



Hubungan Penggunaan Media Sosial Dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja Di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

The Relationship Between Social Media Use and Parental Parenting Styles with Adolescent Mental Health at SMK N 03 Bengkulu City in 2024

Septiya ¹⁾; Tita Septi Handayani ²⁾; Hengki Tranado ³⁾
^{1,2,3)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹⁾ tiahshh@gmail.com ; ²⁾ handayani_tita@yahoo.co.id ; ³⁾ hengkitranado@unived.ac.id

How to Cite :

Septiya., Handayani. T.S., Tranado. H. (2025). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Smk N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024. Jurnal Multidisiplin. 2(1).

ARTICLE HISTORY

Received [20 Juli 2025]

Revised [01 September 2025]

Accepted 04 September 2025]

KEYWORDS

Social Media, Parenting Style, Mental Health, Adolescents.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah penderita gangguan kesehatan jiwa meningkat menjadi 450 remaja, dan saat ini jumlah puncak penderita gangguan kesehatan jiwa di seluruh dunia mencapai 1 miliar orang, dengan prevalensi 20% orang pada remaja dan berdasarkan data dari We Are Social dan Houtsuite menunjukkan bahwa pengguna media sosial diperkirakan akan mencapai 4,62 miliar di seluruh dunia pada Januari 2022. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu tahun 2024. Metode yang digunakan adalah desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian Analitik dengan desain cross sectional, data dikumpulkan dengan menyebarkan kuesioner pada 91 responden remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu, Teknik pengambilan sampel menggunakan proporsional stratified random samplin. Hasil dalam penelitian didapatkan bahwa terdapat hampir sebagian dari responden (44,0%) dengan penggunaan media sosial pada kategori sering, Sebagian besar dari responden (70,3%) memiliki pola asuh orang tua permisif, lebih dari sebagian responden (59,3%) memiliki gangguan mental emosional. Uji statistik didapatkan hasil penggunaan media sosial (0,012) dan pola asuh orangtua (0,146) dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu. Ada hubungan penggunaan media sosial dan tidak adanya hubungan pola asuh orangtua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu tahun 2024. Hampir sebagian dari responden (44,0%) menggunakan media sosial pada kategori sering.

ABSTRACT

According to data from the World Health Organisation (WHO), the number of people suffering from mental health disorders has increased to 450 adolescents, and currently the peak number of people suffering from mental health disorders worldwide has reached 1 billion people, with a prevalence of 20% among adolescents. Data from We Are Social and Houtsuite shows that social media users are estimated to reach 4.62 billion worldwide by January 2022. The purpose of this study is to investigate the relationship between social media use and parenting styles with adolescent mental health at SMK N 03 Kota Bengkulu in 2024. The method used was a quantitative research design employing an analytical cross-sectional study design. Data were collected by distributing questionnaires to 91 adolescent respondents at SMK N 03 Kota Bengkulu. The sampling technique used was proportional stratified random sampling. The results of the study revealed that nearly half of the respondents (44.0%) fell into the 'frequent' category for social media use, the majority of respondents (70.3%) had permissive parenting styles, and

more than half of the respondents (59.3%) exhibited emotional mental disorders. Statistical tests revealed that social media use (0.012) and parenting style (0.146) were associated with mental health among adolescents at SMK N 03 Kota Bengkulu. There was a relationship between social media use and mental health among adolescents at SMK N 03 Kota Bengkulu in 2024, but no relationship between parenting style and mental health. Nearly half of the respondents (44.0%) use social media frequently.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi telah mengubah cara manusia berkomunikasi dan berinteraksi antar sesama manusia tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Teknologi memungkinkan seseorang mengumpulkan wawasan data dengan mudah dan berkomunikasi secara sosial, dan yang terkena dampak pada akhirnya semua orang dalam berbagai tingkat usia harus menyesuaikan diri terhadap hal ini, tidak terkecuali remaja. Salah satu dampak teknologi pada kehidupan remaja yaitu tersedianya akses ke media sosial. Semua orang, baik anak-anak hingga dewasa dapat memiliki akun sosial medianya masing-masing, terutama para remaja. Kebanyakan para remaja menggunakan sosial media untuk mendapatkan informasi terbaru mengenai gaya hidup (Sri Yuhana et al., 2023).

Semakin canggihnya gadget penggunaan internet menjadi hal yang tidak dapat dihindari, kapanpun dan dimanapun semua orang dapat menjelajahi secara bebas di dunia maya. Berdasarkan hasil riset We Are Social Hootsuite dalam (Andiarna et al., 2020) yang dirilis pada Januari 2019 menyatakan bahwa pengguna media sosial di Indonesia mencapai 150 juta (56% dari total populasi). Hal ini terdapat kenaikan sebesar 20% dari hasil survei sebelumnya. Sedangkan untuk pengguna media sosial pada gadget 130 juta (sekitar 48% dari populasi). Pemanfaatan internet dikalangan remaja merupakan suatu kebutuhan terutama pada saat proses pembelajaran. Di sisi lain, remaja yang tidak bisa mengendalikan diri menggunakan internet secara berlebihan untuk mengakses jejaring sosial (Andiarna et al., 2020).

