

**HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN KESEHATAN
MENTAL REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan



Oleh:

PUTRI ATISA SETIYOWATI

KP.21.01.500

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2025



NASKAH PUBLIKASI
HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN KESEHATAN
MENTAL REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 1 PRAMBANAN

Disusun Oleh :

Putri Atisa Setiyowati

KP.21.01.500

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal

Susunan Dewan Penguji

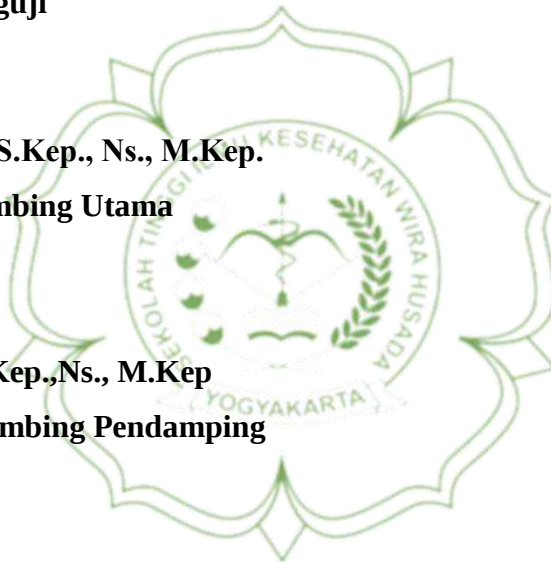
Ketua Dewan Penguji

Dr. Atik Ba'diah, S.Kep., Ns., M.Kep.

Penguji I / Pembimbing Utama

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji II / Pembimbing Pendamping



Nur Anisah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan

Yogyakarta,

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.



Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Putri Atisa Setiyowati^{1*}, Yuli Ernawati², Nur Anisah³

¹Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Wira Husada

² Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Wirahusada

³ Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Wirahusada

*putriatisa07@gmail.com

Abstract

Adolescence is a transitional period that is vulnerable to mental health problems such as anxiety, stress, and depression, with parenting style being one of the influencing factors. Inappropriate parenting can negatively impact adolescents' emotional and behavioral development. This study aimed to analyze the relationship between parenting style and adolescent mental health at SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. A quantitative descriptive-analytic study with a cross-sectional approach was conducted involving 191 respondents selected from a population of 307 seventh- and eighth-grade students through proportional random sampling. Mental health was measured using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) and parenting style using the Parental Bonding Instrument (PBI), while data were analyzed with the Chi-Square test at a significance level of $p \leq 0.05$. The results showed that most respondents experienced democratic parenting (48.7%), followed by authoritarian (34.2%) and permissive (17.1%), while mental health status was categorized as normal (45.0%), borderline (31.9%), and abnormal (23.0%). The Chi-Square test produced a p -value of 0.002, indicating a significant relationship between parenting style and adolescent mental health. In conclusion, parenting style significantly influences adolescent mental health, and collaboration between schools and parents is recommended to promote supportive parenting approaches. Further research is suggested to explore other factors that may affect adolescent mental health.

Keywords: Mental health, Parenting style, Adolescents

Abstrak

Masa remaja merupakan masa peralihan yang rentan mengalami masalah kesehatan mental seperti kecemasan, stres, dan depresi, dengan pola asuh orang tua sebagai salah satu faktor yang memengaruhi. Pola asuh yang kurang tepat dapat berdampak negatif terhadap perkembangan emosi dan perilaku remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain deskriptif analitik dan pendekatan cross-sectional. Sampel berjumlah 191 responden yang dipilih dari populasi 307 siswa kelas VII dan VIII dengan teknik proportional random sampling. Instrumen yang digunakan adalah Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk mengukur kesehatan mental dan Parental Bonding Instrument (PBI) untuk mengukur pola asuh, dengan analisis data menggunakan uji Chi-Square pada tingkat signifikansi $p \leq 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki pola asuh demokratis (48,7%), otoriter (34,2%), dan permisif (17,1%), dengan kesehatan mental kategori normal (45,0%), borderline (31,9%), dan abnormal (23,0%). Uji Chi-Square menunjukkan p -value 0,001, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Simpulan penelitian ini adalah pola asuh berhubungan signifikan dengan kesehatan mental remaja, sehingga disarankan adanya kerja sama antara sekolah dan orang tua dalam menerapkan pola asuh yang mendukung perkembangan psikologis remaja, serta penelitian lanjutan untuk mengkaji faktor lain yang berpengaruh.

