menemukan bahwa sebagian besar remaja di salah satu sekolah di Majalengka, Jawa Barat memiliki pola asuh demokratis yaitu sebanyak 132 orang (61,9%), otoriter 58 orang (27,3%) dan permisif 23 orang (10,8%). Penelitian menemukan sebagian besar remaja di Kelurahan Tuah Karya Kecamatan Tampar Kota Pekanbaru memiliki pola asuh demokratis dengan persentase 63,5% (169 orang) (Devita, 2020).

Pola asuh merupakan suatu proses mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma dalam masyarakat. Pola asuh orang tua sangat mempengaruhi bagaimana anak berperilaku dan bentuk kepribadian anak secara keseluruhan. Tipe pola asuh orang tua terbagi atas tiga tipe yaitu: pola asuh demokratis, pola asuh otoriter, dan pola asuh permisif. Masing-masing pola asuh tersebut mempunyai dampak bagi perkembangan anak dan remaja (Devita, 2020). Penelitian ini menemukan sebagian besar responden memiliki pola asuh demokratis. Secara teori gaya pengasuhan orang tua yang bergaya demokratis mendorong remaja untuk mandiri namun masih membatasi dan mengendalikan aksi-aksi mereka. Memberikan komunikasi terbuka dan kehangatan dalam mengasuh. Ciri yang kental pada pola pengasuh ini adalah diskusi antara anak dan orang tua. Anak diakui eksistensinya kebebasan berekspresi diberikan kepada anak dengan tetap berada dibawah pengawasan orang tua. Orang tua ini selalu memberikan arahan secara rasional dan obyektif. Orang tua bertanggung jawab langsung untuk membimbing perilaku anaknya.

Hasil penelitian juga menemukan sebanyak 110 responden (34,7%) memiliki pola asuh otoriter dan sebanyak 4 responden (1,3%) memiliki pola asuh permisif. Pola asuh otoriter ini bersifat menghukum dan membatasi dimana orang tua sangat memaksakan remaja mengikuti dan menghormati usaha - usaha yang dilakukan oleh orang tuanya, serta komunikasi tertutup, sehingga tidak memberikan kesempatan kepada anak untuk berkomunikasi secara verbal. Ciri khas pola asuh ini diantaranya kekuasaan orang tua dominan memaksakan anak tidak boleh membantah dan harus mengikuti kehendak atau peraturan dari orang tua, anak yang tidak mematuhi orang tua akan mendapatkan hukuman yang keras, pendapat anak yang tidak didengarkan sehingga anak tidak memiliki eksistensi di rumah, tingkah laku anak dikontrol dengan sangat ketat (Ningrum et al., 2023).

Sementara untuk pola asuh permisif memberikan pengawasan yang sangat longgar. Memberikan kesempatan pada anaknya untuk melakukan sesuatu tanpa pengawasan yang cukup darinya. Orang tua cenderung tidak menegur atau memperingatkan anak apabila anak sedang dalam bahaya, dan sangat sedikit bimbingan yang diberikan oleh orang tua. Orang tua memberikan kelonggaran bagi anaknya untuk tumbuh dewasa dengan caranya sendiri. Anak dibebaskan membuat keputusan sendiri. Orang tua ini lebih memanjakan anaknya dengan mengikuti permintaan anaknya, namun orang tua tipe ini biasanya bersifat hangat, sehingga seringkali disukai anak, hubungan orang tua dan anak tinggi namun dalam segi bimbingan bisa dikatakan rendah karena terlalu memberikan kebebasan kepada anaknya (Subagia, 2021).

Setiap pola asuh akan memberikan dampak yang berbeda pada pola perkembangan anak. Lingkungan keluarga utamanya orang tua sangat berperan dalam mengasuh, membimbing dan membantu mengarahkan anak. Pola asuh yang diberikan orang tua akan dapat mempengaruhi bentuk kepribadian anak.