Menurut data National Institute of Mental Health (NIMH 2019), Insiden tertinggi masalah kesehatan mental pada remaja terjadi pada usia 17 hingga 18 tahun. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah penderita gangguan kesehatan jiwa meningkat menjadi 450 remaja, dan saat ini jumlah puncak penderita gangguan kesehatan jiwa di seluruh dunia mencapai 1 miliar orang, dengan prevalensi 20% orang pada remaja. Di seluruh dunia, diperkirakan 10-20% remaja mempunyai masalah kesehatan mental yang tidak terdiagnosis dan diobati dengan baik. Gangguan kesehatan mental pada remaja berjumlah 197 juta orang pada tahun 2019 dan 277 kasus pada tahun 2021, menunjukkan bahwa setiap tahun kasus serupa terus meningkat terutama pada anak-anak dan remaja, dimana strukturnya terus meningkat, yaitu 1 dari 5 remaja atau setara dengan 20 % remaja, berisiko sangat tinggi terkena gangguan kesehatan mental (Aziz et al., 2021).

WHO menjelaskan, faktor yang menjadi fenomena baru yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja saat ini akibat dari kemajuan teknologi dan media sosial (WHO, 2019). Berdasarkan data dari We Are Social dan Hootsuite (2022) menunjukkan bahwa pengguna media sosial diperkirakan akan mencapai 4,62 miliar di seluruh dunia pada Januari 2022. Jumlah ini setara dengan 58,4% populasi dunia. Indonesia memiliki 191,4 juta pengguna media sosial pada Februari 2022. Pew Research Center melaporkan bahwa 92% anak usia 13 hingga 17 tahun online setiap hari, dan sekitar 45% remaja mengatakan bahwa mereka online hampir terus-menerus (PRC, 2018).

Jumlah pengguna media sosial di Indonesia sendiri sudah mencapai 204,7 juta dan 191,4 juta aktif di jejaring sosial. Indonesia memiliki 191,4 juta pengguna media sosial pada Februari 2022, angka ini setara dengan 68,9% dari total penduduk Indonesia pada Februari 2022. Penggunaan media sosial di Indonesia meningkat 12,6% atau 21 juta pengguna per tahun. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), bahwa pengguna internet di Indonesia pada tahun 2023 mengalami peningkatan sebesar 1,17 persen dari tahun sebelumnya, yaitu mencapai 215 juta pengguna dari total populasi 275 juta jiwa (APJII, 2023). Media sosial yang paling banyak diakses oleh masyarakat Indonesia adalah WhatsApp (88,7%), Instagram (84,8%), Facebook (81,3%), Tiktok (63,1%), dan Telegram (62,8%). Studi ini menunjukkan bahwa hingga Januari 2023, sebanyak 77% dari penduduk Indonesia atau 212,9 juta jiwa merupakan pengguna aktif internet (Kominfo, 2023). Kelly mengatakan penggunaan media sosial menyebabkan gejala depresi pada 50%, pelecehan online pada 61,3%, harga diri rendah pada 30,7%, ketidakpuasan berat badan pada 70%, ketidakpuasan terhadap penampilan 27,2% dan kurang tidur 52,7%. Dampak pengaruh media sosial terhadap individu adalah menurunnya kesehatan mental, seperti depresi akibat cyberbullying.



Berdasarkan Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, lebih dari 19 juta orang berusia 15 tahun ke atas ditemukan menderita kesehatan mental. Prevalensi masalah kesehatan mental pada anak dan remaja di Indonesia sebesar 40%. Survei Nasional Kesehatan Mental Remaja Indonesia tahun 2022 juga menemukan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia menderita masalah kesehatan mental. Menurut (Rachmawati, 2020) faktor yang mempengaruhi masalah mental emosional pada remaja yaitu lingkungan keluarga (pola asuh), lingkungan teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan media sosial.

Penggunaan media sosial memiliki banyak dampak positif seperti memudahkan seseorang untuk berinteraksi dengan banyak orang, memperluas pergaulan, dan penyebaran informasi dapat berlangsung secara cepat namun juga dapat menimbulkan dampak negatif seperti membuat orang-orang menjadi kecanduan terhadap internet, rentan terhadap pengaruh buruk dari orang lain, tekanan emosional, kecemasan, kelelahan mata, gangguan tidur, stres. Penelitian menemukan bahwa remaja yang menggunakan media sosial lebih dari 3 jam perhari berisiko tinggi terhadap masalah kesehatan mental terutama masalah internalisasi atau citra diri (Riehm et al. 2019). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sri Yuhana et al., 2023) pada kelompok remaja di SMA N 8 Semarang, yang menilai “ Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja” dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja di SMA N 8 Semarang, dengan nilai rho = 0,607 dan nilai p value 0,000 (< 0,05).

Gaya dkk., (2021) mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang bisa menyebabkan remaja kecanduan media sosial, antara lain orang tua yang permisif atau orang tua yang membiarkan anaknya mengambil keputusan sendiri. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Siburian & Ricky, 2024) pada siswa di SMAN 1 Parangpong, yang meneliti “Hubungan kecanduan media sosial dengan Kesehatan mental remaja di SMAN 1 parangpong” menunjukkan hasil penelitian bahwa adanya hubungan yang lemah dan berbanding terbalik antara kecanduan media sosial dengan kesehatan mental remaja di SMAN 1 Parangpong karena memiliki nilai (pv = -0.109).

Banyaknya masalah gangguan kesehatan mental pada remaja di Indonesia, memerlukan peran dari keluarganya dengan membuat lingkungan keluarga yang mendukung perkembangan anak ketika remaja. Akan lebih efektif lagi apabila dilakukan sejak dari kecil agar terhindar dari gangguan kesehatan mental pada usia remaja. Anak-anak yang kurang mendapatkan perhatian akan memiliki risiko mengalami gangguan mental dengan ciri-ciri antara lain sering melakukan hal yang menarik perhatian guna mendapatkan kasih sayang, bersikap acuh tak acuh, sering memperhatikan gerak-gerik orang tua, bahkan terkadang hingga menyakiti orangtuanya (Izzuddin, 2018). Dari hal-hal diatas, maka peran lingkungan keluarga dalam mengasuh dan mendidik merupakan hal penting dalam perkembangan dan pembentukan kepribadian seorang anak agar terhindar dari gangguan kesehatan mental pada saat remaja nanti.