Kata kunci: Kesehatan mental, Pola asuh, Remaja

Pendahuluan

Masa remaja adalah periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi, sosial, dan kognitif. Pada fase ini, remaja rentan mengalami masalah kesehatan mental, seperti kecemasan, stres, hingga depresi. WHO (2019) melaporkan sekitar 970 juta orang di dunia mengalami gangguan mental, dan 14% di antaranya terjadi pada kelompok usia 10–19 tahun. Survei Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan bahwa 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dengan 5,5% memenuhi kriteria gangguan mental. Secara lokal, Dinas Kesehatan Sleman (2023) mencatat 2.933 kasus gangguan mental pada remaja berusia ≥ 14 tahun, sementara skrining Puskesmas Prambanan (2024) mengungkapkan 16,24% siswa SMP Muhammadiyah 1 Prambanan mengalami gejala yang mengarah pada masalah kesehatan jiwa. Data ini menunjukkan pentingnya perhatian khusus terhadap kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah.

Fenomena meningkatnya kasus gangguan kesehatan mental pada remaja memunculkan pertanyaan penting mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut. Salah satu faktor yang diperkirakan berpengaruh adalah pola asuh orang tua. Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah: *“Apakah terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan?”*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. Secara khusus, penelitian ini juga ingin menggambarkan jenis pola asuh yang diterapkan orang tua serta kondisi kesehatan mental remaja, sehingga dapat diperoleh gambaran komprehensif mengenai keterkaitan keduanya.

Pola asuh orang tua merupakan cara mendidik, melindungi, serta membimbing anak melalui pemberian aturan, dukungan, dan sanksi. Terdapat tiga tipe pola asuh utama, yaitu otoriter, demokratis, dan permisif (baik memanjakan maupun mengabaikan). Pola asuh demokratis dikaitkan dengan perkembangan emosi yang sehat, sedangkan pola otoriter maupun permisif sering menimbulkan risiko gangguan perilaku dan psikologis. Beberapa penelitian sebelumnya memberikan hasil yang beragam: Kurnia et al. (2023) melaporkan tidak ada hubungan signifikan antara pola asuh dengan kesehatan mental remaja, sementara Maula et al. (2023) menemukan adanya hubungan bermakna. Perbedaan temuan ini menunjukkan pentingnya penelitian lebih lanjut dalam konteks sosial dan budaya yang berbeda, termasuk di sekolah menengah pertama di Sleman.

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoritis dalam bidang keperawatan jiwa dan psikologi perkembangan, dengan mempertegas peran pola asuh dalam membentuk kesehatan mental remaja. Implikasi praktisnya, penelitian ini bermanfaat bagi sekolah dalam memperkuat layanan bimbingan konseling, bagi orang tua sebagai pedoman dalam menerapkan pola asuh yang lebih adaptif, serta bagi tenaga kesehatan dalam merancang intervensi promotif dan preventif. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat mendukung upaya peningkatan kualitas hidup remaja melalui lingkungan keluarga dan sekolah yang lebih sehat secara psikologis.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif analitik dan *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan yang berjumlah 307 orang. Sampel penelitian ditentukan dengan rumus Slovin dan teknik *proportional random sampling*, sehingga diperoleh 191 responden yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu siswa yang hadir, bersedia menjadi responden, serta mampu memahami instrumen penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua instrumen utama. Pola asuh orang tua diukur dengan Parental Bonding Instrument (PBI) yang mengidentifikasi kategori pola asuh otoriter, demokratis, maupun permisif. Kesehatan mental remaja diukur menggunakan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) yang menilai aspek gejala emosional, perilaku menantang, hiperaktivitas, masalah teman sebaya, serta perilaku prososial. Kedua instrumen telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga layak digunakan dalam penelitian ini.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi tiap variabel, dan bivariat dengan uji Chi-Square pada tingkat signifikansi $p \leq 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja. Hipotesis penelitian yang diajukan adalah H_a : terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan; H_o : tidak terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan.

Hasil

Hasil penelitian yang didapatkan mulai dari karakteristik responden meliputi usia, kelas, jenis kelamin, tinggal bersama, penghasilan orang tua, pendidikan orang tua, teman dan lingkungan tinggal. Kemudian dipaparkan juga hasil penelitian analisis univariat dan analisis bivariate sebagaimana data di bawah ini :

1. Analisis Univariat

Berikut ini disajikan sebaran distribusi frekuensi karakteristik remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase(%)
Usia	12-14 Tahun	165	86,4
	15-17 Tahun	26	13,6
Jenis Kelamin	Laki-Laki	102	53,4
	Perempuan	89	46,6
Kelas	VII	104	54,5
	VIII	87	45,5
Tinggal Bersama	Ayah kandung dan Ibu	153	80,1
	Kandung Ayah Kandung	10	5,2