Identifikasi Kesehatan Mental Remaja

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 317 responden yang diteliti sebagian besar dikategorikan memiliki kesehatan mental yang normal yaitu sebanyak 191 responden (60,3%), sebanyak 85 responden (26,8%) memiliki kesehatan mental yang masuk dalam kategori *borderline* dan terdapat 41 responden (12,9%) memiliki kesehatan mental yang masuk dalam kategori *abnormal*. Hasil ini tentu bukan merupakan hasil yang baik, mengingat walaupun sebagian besar responden memiliki kesehatan mental yang normal namun jumlah responden yang masuk dalam kategori *borderline* dan *abnormal* juga cukup banyak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutiya et al (2023) yang menemukan sebagian besar remaja di salah satu sekolah di Majalengka, Jawa Barat memiliki kesehatan mental yang normal yaitu sebanyak 147 remaja (69,0%), Abnormal sebanyak 44 remaja (20,6%) dan *Borderline* 22 remaja (10,4%). Tidak jauh berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menemukan rata-rata skor masalah mental emosional remaja dalam penelitiannya adalah 18,45 (rentang skor 18- 19) (Devita, 2020). Masalah mental emosional remaja termasuk kedalam kategori *borderline*. Dimana masalah mental emosional terdiri dari tiga kategori yaitu normal dengan skor 0-15, *borderline* dengan skor 16-19, dan *abnormal* dengan skor 20-40. Hasil penelitian (Laksmi dan Jayanti, 2023) sejumlah 64,9% kesehatan mental remaja dalam kategori baik dan 2,6% kesehatan mental kurang, (Jayanti et al., 2023) juga mengatakan 46,4% mengalami gangguan mental emosional, (Jayanti et al, 2024) menyatakan rerata remaja dengan gangguan mental emosional sejumlah 11,03. Sebuah penelitian menemukan masalah perilaku abnormal 17,4%, *borderline* 20,5%, masalah emosional abnormal 2,5%, *borderline* 4,6%, masalah teman sebaya abnormal 14,9%, *borderline* 30,8%, masalah kemampuan profesional abnormal 5,4% dan *borderline* 11,1% (Florensa, Hidayah, Sari, Yousrihatin, & Litaqia, 2023). Hasil penelitian ini membuktikan teori yang menyatakan bahwa remaja merupakan masa pubertas dengan kondisi emosional yang masih labil (Hikmadayani et al, 2023).

Seluruh responden dalam penelitian ini adalah remaja dari rentang usia 16 - 18 tahun dengan rata-rata usia 17 tahun. Usia remaja merupakan masa yang unik dan formatif karena terjadi berbagai perubahan fisik, emosional dan sosial, termasuk paparan kemiskinan, bullying, pelecehan, atau kekerasan, yang membuat remaja rentan terhadap masalah kesehatan mental (Karisma, Rofiah, Afifah, & Manik, 2024). Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya gangguan kesehatan mental, usia 16-28 tahun merupakan masa di mana seseorang berhadapan dengan banyak tantangan dan pengalaman baru, selain mulai memiliki legalitas hukum dan tanggung jawab yang meningkat (Gintari et al., 2023).

Berdasarkan jenis kelamin penelitian ini menemukan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 174 responden (54,9%). Jenis kelamin memiliki pengaruh pada kondisi kesehatan remaja. Siswa perempuan ditemukan lebih cemas dan tertekan sedangkan siswa laki-laki ditemukan kurang cemas dan tertekan. Perempuan memiliki

kemungkinan dua atau tiga kali lebih rentan terhadap depresi dibandingkan dengan laki-laki, dengan melihat bagaimana cara mereka menangani sebuah masalah. Ketika Wanita mengalami masalah dan perasaan negatif, mereka cenderung lebih memikirkan masalah tersebut. Sedangkan pada laki-laki, ketika menghadapi masalah dan merasa tertekan mereka lebih banyak mengalihkandiri dengan mencari aktivitas alternatif seperti menonton film, berolahraga, atau minum alkohol (Nazneen, 2019).