Pola asuh orang tua adalah sikap dan perilaku orang tua untuk melindungi, memenuhi kebutuhan, dan membimbing anak dalam kehidupan sehari-hari. Pola asuh orang tua dapat dilihat dari bagaimana orang tua bertindak, mempengaruhi emosi anak, dan menanamkan sikap terpuji dalam diri mereka sendiri. Pola asuh yang diberikan oleh orang tua dari setiap keluarga berbeda-beda, ada yang membentuk karakter anak melalui pola asuh permisif, ada yang melalui pola asuh otoriter dan ada yang membentuk karakter anak melalui pola asuh demokratis (Kholifah & Sodikin 2020).

Mengasuh anak pada dasarnya adalah pendidikan anak tentang menyesuaikan diri dengan norma dan nilai yang dapat diterima secara sosial, serta menanamkan disiplin. Ini mencakup sikap dan tindakan orang tua dalam interaksi mereka dengan anak-anak mereka, termasuk perhatian dan tanggapan yang mereka berikan, yang pada akhirnya membentuk kepribadian anak. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Fasya, 2023) pada siswa di MAAL Wathoniyah 43 Jakarta utara, yang meneliti “Hubungan Pola Asuh Orang tua terhadap Kesehatan Mental Remaja” hasil penelitian didapatkan rata-rata pola asuh otoriter adalah 62,2%, pola asuh demokratis 7,8%, dan pola asuh permisif 30,0%. Pola asuh yang dominan adalah pola asuh otoriter. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Kurnia, 2024) pada siswa di SMPN 03 seluas Kalimantan barat, yang meneliti “Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja” hasil penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental (p value = 0,054), nilai r hitung (-158).

Berdasarkan data yang diperoleh dari dinas kesehatan provinsi Bengkulu didapatkan data pada tahun 2020 total jumlah kunjungan gangguan jiwa di- provinsi Bengkulu baik rawat inap maupun rawat jalan di rumah sakit dan puskesmas, maupun sarana pelayanan kesehatan lainnya sebanyak 2.428 sehingga seluruh kunjungan gangguan jiwa diprovinsi Bengkulu pada tahun 2020 sebesar 0,1%, dan pada tahun 2023 sebanyak 7.780 sehingga seluruh kunjungan gangguan jiwa diprovinsi Bengkulu sebesar 0,4 %. Menurut data yang didapatkan dari RSKJ Soeprato provinsi Bengkulu jumlah remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental mulai dari umur 15-18 tahun, terdapat pada tahun 2022 sebanyak 6 orang, tahun 2023 sebanyak 23 orang, dan pada tahun 2024 sebanyak 27 orang.

Berdasarkan jurnal penelitian terdahulu yang berjudul “Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Resiliensi dan Problemsolving Remaja di SMK Negeri 03 kota Bengkulu” yang juga meneliti tentang kesehatan mental remaja dengan jumlah sampel sebanyak 108, hasil penelitian menunjukkan bahwa R square sebesar 0,163 (16,3%) dimana 16,3% dari kesehatan mental tidak memengaruhi resiliensi dan problemsolving di SMK Negeri 03 Kota Bengkulu, jadi perlu untuk dilakukan penelitian terdalem terkait variabel lain yang mungkin berhubungan, seperti penggunaan media sosial dan pola asuh orangtua dengan kesehatan mental.

Menurut informasi yang didapatkan dari wakil kurikulum di SMK N 03 Kota Bengkulu, mengatakan bahwa banyak dari siswa/siswi di SMK N 03 Kota Bengkulu kecanduan menggunakan platform media sosial seperti Tiktok, Instagram, Telegram dan lain-lainnya. Survei awal yang dilakukan langsung ke lokasi penelitian yaitu di SMK N 03 Kota Bengkulu yang beralamat di jalan Jati Sawah Lebar No.42 kota Bengkulu yang dilakukan pada tanggal 07 November 2024, dengan wawancara langsung pada siswa remaja sebanyak 6 orang, 4 diantaranya mengatakan pengguna aktif media sosial dengan durasi menggunakan media sosial lebih dari 4 jam setiap harinya, 2 orang siswa mengatakan jarang mengakses media sosial dengan durasi menggunakan media sosial hanya 2-3 jam setiap harinya, dan 6 orang siswa tersebut mengatakan menggunakan platform media sosial seperti tiktok, whatsapp, instgram, dan facebook.

Data lain yang didapatkan peneliti pada saat pra penelitian dari 6 orang siswa tersebut ada 3 orang siswa mengatakan seringkali merasa sulit berpikir jernih, kehilangan nafsu makan, dan merasa cemas, dan 3 diantaranya tidak memiliki tanda dan gejala tentang gangguan kesehatan mental seperti hilangnya nafsu makan, dan gangguan kecemasan. 6 orang siswa tersebut, 3 orang diantaranya merasa orangtua tidak bisa memahami masalah dan kekhawatiran mereka, orangtua juga jarang bertanya tentang kegiatan apa saja yang dilakukan disekolah, orangtua seringkali mengontrol semua tindakan yang dilakukan dirumah maupun diluar rumah, dan 3 orang siswa lainnya mengatakan orangtua selalu mengingatkan setiap waktu untuk belajar tentang mengenai mata pelajaran yang ada disekolah, orangtua juga membebaskan untuk bermain dengan teman sekelas tanpa batas waktu, orangtua juga seringkali menanyakan hal atau kegiatan apa saja yang dilakukan disekolah selama waktu belajar

LANDASAN TEORI

Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dimulai dari masa kematangan seksual pada usia 11 sampai 12 tahun sampai dengan usia 20 tahun yang akan memasuki masa dewasa muda (Windiarto, 2019). Masa remaja merupakan tahapan kehidupan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yaitu antara usia 10 hingga 19 tahun. Remaja mengalami perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial yang pesat. Hal ini memengaruhi cara mereka merasakan, berpikir, mengambil keputusan, dan berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya.