	Ibu Kandung	18	9,4
	Nenek / Paman / Bibi / lainnya	10	5,2
Penghasilan Orang Tua	>Rp2.466.514 UMR	22	11,5
	Rp2.466.514 UMR	82	42,9
	<Rp2.466.514 UMR	87	45,5
Pendidikan Orang Tua	SD	5	2,6
	SMP/ Sederajat	31	16,2
	SMK / Sederajat	127	66,2
	Perguruan Tinggi	24	12,6
	Tidak Sekolah	4	2,1
Teman	Memiliki Teman Dekat/Sahabat	117	61,3
	Berteman pada semua teman Seusia	65	34,0
	Senang Menyendiri/Tidak bergabung dengan teman	9	4,7
Lingkungan Tinggal	Rumah	183	95,5
	Kos	5	2,6
	Asrama	3	1,6
Total		191	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia 12–14 tahun sebanyak 165 orang (86,4%), didominasi oleh siswa laki-laki sebanyak 102 orang (53,4%), dan mayoritas duduk di kelas VII sebanyak 104 orang (54,5%). Sebagian besar responden tinggal bersama ayah dan ibu kandung sebanyak 153 orang (80,1%), dengan orangtua berpenghasilan di bawah UMR sebanyak 87 orang (45,5%), serta tingkat pendidikan orangtua tertinggi adalah lulusan SMK/ sederajat sebanyak 127 orang (66,5%). Sebagian besar responden memiliki teman dekat atau sahabat sebanyak 117 orang (61,3%) dan mayoritas tinggal di rumah sebanyak 183 orang (95,8%), dengan total keseluruhan responden berjumlah 191 orang.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Pola Asuh remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

No	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Otoriter	74	38,7
2	Permisif	28	14,7
3	Demokratis	89	46,6
Total		191	100,0

Berdasarkan tabel 2 di dapatkan data bahwa dari 191 remaja ada 89 remaja (46,6%) memiliki pola asuh demokratis.

Tabel 3. Distribusi frekuensi Kesehatan Mental aspek Kesulitan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

No	Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Normal	63	33,0
2	Ambang / Boderline	41	21,5
3	Abnormal	87	45,5
Total		191	100,0

Berdasarkan tabel 3 di dapatkan data bahwa dari 191 remaja ada 87 remaja (45,5%) memiliki tergolong dalam kategori abnormal.

Tabel 4. Distribusi frekuensi Kesehatan Mental aspek Kekuatan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

No	Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Normal	117	33,0
2	Ambang / Boderline	32	21,5
3	Abnormal	87	45,5
Total		191	100,0

Berdasarkan tabel 4 di dapatkan data bahwa dari 191 remaja ada 117 remaja (45,5%) memiliki tergolong dalam kategori normal.

2. Analisis Bivariat

Pada analisis bivariat dilakukan uji chi-square dengan hasil, sebagai berikut :

Tabel 5. Hubungan Pola Asuh dengan Kesehatan Mental aspek Kesulitan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Kesehatan Mental										
Pola Asuh	Normal		Ambang/Bo derline		Abnormal		Total		Person Chi-Square	Nilai P-value
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Otoriter	13	20.6	12	29.3	49	56.3	74	38.7	0.05	0.000
Permisif	12	19.0	7	17.1	9	10.3	28	14.7		
Demokratis	38	60.3	22	53.7	29	33.3	89	46.6		
Total	63	100.0	41	100.0	87	100.0				

Berdasarkan tabel 5 di dapatkan hasil bahwa nilai *p value* dengan uji *chi-square* sebesar 0,000 (<0,05) yang berarti H_0 di tolak dan H_a diterima, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan pola asuh dengan kesehatan mental aspek kesulitan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan.

Tabel 6. Hubungan Pola Asuh dengan Kesehatan Mental aspek Kekuatan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Kesehatan Mental										
Pola Asuh	Normal		Ambang/Bo derline		Abnormal		Total		<i>Person Chi- Square</i>	Nilai <i>P- value</i>
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Otoriter	40	34.2	16	50.0	18	42.9	74	38.7	0.05	0.473
Permisif	20	17.1	3	9.4	5	11.9	28	14.7		
Demokratis	57	48.7	13	40.6	19	45.2	89	46.6		
Total	117	100.0	32	100.0	42	100.0				

Berdasarkan tabel 6 di dapatkan hasil bahwa nilai *p value* dengan uji *chi-square* sebesar 0,473 (>0,05) yang berarti H_a di tolak dan H_0 diterima, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada hubungan pola asuh dengan kesehatan mental aspek kekuatan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa mayoritas responden memiliki pola asuh demokratis (48,7%), diikuti dengan pola asuh otoriter (34,2%), dan pola asuh permisif (17,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua menerapkan pola asuh yang seimbang antara pemberian kebebasan dan pengawasan, sehingga berkontribusi positif terhadap perkembangan psikologis remaja. Temuan ini sejalan dengan penelitian Maula et al. (2023) yang menyatakan bahwa pola asuh demokratis berhubungan dengan kesehatan mental yang lebih baik pada remaja. Sebaliknya, pola asuh otoriter maupun permisif cenderung meningkatkan risiko masalah emosional dan perilaku maladaptif.