Kesehatan mental adalah keadaan dimana seseorang mampu menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberi kontribusi terhadap lingkungannya (Sarmini, Putri, Maria, Syahrias, & Mustika, 2023). Kesehatan mental pada responden dalam penelitian ini diukur menggunakan kuesioner *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang terdiri dari 25 pernyataan meliputi lima aspek yaitu gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktifitas, masalah teman sebaya dan kekuatan/prososial. Berdasarkan hasil analisis kuesioner didapatkan paling banyak responden memiliki kesehatan mental yang abnormal pada aspek emosi yaitu sebanyak 71 responden (22,4%) dan perilaku yaitu sebanyak 49 responden (15,5%). Gejala yang sering muncul dan divalidasi oleh responden pada aspek emosional tersebut antara lain sering mengeluh sakit seperti sakit kepala, perut dan lain-lain, banyak kekuatiran, sering tidak bahagia, menangis, merasa gugup dalam situasi baru, mudah kehilangan rasa percaya diri serta mudah merasa takut. Sementara itu gejala yang sering muncul dan divalidasi oleh responden pada aspek perilaku diantaranya ering tidak bisa mengendalikan kemarahan, tidak melakukan apa yang diminta orang dewasa, sering bertengkar dengan orang lain serta memaksa orang lain melakukannya apa yang diinginkan, sering dituduh berbohong atau berbuat curang dan mencuri.

Banyak sekali faktor atau penyebab seorang remaja mengalami gangguan kondisi kesehatan psikologis atau gangguan mental. Faktor tersebut dapat muncul baik dari lingkungan, orang terdekat, atau bahkan dari dalam dirinya sendiri. Lingkungan adalah penyebab paling kuat terjadinya gangguan kesehatan mental, "Sebagian remaja tidak kuat dengan perubahan yang terjadi; begitu cepatnya perkembangan dan perubahan di lingkungan sosialnya. Jadi faktornya adalah ketidaksiapan atas perubahan yang ini didasari oleh internal remaja itu sendiri," jelas Rockhill (Ningrum et al., 2023). Beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja yaitu penindasan yang diterima, depresi, stres, kecemasan, *emotional behavioral disorder* dan hubungan dengan teman sebaya. Menurut asumsi peneliti fase perkembangan yang dinamis dan persoalan dalam kehidupan yang dialami membuat remaja memiliki risiko yang cukup tinggi mengalami gangguan kesehatan mental karena belum memiliki kematangan emosional yang baik. Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja, karenanya diperlukan dukungan lingkungan sekitar baik di sekolah maupun di rumah agar remaja dapat tetap "waras" dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi dan memiliki keterampilan dalam pemecahan masalah yang baik.

Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja

Hasil yang didapat dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ningrum et al., 2023) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja. Penelitian juga menemukan adanya hubungan antara pola asuh otoriter, demokratis, permisif, umur remaja, pekerjaan orang tua, pendidikan orang

tua, dan tingkat sosial ekonomi dengan masalah mental emosional remaja (Devita, 2020). Variabel yang paling berpengaruh dengan permasalahan mental emosional remaja adalah pola asuh permisif. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fasya & Slametiningih (2023) yang menemukan tidak ada korelasi yang bermakna antar pola asuh orang tua otoriter terhadap kesehatan mental pada remaja. Pola asuh bukan menjadi penyebab utama dari gangguan melainkan ada faktor lain yang bisa jadi lebih kuat dari pengaruh keluarga seperti lingkungan kerja atau sekolah, kondisi keluarga dan peran sosial masyarakat.