Pada masa ini, remaja mengadopsi pola perilaku yang berkaitan dengan pola makan, aktivitas fisik, penggunaan narkoba, dan aktivitas seksual yang dapat melindungi kesehatannya saat ini dan di masa depan. Untuk tumbuh dan berkembang dengan baik, remaja memerlukan informasi, termasuk pendidikan seks yang sesuai dengan usianya, kesempatan untuk mengembangkan keterampilan hidup, dan layanan kesehatan yang dapat diterima, adil, dan tepat serta efisien serta lingkungan yang aman dan mendukung. Remaja juga memerlukan kesempatan untuk berpartisipasi secara bermakna dalam perancangan dan implementasi intervensi untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan mereka. Memperluas peluang seperti ini penting untuk memenuhi kebutuhan dan hak unik generasi muda (WHO, 2022).

Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah ketika seseorang tidak mampu merasa bersalah terhadap dirinya sendiri, menerima kekurangan dan kelebihan, mampu menghadapi permasalahan hidup, serta mempunyai rasa sejahtera yang ada dalam dirinya adalah suatu keadaan atau kondisi (Erfianto, 2021). Kesehatan mental merupakan prasyarat kesejahteraan seseorang yang sadar akan kemampuannya. Kesehatan jiwa terlihat dari keselarasan perkataan dan tindakan, kemampuan dalam mengatasi permasalahan yang muncul, kemampuan aktif merasakan kesejahteraan dan merasakan kapasitas dalam diri.

Kesehatan mental setiap orang dapat berubah karena dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal, dan faktor tersebut mempengaruhi kesehatan mental remaja. Namun kedua faktor tersebut harus selalu diperhatikan dalam menjaga kesehatan mental (Ulya dan Setiyadi, 2021). Kesehatan mental adalah kemampuan beradaptasi terhadap diri sendirinya, dengan orang lain, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal. Kapasitas adaptif akan mengarahkan individu untuk melakukan hal tersebut menikmati hidup dan menghindari kecemasan, kekhawatiran dan ketidakbahagiaan (Ardani, 2020).



Media Sosial

Media sosial adalah alat digital yang memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial dan berinteraksi satu sama lain secara virtual. Menurut Ardianah dan Maharani (2021), media sosial merupakan sarana atau wadah yang memfasilitasi interaksi antara penggunanya dan bersifat komunikasi dua arah. Media sosial seringkali digunakan untuk membangun citra dan profil diri seseorang, dan juga dapat digunakan oleh para pelaku bisnis sebagai media pemasaran. Media sosial kini menjadi media utama untuk menyebarkan berita terkini tentang kehidupan masyarakat. media sosial dapat menghubungkan ke platform web dan seluler, sehingga memungkinkan penggunanya terhubung dengan orang lain melalui aplikasi seperti Facebook, Twitter, Instagram, Telegram, dan Line.

Media sosial adalah aplikasi yang memungkinkan orang membuat situs web pribadi untuk terhubung dengan banyak peserta media sosial serupa untuk berbagi informasi dan berkomunikasi. Jejaring sosial mengundang pihak-pihak yang berkepentingan untuk berpartisipasi dengan berkomentar, memberikan saran, memberikan informasi dengan cepat dan tanpa Batasan (Amirah dan Indriati, 2023).

Pola Asuh Orang Tua

Parenting sendiri terdiri dari dua kata, yaitu teladan dan kepedulian. Menurut kamus besar bahasa indonesia, pola sendiri dapat diartikan sebagai motif, bentuk, atau ragam. Dan kata “asuhan” sendiri dapat diartikan sebagai mengasuh atau melindungi anak (Sari, 2020).

Pola asuh orang tua merupakan faktor terpenting dalam membentuk perilaku dan kepribadian anak, tentunya menjadi tanggung jawab setiap orang tua. Pekerjaan orang tua dengan anak tidak hanya sebatas mengasuh dan membesarkan anak (Subagia, 2021). Pola asuh orang tua merupakan keseluruhan interaksi antara orang tua dan anak, dimana orang tua mendorong anaknya dengan mengubah perilaku, pengetahuan, dan nilai-nilai yang dianggap paling tepat oleh orang tua agar anak dapat mandiri, matang, dan berkembang secara sehat dan optimal. Percaya diri, ingin tahu, ramah dan berorientasi pada kesuksesan (Tridhonanto, 2019).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non-eksperimental dan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis observasional dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian cross-sectional merupakan jenis penelitian yang data observasi subjek penelitian hanya diukur satu kali dalam satu waktu (Harlan dan Johan, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sering	40	44.0
Kadang-Kadang	39	42.9
Jarang	12	13.2
Jumlah	91	100

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari 91 responden, terdapat hampir Sebagian dari responden (44,0%) dengan penggunaan media sosial pada kategori sering.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pola Asuh Orang Tua pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Pola Asuh Orang Tua	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Demokratis	24	26,4
Permisif	64	70,3
Otoriter	3	3,3
Jumlah	91	100

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa dari 91 responden, terdapat Sebagian besar dari responden (70,3%) memiliki pola asuh orang tua permisif.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Kesehatan Mental	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sehat	37	40,7
Gangguan mental emosional	54	59,3
Jumlah	91	100