Dari sisi kesehatan mental, penelitian ini menemukan bahwa 45,0% remaja berada dalam kategori normal, 31,9% borderline, dan 23,0% abnormal. Kondisi ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga responden berada pada area risiko dan memerlukan perhatian khusus. Hasil uji Chi-Square menunjukkan *p-value* 0,001, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Hal ini memperkuat teori Baumrind (1991) bahwa pola asuh orang tua berperan penting dalam pembentukan perilaku, emosi, dan kesehatan mental anak.

Faktor yang dapat menjelaskan hubungan tersebut adalah adanya komunikasi, perhatian, dan dukungan emosional yang lebih besar pada pola asuh demokratis. Remaja yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki rasa percaya diri, kontrol diri, dan kemampuan sosial yang lebih baik, sehingga terhindar dari tekanan psikologis berlebihan. Sebaliknya, remaja dengan pola asuh otoriter lebih rentan mengalami kecemasan karena tekanan yang tinggi, sedangkan pola asuh permisif dapat menimbulkan perilaku impulsif dan kesulitan mengatur emosi. Penelitian ini sejalan dengan temuan Surbakti & Seprilla (2020) yang menyatakan bahwa pola asuh yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko gangguan emosional pada remaja.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden mengalami pola asuh demokratis, masih ada remaja dengan kondisi kesehatan mental borderline hingga abnormal. Hal ini mengindikasikan bahwa kesehatan mental remaja

tidak hanya dipengaruhi oleh pola asuh, tetapi juga faktor lain seperti lingkungan sekolah, tekanan akademik, relasi pertemanan, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Dengan demikian, intervensi untuk meningkatkan kesehatan mental remaja tidak hanya berfokus pada orang tua, tetapi juga perlu melibatkan pihak sekolah dan tenaga kesehatan.

Asumsi peneliti terhadap hasil ini adalah bahwa peran orang tua tetap menjadi faktor dominan, karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam pembentukan karakter dan kesehatan jiwa anak. Dukungan emosional, komunikasi yang terbuka, serta pengawasan yang seimbang dari orang tua terbukti dapat mencegah remaja dari risiko gangguan mental. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya kerja sama antara sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan dalam merancang program bimbingan serta konseling yang berkelanjutan, sehingga kesehatan mental remaja dapat terjaga secara optimal.

1. Pola Asuh di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan mendapatkan pola asuh demokratis (48,7%), sedangkan pola asuh otoriter (34,2%) dan permisif (17,1%) menempati proporsi yang lebih kecil. Hasil ini mendukung teori Baumrind dalam Subagia (2021), yang membagi pola asuh menjadi otoriter, demokratis, dan permisif. Pola demokratis ditandai dengan keseimbangan antara dukungan emosional dan kontrol, sehingga lebih kondusif bagi perkembangan psikologis anak. Sebaliknya, pola otoriter ditandai dengan tuntutan tinggi namun respons emosional rendah (Ayun, 2017), sedangkan pola permisif memberi kebebasan tanpa batasan jelas, sehingga anak lebih rentan terhadap masalah perilaku (Hazizah, 2019).

Sebagian besar remaja dengan pola asuh demokratis menunjukkan kondisi kesehatan mental lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Azzahra et al. (2021), yang menemukan bahwa pola demokratis mendorong anak menjadi mandiri, percaya diri, dan memiliki keterampilan sosial yang baik. Sebaliknya, pola otoriter seringkali menimbulkan rasa takut, rendah diri, dan gangguan emosi (Sari et al., 2020), sementara pola permisif membuat remaja kurang disiplin, mudah terpengaruh, serta rentan mengalami masalah mental (Mardhiah et al., 2022). Kondisi tersebut mempertegas bahwa pola asuh berperan langsung dalam pembentukan kesehatan mental remaja.