Kesehatan mental remaja di akibatkan oleh beberapa faktor, salah satunya faktor pola asuh orang tua. Pola Asuh Adalah suatu proses mendidik, membimbing, mendisiplinkan dan melindungi anak hingga dewasa sesuai norma sosial. Gaya pengasuhan sangat mempengaruhi bagaimana anak berperilaku dan membentuk karakter mereka secara keseluruhan. Menurut (Ahmad, 2018) dalam teori perkembangan psikologis anak menyatakan bahwa pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang baik diterapkan bagi psikologi seorang anak sebab ketika orang tua menerapkan pola asuh tersebut dengan sendirinya akan membentuk pertumbuhan emosional dan mental (Fasya & Slametiningih, 2023) yang baik pula pada anak meskipun berada diluar lingkup keluarga, sebaliknya penerapan pola asuh otoriter dan permisif yang terlalu banyak menekan anak tanpa memperhatikan apa yang dilakukan anak akan mengganggu pandangan hidupnya dan mendorong memiliki kesehatan mental yang kurang baik.

Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua kepada anaknya, sangat berperan penting dalam kesehatan mental pada anak semakin positif pola asuh yang diterapkan oleh orang tua maka perilaku menyimpang pada remaja dapat diminimalisir, dan jika orang tua salah menerapkan pola asuh maka remaja akan melakukan perilaku yang menyimpang. Pola asuh demokratis dipandang sebagai pola asuh yang paling baik dibandingkan dengan pola asuh otoriter ataupun pola asuh permisif (Ahmad, 2018). Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil yang didapat pada penelitian ini dimana berdasarkan hasil crosstabulasi data didapatkan persentase terbanyak remaja yang memiliki kesehatan mental yang masuk dalam kategori normal memiliki pola asuh demokratis yaitu sebanyak 130 responden (41%).

Kesehatan mental remaja merupakan hal kompleks yang juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, pada penelitian ini nilai koefisien korelasi yang didapatkan adalah 0,239 menandakan hubungan yang rendah antara kedua variabel (Sugiyono, 2016). Pendapat masih terdapatnya masalah kesehatan mental pada remaja, meskipun diberikan pola asuh yang baik oleh orang tua hal tersebut dapat terjadi karena remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkumpul bersama teman sebaya. Selain faktor teman sebaya, faktor lingkungan tempat tinggal yang kurang baik dan bullying baik secara langsung ataupun melalui media online dapat menyebabkan permasalahan kesehatan mental yang dialami remaja.

Berdasarkan hasil yang didapat pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa pola asuh orang tua akan berdampak pada kesehatan mental remaja. Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja, jika ditambah dengan pola asuh yang tidak sesuai atau kurang baik maka akan memperburuk keadaan mental remaja itu sendiri. Peran orang tua sangat penting dalam kesehatan mental anak, karena orang tua seharusnya menjadi orang terdekat yang bisa dijadikan tempat berkeluh kesah dan menemukan problem solving yang baik atas segala permasalahan yang dihadapi selama proses pencarian jati diri yang dialami remaja. Pola asuh demokratis memberikan komunikasi terbuka dan kehangatan dalam mengasuh, ciri