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa dari 91 responden, terdapat lebih dari sebagian responden (59,3%) memiliki gangguan mental emosional

Analisis Bivariat

Tabel 4 Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu

Penggunaan Media Sosial	Kesehatan Mental				Total		p - Value
	Sehat		Gangguan Mental		N	%	
	F	%	F	%			
Sering	11	27.5	29	72.5	40	100.0	
Kadang-Kadang	17	43.6	22	56.4	39	100.0	0.012
Jarang	9	75.0	3	25.0	12	100.0	
Total	37	40,7	54	59.3	91	100	

Dari tabel 4 menunjukkan bahwa dari 40 responden dengan penggunaan media sosial pada kategori sering terdapat 11 responden (27.5%), memiliki mental yang sehat, dan 29 responden (72.5%) memiliki gangguan mental emosional. Sedangkan dari 39 responden penggunaan media sosial pada kategori kadang-kadang terdapat 17 responden (43.6%) memiliki mental yang sehat, dan 22 responden (56.4%) memiliki gangguan emosional. Dan dari 12 responden penggunaan media sosial media pada kategori jarang terdapat 9 responden (75.0%) memiliki mental yang sehat dan 3 responden (25.0%) memiliki gangguan mental emosional.

Untuk mengetahui hubungan pnggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu digunakan uji chi-square. Dengan nilai asymp.sig (p)=0.012. Karena nilai $p < 0.05$ berarti ada hubungan yang signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti secara statistik ada hubungan yang bermakna antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu.

Tabel 5 Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Pola Asuh Orang Tua	Kesehatan Mental				Total		p - Value
	Sehat		Gangguan Mental		N	%	
	F	%	F	%			
Demokratis	6	25.0	18	75.0	24	100.0	
Permisif	29	45.3	35	54.7	64	100.0	0.146
Otoriter	2	66.7	1	33.3	3	100.0	
Total	37	40.7	54	59.3	91	100	

Dari tabel 5 menunjukkan bahwa dari 24 responden pola asuh demokratis terdapat 6 responden (25.0%) memiliki mental yang sehat 18 responden (75.0%) memiliki gangguan mental emosional. Sedangkan dari 64 responden pola asuh permisif terdapat 29 responden (45.3%) memiliki mental yang sehat dan 35 responden (54.7%) memiliki gangguan mental emosional. Dan 3 responden pola asuh otoriter terdapat 2 responden (66.7%) memiliki mental yang sehat dan 1 responden (33.3%) memiliki gangguan mental emosional.

Untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu digunakan uji chi-square. Dengan nilai asymp.sig (p)=0.146. Karena nilai $p < 0.05$ berarti tidak ada hubungan yang signifikan, maka H_a ditolak dan H_0 diterima yang berarti secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu.



Pembahasan

Gambaran Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 91 responden, terdapat Sebagian responden (44.0%) penggunaan media sosial pada kategori sering dengan frekuensi sebanyak 40 responden, sebagian kecil (42.9%) dari responden penggunaan media sosial pada kategori kadang-kadang dengan frekuensi sebanyak 39 responden, serta sebagian kecil (13.2%) dari responden menggunakan media sosial pada kategori jarang dengan frekuensi sebanyak 12 responden pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Berdasarkan tabel 1 dapat di ketahui bahwa frekuensi responden yang di teliti paling banyak menggunakan media sosial sering dan yang paling sedikit menggunakan media sosial jarang pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Dalam penggunaan media sosial, remaja biasanya menggunakannya untuk membagikan tentang kegiatan pribadinya, seperti curhatannya dan foto-foto bersama temannya. Dengan menggunakan media sosial, seseorang dengan bebas memberikan komentar serta menyalurkan pendapatnya kepada pengguna lain tanpa ada rasa khawatir. Dalam fase perkembangannya, remaja berada dalam fase dimana individu berusaha ingin menunjukkan eksistensi diri yang bersifat FOMO (Fear Of Missing Out) yaitu takut tertinggal dari tren atau kehidupan teman sebaya, sehingga sering memamerkan pengalaman atau barang mewah yang dimiliki (Sachiyati, 2023).

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan dampak negatif bagi remaja. Media sosial memang memiliki berbagai manfaat, seperti memungkinkan remaja untuk berhubungan dengan teman dan keluarga, terutama yang berada jauh, mencari teman baru, mengakses informasi atau tugas sekolah, serta berbagi berbagai jenis informasi seperti foto, video, dan dokumen. Namun, penggunaan yang berlebihan membuat remaja menghabiskan waktu lebih lama dari yang seharusnya, sehingga berpotensi menimbulkan berbagai dampak negative (Rosmalina, 2021).

Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Agustiah (2020) yang berjudul Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Belajar Siswa, disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar siswa yang dibuktikan dari hasil pengujian hipotesis diterima adalah H_a dan H_o yang ditunjukkan dengan nilai $t_{hitung} = 6,011$ lebih besar dari $t_{tabel} = 2.001$. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dipahami bahwa apabila penggunaan media sosial berlebihan akan berpengaruh sekali terhadap perilaku belajar siswa disekolah. Menurut asumsi peneliti Media sosial merupakan media online yang digunakan untuk mendapatkan informasi, berinteraksi, berkomunikasi, secara virtual tanpa bertatap muka. Namun media sosial dapat mengahlikan pikiran remaja untuk meniru, dan menjadi kan bahan pemuasan diri secara individu, Sebab yang lebih aktif dalam mengakses media sosial adalah kalangan remaja.