Distribusi data menunjukkan bahwa pola asuh demokratis lebih banyak diterapkan pada keluarga dengan pendidikan orang tua yang lebih tinggi, sedangkan pola asuh otoriter dan permisif lebih sering ditemukan pada keluarga dengan pendidikan rendah. Selain itu, faktor pekerjaan juga berpengaruh, di mana orang tua yang bekerja penuh waktu cenderung kurang memiliki waktu bersama anak sehingga gaya pengasuhan menjadi lebih permisif. Hal ini sejalan dengan penelitian Fatmawati et al. (2021) yang menemukan bahwa tingkat pendidikan dan pekerjaan orang tua memengaruhi pola komunikasi dalam keluarga, serta dengan Yuliana (2020) yang menyebutkan bahwa rendahnya keterlibatan orang tua meningkatkan risiko munculnya pola asuh tidak konsisten.

Dukungan keluarga berperan penting dalam menentukan pola asuh. Menurut Kholifah & Sodikin (2020), keluarga dengan komunikasi terbuka cenderung menerapkan pola demokratis, sedangkan keterbatasan waktu atau tekanan ekonomi sering memunculkan pola permisif atau otoriter. Penelitian Ningrum et al. (2023) juga menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak konsisten meningkatkan risiko masalah

kesehatan mental pada remaja. Dengan demikian, pola asuh tidak dapat dilepaskan dari faktor sosial, ekonomi, dan pendidikan orang tua (Fatmawati et al., 2021).

Hasil penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian Haniyah et al. (2022), yang menemukan mayoritas remaja mendapat pola asuh otoriter (78,5%) dan mengalami tekanan psikologis. Sama seperti penelitian ini, keduanya menunjukkan bahwa pola otoriter berdampak negatif pada kesehatan mental. Namun, perbedaannya terletak pada distribusi pola asuh: penelitian Haniyah et al. (2022) menunjukkan dominasi pola otoriter, sedangkan pada penelitian ini pola demokratis lebih dominan. Penelitian Maula et al. (2023) juga memperkuat bahwa pola asuh berhubungan dengan kesehatan mental remaja, khususnya bila digabungkan dengan faktor teman sebaya. Sebaliknya, Kurnia (2024) menemukan tidak ada hubungan signifikan, dengan alasan faktor eksternal seperti tekanan akademik lebih dominan. Perbedaan ini menunjukkan bahwa konteks lokasi, budaya keluarga, dan kondisi sosial memengaruhi perbedaan hasil antar penelitian.

2. Kesehatan Mental aspek Kesulitan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan memiliki kesehatan mental aspek kesulitan kategori normal (45,0%), borderline (31,9%), dan abnormal (23,0%). Menurut Goodman (1997), aspek kesulitan mencakup gejala emosional, perilaku bermasalah, hiperaktivitas, serta kesulitan dalam hubungan dengan teman sebaya. Proporsi kategori borderline dan abnormal menunjukkan masih banyak remaja yang menghadapi hambatan psikologis.

Hasil penelitian lebih lanjut memperlihatkan bahwa remaja dengan skor abnormal pada aspek kesulitan cenderung berasal dari kelompok dengan pola asuh otoriter dan permisif. Faktor lain seperti tekanan akademik, kurangnya perhatian keluarga, dan lingkungan sosial yang tidak mendukung memperbesar risiko. Erikson menjelaskan bahwa kegagalan remaja dalam menyelesaikan tahap pencarian identitas dapat menimbulkan kecemasan, depresi, serta perilaku menyimpang (Syafitri, 2024).

Distribusi data juga menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih banyak berada pada kategori borderline dan abnormal dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat dipengaruhi faktor hormonal maupun perbedaan beban peran sosial. Lumintang et al. (2023) menemukan bahwa remaja perempuan cenderung lebih rentan terhadap stres emosional meskipun memiliki kemampuan empati lebih tinggi.

Faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan sekolah turut berperan penting. Fatmawati et al. (2021) menyebutkan bahwa komunikasi keluarga yang terbuka mampu mengurangi risiko gangguan emosional. Sementara itu, Yuliana (2020) menegaskan bahwa rendahnya keterlibatan orang tua meningkatkan prevalensi stres dan depresi pada remaja.

Temuan ini sejalan dengan Tyas & Zulfikar (2021), yang menunjukkan remaja dengan dukungan keluarga rendah lebih banyak mengalami stres sedang (38,2%) hingga berat (44,7%). Hermawan (2021) juga menegaskan faktor psikososial berkontribusi besar pada masalah emosional. Namun, hasil ini berbeda dengan Endah et al. (2022) pada usia produktif, yang menemukan stres sedang (44,1%) lebih dominan dibandingkan stres berat, sehingga menunjukkan remaja lebih rentan mengalami kesulitan emosional lebih awal.