yang kental pada pola pengasuh ini adalah diskusi antara anak dan orang tua. Sesuai dengan hasil penelitian pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang paling baik diterapkan pada remaja dilokasi penelitian, karena mayoritas remaja yang mendapatkan pola asuh demokratis memiliki kesehatan mental yang normal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada STIKES WIRA MEDIKA BALI dan seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu sehingga penelitian ini dapat diselesaikan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dipenelitian yang dilakukan amka dapat disimpulkan hasil identifikasi pola asuh orang tua remaja ditemukan sebagian besar dikategorikan memiliki pola asuh demokratis yaitu sebanyak 203 responden (64,0%). Hasil identifikasi kesehatan mental remaja ditemukan terdapat 41 responden (12,9%) dikategorikan memiliki kesehatan mental yang abnormal. Hasil analisis penelitian diperoleh $p=0,013$ ($p<0,05$), yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ari Dwi Jayanti, D. M. (2024). Pengaruh Thought Stopping Therapy Terhadap Gangguan Mental Emosional Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Cakrawarti*, 7(1), 96-105. <https://doi.org/10.47532/jic.v7i1.993>
- Arianti, S. T. (2018). Efektivitas Slow Deep Breathing - Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Ra Kartini Kabupaten Jepara Tahun 2017. *STIKes Muhammadiyah Kudus*.
- Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461-472.
- Desak Made, A. D. J., Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, I Nyoman Dharma Wisnawa, & I Gede Satria Astawa. (2023). A Descriptive Study of Mental Health and Physical Activity in Adolescents. *Babali Nursing Research*, 4(3), 348-359. <https://doi.org/10.37363/bnr.2023.43251>
- Devita, Y. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 503. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.967>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Gianyar 2022. *Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar*, 221.
- Elan, E., & Handayani, S. (2023). Pentingnya Peran Pola Asuh Orang Tua untuk Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2951-

2960. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.2968>
- Fasya, N. N., & Slametiningih. (2023). Hubungan pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja di MA Al Wathoniyah 43 Jakarta Utara. *Muhammadiyah Journal of Nursing*.
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112-117. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.125>
- Gintari, K. W., Desak Made Ari Dwi Jayanti, Laksmi, I. G. A. P. S., & Sintari, S. N. N. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 2(3), 167-183. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.49>
- Hikmadayani., Herdiani.Renie Tri.,Antari, Isti., Yuniarni, Siska Oktari Desni, Amenike, Diny.,Idrus, Irman., Marlina, Linda Fajriah, Salim,Nasiatul Aisyah., Herik,Eva.,Tanthi, S. D. (2023). Psikologi Perkembangan Remaja. In E. Z. Mujahid, Edy Husnul., baroroh (Ed.), *Psikologi Perkembangan Remaja* (Pertama). Probolingga: Eureka Media Aksara.
- I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, D. M. A. D. J. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 11-19.
- Isra Ahmad, N. (2018). *Psikologi Parenting*. 3.
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan Mental Remaja dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560-567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid 19). In *Agrikan: Jurnal Agribisnis Perikanan* (Vol. 8). Jakarta: akementerian Kesehatan RI. <https://doi.org/10.29239/j.agrikan.8.1.->
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). SURVEI KESEHATAN INDONESIA (SKI). In K. B. K. P. Kesehatan (Ed.), *BADAN KEBIJAKAN PEMBANGUNAN KESEHATAN*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lutiyah, Novryanthi, D., Hamidah, E., Dewi, S., Bahroen, Siti Um-Um, A., & Hartanti, S. (2023). Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental Remaja. *E-Journal STIKES YPIB Majalengkan*, 11(1), 65-73.
- Nazneen, N. A. (2019). Perbedaan Kecenderungan Depresi Ditinjau dari Jenis Kelamin dengan Kovarian Kepribadian Neuroticism pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Ubaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 8(1), 696-710.
- Ningrum, R. I., Ari K, M., & Patemah. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 4(3), 197-203. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v4i3.160>
- Profil Kesehatan Provinsi Bali. (2021). Profil Kesehatan Privinsi Bali 2021. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11). Denpasar: Provinsi Bali.

- Sarmini, Putri, A., Maria, C., Syahrias, L., & Mustika, I. (2023). Penyuluhan Mental Health Upaya Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Monsuo'ani Tano*, 6(1), 154-161. <https://doi.org/10.32529/tano.v6i1.2400>
- Subagia, I. N. (2021). *Pola Asuh Orang Tua: Faktor & Implikasi terhadap Perkembangan Karakter Anak*. Denpasar: Nilacakra.
- Sugiyono. (2016). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. In *CV Alfabeta*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3929/ethz-b-000238666>
- WHO. (2022, June 8). Mental disorders. Retrieved April 2, 2025, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