Gambaran Distribusi Pola Asuh Orang Tua pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

Berdasarkan hasil tabel 2 menunjukkan bahwa dari 91 responden, sebagian besar responden (70.3%) memiliki pola asuh permisif dengan frekuensi 64 responden, Sebagian kecil (26.4%) responden memiliki pola asuh demokratis dengan frekuensi 24 responden, serta sebagian kecil (3.3%) dari responden memiliki pola asuh otoriter dengan frekuensi 3 responden pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Berdasarkan tabel 2 dapat di ketahui bahwa frekuensi responden yang di teliti paling banyak memiliki pola asuh permisif dan yang paling sedikit memiliki pola asuh otoriter pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024. Remaja yang menerima pola asuh permisif umumnya mendapatkan kebebasan lebih dari orang tua mereka. Banyak orang tua masa kini lebih santai dibanding generasi sebelumnya, dengan tujuan menjadi "teman" bagi anak mereka daripada sosok yang otoriter. Mereka khawatir bahwa mendisiplinkan anak dengan aturan yang ketat dapat menyebabkan stres atau memicu pemberontakan, sehingga lebih memilih memberikan kebebasan agar anak merasa nyaman dan tidak tertekan (Nur Kholifah, Sodikin 2020). Sementara itu, remaja dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki kedekatan yang lebih baik dengan orang tua. Dalam keluarga dengan pola asuh ini, terdapat ruang untuk diskusi dan saling menghargai pendapat, sehingga remaja merasa didengar dan tetap memiliki batasan yang jelas dalam bertindak. Sebaliknya, remaja yang menerima pola asuh otoriter sering kali merasa terkekang karena adanya aturan yang ketat dan kurangnya kebebasan dalam mengambil keputusan (Nur Kholifah, Sodikin 2020). Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Parinduri (2024) yang berjudul Dampak Pola Asuh Permisif Orangtua Terhadap Perilaku Remaja Perspektif Hukum Islam dikota medan, didapatkan hasil penelitian menunjukkan pola asuh permisif yang dicirikan dengan kurangnya pengawasan dan bimbingan orang tua terhadap anak tidak sesuai dengan pengasuhan anak dalam pandangan hukum Islam sebab orang tua mempunyai kewajiban mendidik, membimbing, dan mencegah anak untuk tidak melakukan perbuatan yang buruk.

Menurut asumsi peneliti kurangnya bimbingan orang tua atau pengasuhan yang tidak memadai. Cara mereka dibesarkan sangat dipengaruhi oleh kepribadian orang tua mereka. Mereka yang memiliki kepribadian yang lebih tradisional dan pendiam cenderung lebih kuat dalam pendekatan mereka untuk membesarkan anak-anak mereka.

Gambaran Distribusi Kesehatan Mental pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

Berdasarkan hasil tabel 3 menunjukkan bahwa dari 91 responden, terdapat lebih dari setengah (59.3%) responden memiliki kesehatan mental dengan frekuensi sebanyak 54 responden gangguan mental emosional dan hampir sebagiannya lagi (40.7%) dari responden memiliki kesehatan mental dengan frekuensi sebanyak 37 responden sehat pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024.

Berdasarkan tabel 3 dapat di ketahui bahwa frekuensi responden yang di teliti paling banyak mengalami gangguan mental emosional dan yang paling sedikit mengalami mental yang sehat pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024. Remaja rentan mengalami gangguan mental akibat berbagai faktor, seperti tekanan akademik, masalah keluarga, pergaulan sosial. Tuntutan tinggi dari sekolah serta ekspektasi orang tua yang besar dapat memicu stres dan kecemasan. Selain itu, interaksi dengan teman sebaya sering kali menimbulkan perasaan tidak percaya diri atau kesepian. Di sisi lain, perubahan biologis dan emosional pada masa remaja juga berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gangguan mental. Kondisi ini dapat berdampak negatif pada kesehatan serta prestasi akademik mereka. Oleh karena itu, dukungan dari sekolah, dan lingkungan sekitar sangat penting untuk membantu remaja mengatasi tekanan yang mereka hadapi (Mardiana, 2023)

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan Astriyani, (2024) judul Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP) Swasta "X" di Wilayah UPTD Puskesmas Melayu Kota Piring dapat disimpulkan dengan hasil p value 0,003 yang mana ada hubungan lingkungan sekolah terhadap kesehatan mental pada remaja sekolah menengah pertama (SMP) swasta "X" di Wilayah UPTD Puskesmas Melayu Kota Piring. Menurut asumsi peneliti bahwa tekanan akademis yang tinggi, seperti tuntutan untuk berprestasi dan persaingan di sekolah, dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja. remaja mengalami gangguan mental karena kombinasi faktor biologis, psikologis, dan sosial.

Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

Berdasarkan tabel 4 hasil analisis tabulasi silang antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu ternyata dari 91 responden yang diteliti maka didapatkan hasil bahwa dari 40 responden dengan penggunaan media sosial pada kategori sering didapatkan 11 responden (27.5%) memiliki mental yang sehat, dan 29 responden (72.5%) memiliki gangguan mental emosional. Sedangkan dari 39 responden penggunaan media sosial pada kategori kadang-kadang didapatkan 17 responden (43.6%) memiliki mental yang sehat, dan 22 responden (56.4%) memiliki gangguan mental emosional. Dan dari 12 responden dengan penggunaan media sosial pada kategori jarang terdapat 9 responden (75.0%) memiliki mental yang sehat dan 3 responden (25.0%) memiliki gangguan mental emosional.