3. Kesehatan Mental aspek Kekuatan di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

Sebagian besar remaja dalam penelitian ini masih memiliki aspek kekuatan berupa perilaku prososial, dengan proporsi tertinggi pada kategori normal. Aspek kekuatan meliputi kepedulian, empati, membantu teman, dan keterlibatan sosial (Goodman, 2001). Meskipun terdapat remaja dengan skor abnormal pada aspek kesulitan, keberadaan perilaku prososial menjadi modal penting dalam menjaga kesehatan mental.

Hasil analisis menunjukkan bahwa remaja dengan pola asuh demokratis lebih dominan pada kategori prososial tinggi, sementara remaja dengan pola asuh otoriter dan permisif cenderung lebih rendah. Pola asuh yang memberikan keseimbangan antara kebebasan dan kontrol terbukti mendukung perkembangan tanggung jawab dan solidaritas (Azzahra et al., 2021; Devita, 2020).

Distribusi lebih lanjut memperlihatkan bahwa remaja perempuan menunjukkan skor prososial lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian Lumintang et al. (2023), yang menyatakan bahwa remaja perempuan memiliki tingkat empati lebih besar dibandingkan laki-laki, meskipun lebih rentan mengalami stres pascamenstruasi.

Lingkungan sosial dan sekolah juga memengaruhi kekuatan remaja. Ningrum et al. (2023) menemukan bahwa keterlibatan dalam organisasi sekolah dan kegiatan sosial dapat meningkatkan perilaku prososial. Dukungan keluarga juga terbukti memperkuat aspek ini, karena remaja yang merasa dihargai lebih mudah menumbuhkan empati dan solidaritas (Maula et al., 2023).

Hasil penelitian ini selaras dengan Hermawan (2021), yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan erat dengan perilaku prososial. Tyas & Zulfikar (2021) juga menegaskan bahwa keterlibatan keluarga meningkatkan perilaku positif anak. Namun, berbeda dengan Kurnia (2024), yang menemukan perilaku prososial lebih dipengaruhi oleh sekolah dan teman sebaya dibandingkan pola asuh.

4. Hubungan Pola Asuh dengan Kesehatan Mental aspek Kesulitan

Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh dengan kesehatan mental aspek kesulitan ($p = 0,001$). Remaja dengan pola asuh demokratis lebih banyak berada pada kategori normal, sedangkan remaja dengan pola asuh otoriter dan permisif lebih banyak berada pada kategori borderline hingga abnormal. Hal ini menunjukkan peran penting pola asuh dalam menentukan kondisi psikologis remaja.

Analisis lebih lanjut memperlihatkan bahwa remaja yang mendapat pola asuh otoriter mengalami tekanan lebih besar, sedangkan remaja dengan pola asuh permisif cenderung menunjukkan perilaku tidak disiplin. Sebaliknya, remaja dengan pola asuh demokratis menunjukkan kemampuan adaptasi lebih baik. Menurut teori attachment Bowlby, pola pengasuhan yang hangat dan konsisten mampu memperkuat ikatan emosional dan mencegah munculnya gangguan psikologis (Bowlby, 1988 dalam Subagia, 2021).

Distribusi data juga menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pendidikan orang tua lebih tinggi cenderung berada pada kategori normal. Faktor pendidikan memengaruhi gaya pengasuhan, di mana orang tua berpendidikan tinggi lebih cenderung menerapkan pola asuh demokratis (Fatmawati et al., 2021). Sebaliknya, keterbatasan ekonomi dan pendidikan berhubungan dengan pola asuh otoriter atau permisif.

Lingkungan sosial turut memperkuat hubungan ini. Yuliana (2020) menyebutkan bahwa remaja dengan dukungan keluarga rendah lebih banyak mengalami masalah emosional. Kondisi ini diperburuk dengan keterbatasan sistem dukungan di sekolah

maupun masyarakat. Faktor eksternal ini memperlihatkan bahwa pola asuh tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi interaksi dengan lingkungan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Tyas & Zulfikar (2021), yang menemukan hubungan signifikan antara pola asuh dengan tingkat stres remaja. Haniyah et al. (2022) juga melaporkan bahwa pola asuh otoriter mendominasi kelompok dengan tekanan psikologis tinggi. Namun, berbeda dengan Kurnia (2024), yang tidak menemukan hubungan signifikan karena faktor lingkungan sekolah lebih dominan memengaruhi kesehatan mental.

5. Hubungan Pola Asuh dengan Kesehatan Mental aspek Kekuatan

Hasil uji chi-square pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pola asuh dengan kesehatan mental aspek kekuatan dengan nilai $p = 0,473$ ($p > 0,05$). Temuan ini memperlihatkan bahwa meskipun pola asuh demokratis, otoriter, dan permisif memiliki perbedaan karakteristik, pengaruhnya terhadap perilaku prososial tidak terlihat nyata secara statistik. Kondisi ini berbeda dengan penelitian Hermawan (2021) yang melaporkan adanya hubungan pola asuh dengan perilaku prososial, namun serupa dengan temuan Kurnia (2024) yang juga menemukan hasil tidak signifikan.

Secara deskriptif, data penelitian ini menunjukkan bahwa remaja dengan pola asuh demokratis cenderung berada pada kategori prososial normal (48,7%), sedangkan remaja dengan pola asuh otoriter banyak berada pada kategori borderline (50,0%), dan permisif sebagian masuk kategori abnormal (11,9%). Hasil ini selaras dengan penelitian Tyas & Zulfikar (2021) yang menyebutkan bahwa pola asuh demokratis lebih mendukung keterlibatan sosial remaja, walaupun pada penelitian ini perbedaannya tidak signifikan secara statistik.

Faktor eksternal tampaknya lebih dominan dalam membentuk aspek kekuatan. Teori ekologi Bronfenbrenner menekankan bahwa perkembangan perilaku prososial anak dipengaruhi oleh mikrosistem seperti sekolah dan teman sebaya. Hal ini didukung oleh penelitian Maula et al. (2023) yang menemukan bahwa dukungan sosial dari sekolah meningkatkan keterampilan sosial remaja, serta penelitian Ningrum et al. (2023) yang menegaskan peran aktivitas kelompok sebaya dalam membangun empati. Dengan demikian, meski pola asuh beragam, remaja masih dapat membentuk perilaku prososial melalui faktor lingkungan.

Selain itu, penelitian Widayanti (2023) juga menekankan pentingnya dukungan emosional dari keluarga dalam menjaga stabilitas psikologis, meskipun tidak selalu berhubungan langsung dengan aspek kekuatan. Dalam konteks ini, peran orang tua sebagai pendamping tetap penting, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menentukan. Temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa kekuatan psikologis remaja merupakan hasil interaksi banyak faktor, bukan hanya pola asuh.

Hasil penelitian ini akhirnya menegaskan bahwa hubungan pola asuh dengan kesehatan mental aspek kekuatan tidak signifikan, dengan temuan serupa pada penelitian Kurnia (2024). Namun, secara deskriptif hasil ini masih memperlihatkan arah yang sama dengan penelitian Hermawan (2021) dan Tyas & Zulfikar (2021), yang menunjukkan bahwa pola asuh demokratis memiliki kecenderungan lebih positif bagi perkembangan perilaku prososial. Perbedaan signifikan atau tidaknya hubungan ini kemungkinan dipengaruhi oleh konteks lingkungan sosial, pendidikan, dan dukungan eksternal yang berbeda di setiap penelitian.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai *“Hubungan Pola Asuh dengan Kesehatan Mental pada Remaja”* menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pola asuh demokratis berada pada kategori normal baik pada aspek kekuatan (48,7%) maupun aspek kesulitan (40,6%), sedangkan responden dengan pola asuh otoriter cenderung berada pada kategori borderline dan responden dengan pola asuh permisif sebagian berada pada kategori abnormal. Hasil uji Chi-Square menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan kesehatan mental aspek kekuatan ($p\text{-value} = 0,473$; $p > 0,05$), namun terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan kesehatan mental aspek kesulitan ($p\text{-value} = 0,000$; $p < 0,05$).

Saran

Penelitian ini diharapkan tidak hanya menjadi referensi bagi civitas akademika, khususnya STIKES Wira Husada Yogyakarta, tetapi juga dapat dijadikan dasar dalam penyusunan modul atau materi edukasi mengenai pola asuh dan kesehatan mental remaja. Modul tersebut dapat dimanfaatkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat maupun pelatihan bagi mahasiswa keperawatan, sehingga mereka mampu memberikan edukasi langsung kepada masyarakat secara efektif.

Bagi remaja di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pentingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari. Remaja diharapkan mampu mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta lebih terbuka dalam menyampaikan kondisi psikologis yang dirasakan. Melalui pemahaman ini, diharapkan remaja dapat meningkatkan kekuatan mentalnya dan mengurangi kesulitan psikologis yang dihadapi, sehingga mampu menjalani masa remaja dengan lebih baik.