Dalam penelitian ini dari 40 responden dengan pengguna media sosial pada kategori sering didapatkan (27.5%) memiliki mental yang sehat karena seiring berkembangnya kesadaran akan risiko kecanduan digital, banyak remaja juga telah mengembangkan kontrol diri dan kesadaran digital yang lebih baik. remaja mulai memahami bagaimana penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berdampak buruk bagi kesehatan mental dan memilih untuk membatasi penggunaan platform ini dengan lebih bijak. Kesadaran ini memungkinkan remaja untuk menikmati manfaat media sosial tanpa terjebak dalam aspek negatifnya. Banyak remaja juga memanfaatkan fitur-fitur yang disediakan oleh platform media sosial untuk membatasi waktu layar mereka atau menghindari paparan konten yang merugikan, yang dapat membantu mengurangi risiko dampak negatif (Sitompul, 2024).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan dan kondisi lapangan pada saat penelitian di SMK N 03 Kota Bengkulu bahwa di dapatkan hasil lebih banyak remaja siswa/i menggunakan media sosial pada kategori sering memiliki gangguan mental emosional di dibandingkan dengan remaja yang menggunakan media sosial pada kategori jarang memiliki mental yang sehat.

Namun dalam penelitian ini remaja yang menggunakan media sosial sering lebih banyak yang mengalami gangguan mental emosional karena penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan mentalnya, hal tersebut dibuktikan dengan remaja yang menggunakan media sosial secara berlebihan mengakibatkan sering mengalami depresi, stress, kecemasan, hingga merasa kesepian. Gangguan mental tersebut apabila terjadi secara berkepanjangan akan menyebabkan masalah pada fisiknya yaitu adanya gangguan kesehatan mata dan terganggunya jam tidur (Yasin et al, 2022).



Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan Di et al. (2021) dengan judul “Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja di SMK N 1 Sintoga” didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental ditunjukkan dengan nilai p value = 0,000 (p value < α 0,05).

Menurut asumsi peneliti bahwa kesehatan mental remaja sebagian besar mereka tidak mengetahui penyebabnya. Dikarenakan remaja mengatakan menggunakan media sosial adalah suatu hiburan diri dan berinteraksi secara virtual tanpa bertatap muka tanpa mereka ketahui bahwa menggunakan media sosial tanpa batas waktu dapat mengganggu kesehatan mental.

Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMK Negeri 03 Kota Bengkulu Tahun 2024

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis tabulasi silang antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK Negeri 03 Kota Bengkulu ternyata didapatkan 24 responden dengan pola asuh orang tua demokratis terdapat 6 responden (25.0%) memiliki mental yang sehat dan 18 responden (75.0%) memiliki gangguan mental. Sedangkan dari 64 responden pola asuh orang tua permisif didapatkan 29 responden (45.3%) memiliki mental yang sehat, dan 35 responden (54.7%) memiliki gangguan mental emosional. Dan dari 3 responden pola asuh orang tua otoriter terdapat 2 responden (66.7%) memiliki mental yang sehat dan 1 responden (33.3%) memiliki gangguan mental.

Berdasarkan penelitian tentang hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu digunakan uji chi-square. Dengan nilai $asympt.sig(p)=0.146$. Karena nilai $p < 0.05$ berarti tidak ada hubungan yang signifikan, maka H_a ditolak dan H_o diterima yang berarti secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan dan kondisi lapangan pada saat penelitian di SMK N 03 Kota Bengkulu bahwa di dapatkan hasil lebih banyak remaja siswa/i memiliki pola asuh permisif mengalami gangguan emosional di dibandingkan dengan remaja memiliki pola asuh otoriter mengalami mental yang sehat.

Tidak adanya hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan remaja tersebut menurut peneliti dapat disebabkan bahwa pola asuh orang tua yang terjadi di SMK N 03 kota Bengkulu, pola asuh bukan menjadi penyebab utama dari gangguan tetapi banyak dari yang lain, melainkan ada faktor lain yang bisa jadi lebih kuat dari pengaruh keluarga. Yang mempengaruhi kesehatan mental adalah lingkungan kerja/sekolah, kondisi keluarga dan peran sosial masyarakat. Berdasarkan pada pendapat tersebut, maka pola asuh bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, dan kemungkinan saling melengkapi satu sama lain (Fasya, 2023).

Pola asuh akan mempengaruhi perilaku anak dan bentuk kepribadian anak secara keseluruhan. Tipe pola asuh orang tua terbagi menjadi tiga tipe yaitu, pola asuh demokratis, pola asuh otoriter, dan pola asuh permisif. Berdasarkan data yang diperoleh peneliti, pola asuh yang paling dominan adalah pola asuh permisif sebanyak 64 (70,3%). Pola asuh permisif sering dikaitkan dengan kurangnya aturan dan batasan yang jelas, tetapi ini bisa memberikan kebebasan bagi remaja untuk berkembang sesuai dengan kepribadian mereka. Beberapa remaja mungkin merasa lebih nyaman dengan gaya asuh ini, sehingga tidak menunjukkan dampak negatif terhadap kesehatan mental remaja (Devita, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan Kurnia (2024) pada siswa remaja di SMAPN 03 Seluas Bengkayang Kalimantan Barat, yang meneliti “Hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja” didapatkan hasil analisis uji Chi-Square menunjukkan hasil p (value) sebesar 0.054 dimana nilai $p \leq 0,0005$. Tidak adanya hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMAPN 03 Seluas Bengkayang Kalimantan Barat.