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam melakukan penelitian dengan lingkup yang lebih luas serta menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kesehatan mental, misalnya faktor teman sebaya, lingkungan sekolah, maupun kondisi ekonomi keluarga. Penelitian berikutnya juga disarankan untuk melakukan intervensi yang lebih aplikatif, seperti program edukasi kelompok, pelatihan relaksasi, atau kegiatan sosial remaja yang terstruktur, sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih komprehensif dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan maupun kesehatan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan kontribusi dalam pelaksanaan hingga penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta, Ibu Daswati Rofiatun Sahifah, S.T., M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 1 Prambanan, yang telah memberikan izin serta

memfasilitasi pelaksanaan penelitian. Penulis menyampaikan terima kasih kepada Ibu Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Keperawatan dan dosen pembimbing utama atas bimbingan, arahan, dan waktu yang telah diberikan selama proses penyusunan penelitian ini, Ibu Nur Anisah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ., selaku dosen pembimbing kedua, serta Ibu Dr. Atik Ba'diah, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan evaluasi yang membangun. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta atas ilmu, motivasi, serta dukungan yang telah diberikan selama masa studi hingga terselesaikannya penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Amelia, R., Putri, A., & Nugraha, Y. (2023). Prevalensi gangguan mental pada remaja: Tantangan dan strategi intervensi. *Jurnal Psikiatri Indonesia*, 9(2), 101–110.
2. Ayun, Q. (2017). Pola asuh otoriter dan implikasinya terhadap perkembangan anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(1), 45–53.
3. Azzahra, A., Ramadhani, S., & Fauziah, N. (2021). Pola asuh demokratis dan dampaknya terhadap kemandirian anak. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 33–42.
4. Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
5. Devita, R. (2020). Pola asuh demokratis dan perilaku prososial pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 55–63.
6. Dinas Kesehatan Yogyakarta. (2023). *Laporan tahunan kesehatan jiwa remaja DIY 2023*. Dinkes DIY.
7. Dinas Kesehatan Sleman. (2024). *Laporan hasil skrining kesehatan jiwa remaja Kabupaten Sleman*. Dinkes Sleman.
8. Endah, S., Prasetyo, B., & Widodo, A. (2022). Stres pada usia produktif: Faktor penyebab dan dampaknya. *Jurnal Psikososial*, 14(3), 211–220.
9. Fatmawati, S., Nuraini, L., & Astuti, D. (2021). Pendidikan orang tua dan pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 13(1), 78–85.
10. Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581–586. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x>
11. Goodman, R. (2001). Psychometric properties of the Strengths and Difficulties Questionnaire. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(11), 1337–1345. <https://doi.org/10.1097/00004583-200111000-00015>
12. Haniyah, S., Nuraini, F., & Pratiwi, L. (2022). Hubungan pola asuh dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(2), 150–160.
13. Hazizah, A. (2019). Pola asuh permisif dan implikasinya terhadap perilaku remaja. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 23–30.
14. Hermawan, A. (2021). Faktor psikososial dan kesehatan mental remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(3), 88–97.
15. Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Kemenkes RI.
16. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA). (2024). *Laporan hasil Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)*. KemenPPPA RI.
17. Kholifah, I., & Sodikin, A. (2020). Pengaruh pola asuh terhadap kecemasan dan stres remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 44–51.
18. Kurnia, D., Setiawan, R., & Lestari, A. (2024). Hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 27(1), 1–9.
19. Lumintang, F., Sari, A., & Dewi, P. (2023). Kerentanan remaja perempuan terhadap stres emosional. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(2), 99–110.

20. Maula, S., Hidayat, A., & Fauzi, I. (2023). Pola asuh dan lingkungan teman sebaya dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(1), 12–21.
21. Mardhiah, R., Rahayu, N., & Putri, E. (2022). Pola asuh permisif dan dampaknya pada kesehatan mental remaja. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 66–74.
22. Ningrum, A., Wulandari, R., & Santoso, B. (2023). Pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 9(2), 134–145.
23. Sari, D., Ramadhani, T., & Wahyuni, F. (2020). Pola asuh otoriter dan gangguan emosi pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis*, 6(1), 21–30.
24. Subagia, A. (2021). *Teori pola asuh dan implikasinya terhadap perkembangan anak*. Yogyakarta: Deepublish.
25. Suryani, M. (2023). Pola asuh demokratis dan perkembangan psikososial remaja. *Jurnal Pendidikan Remaja*, 15(1), 50–61.
26. Syafitri, R. (2024). Pola asuh orang tua dan dampaknya terhadap kecemasan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(2), 122–130.
27. Tyas, N., & Zulfikar, H. (2021). Dukungan keluarga dan tingkat stres remaja. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 9(2), 145–153.
28. Widayanti, N. (2023). Dukungan emosional keluarga dalam menjaga kesehatan mental remaja. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 11(2), 34–42.
29. World Health Organization. (2019). *Mental disorders*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
30. World Health Organization. (2022). *Adolescent mental health*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
31. Yuliana, E. (2020). Keterlibatan orang tua dan kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 76–84.