Menurut asumsi peneliti pola pengasuhan sangat mempengaruhi berbagai aspek dalam perkembangan hubungan anak dan orang tua terutama kedekatan antara orang tua dan anak. Membangun suatu hubungan yang baik antara orang tua dan anak tentu saja akan meningkatkan kesehatan mental dari anak tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Hubungan penggunaan media sosial dan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK Negeri 03 Kota Bengkulu Tahun 2024” disimpulkan bahwa :

1. Hampir sebagian dari responden (44,0%) menggunakan media sosial pada kategori sering.
2. Sebagian besar dari responden (70.3%) memiliki pola asuh orang tua permisif.
3. Lebih dari setengah dari responden (59.3%) memiliki gangguan mental emosional.

4. Adanya hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024 dengan nilai p value (0.012).
5. Tidak adanya hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMK N 03 Kota Bengkulu Tahun 2024 dengan nilai p value (0.146).

6.

Saran

1. Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, dan dapat memberikan informasi ilmiah yang dapat bermanfaat dalam materi pembelajaran serta dapat menambah bacaan bahan perpustakaan dan menambah pengetahuan tentang hubungan penggunaan media sosial dan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Tahun 2024.

2. Praktis

a. Bagi Responden

Setelah dilakukan penelitian ini siswa-siswi dapat menerima informasi untuk menambah pengetahuan tentang penyebab dan akibat yang ditimbulkan dari penggunaan media sosial dan bagaimana penggunaan media sosial akan mempengaruhi kesehatan mental remaja di SMK N 03 Tahun 2024.

b. Bagi SMK N 03 Kota Bengkulu

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pembelajaran bagi guru dan para staf sekolah tentang kesehatan mental khususnya pada remaja karena pengaruh penggunaan media sosial dan latih guru dan staf untuk mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan mental pada siswa agar bisa segera ditangani kemudian adakan seminar atau workshop rutin tentang penggunaan media sosial yang sehat, efek sampingnya terhadap kesehatan mental, dan cara mengelola emosi di dunia digital.

c. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan serta menambah bahan bacaan diperpustakaan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu tentang hubungan penggunaan media sosial dan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMK N 03 Tahun 2024.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan bahan-bahan referensi dan masukan untuk penelitian selanjutnya dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Devianto, & Erika Nurwidiyanti. (2024). Hubungan Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di Sman 1 Karangmojo. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*
- Amirah, N., & Indriati, G. (2023). HUBUNGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA PADA MASA PANDEMI COVID19 PENDAHULUAN Corona virus disease - 2019 atau Covid-19 merupakan penyakit menular yang mengakibatkan infeksi pada saluran pernafasan, yang pertama kali menyebar di. *Community of Publishing in Nursing*,
- Ajhuri, K. F. (2019). *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penebar Media Pustaka Yogyakarta.
- APJII. (2023, March 10). *Survei APJII Pengguna Internet di Indonesia*
- Asrida. (2019). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Keagamaan Remaja di Desa Sarudun Kecamatan Sarudu Kabupaten Pasangkayu*.
- Ayun, Q. (2017). *Pola Asuh Orang Tua dan Metode Pengasuhan dalam Membentuk Kepribadian Anak*. ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal,
- Azizah, I. N. (2019). *Pengaruh Pola Asuh Demokratis Orang Tua terhadap Cara Bergaul Anak: Studi di Desa Derik, Susukan, Banjarnegara*. Yinyang: *Jurnal Studi Islam Gender Dan Anak*,
- Aziz, Z. A., Ayu, D., Bancin, F. M., Indah, S., Br, K., Artika, R., Sari, L. P., Agita, C., & Limbong, F. W. (2021). *Gambaran kesehatan mental mahasiswa di masa pandemi covid-19*. *Jurnal Dunia Kesmas*,
- Azzahra, A. A., Shambah, 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.
- Devita, Y. (2019). *Prevalensi masalah mental emosional remaja di kota pecan baru*. *Jurnal keperawatan*



- priority,
- Devita, Y. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*.
- Diska, I.A. dan Hidayati, N. (2021) "Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak Selama Pembelajaran Daring Di Jalan Cagar Alam," *TATHWIR: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*
- Fatmawati, E., Ismaya, E. A., & Setiawan, D. (2021). Pola Asuh Orang Tua Dalam Memotivasi Belajar Anak Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*,
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan*,
- Gaya, H., Orang, P., Permisif, T. U. A., Perilaku, D., Media, K., & Pada, S. (2021). Hubungan gaya pengasuhan orang tua permisif dengan perilaku kecanduan media sosial pada remaja.
- Gunarsa, S.D., & Gunarsa, Y. S. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT BPK Gunung Mulia.
- Hazizah, N. (2019). Permissive parenting effect toward emotional development of early childhood.
- Imamah, Nur Ida, dkk. 2021. Tingkat Stres dengan Strategi Koping pada Siswa Fullday School. *Jurnal Aisyah*.
- Indriani, F., Rizki Nuzlan, D. N., Shofia, H., & Ralya, J. P. (2022). Review Article: Pengaruh Kecanduan Bermain Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja.
- Istiani, N., & Islamy, A. (2020). Fikih Media Sosial Di Indonesia. *Asy Syar'lyyah: Jurnal Ilmu Syari'Ah Dan Perbankan Islam*,
- Izzuddin, A. (2018). Implikasi Lingkungan Keluarga Terhadap Pembentukan Kepribadian Siswa SDN 4 Gunung Rajak. *Jurnal Pendidikan Dasar*
- Jannah, N. (2017). *Persalinan Berbasis Kompetensi*. EGC.
- Jojon, Wahyuni, T. & S. (2017). Hubungan Pola Asuh Over Protective Orang Tua Terhadap Perkembangan Anak Usia Sekolah Di Sdn Tlogomas 1 Kecamatan Lowokwaru Malang.
- Kaspani, Anan. 2019. "Pengaruh Media Sosial WhatsApp Sebagai Media Silaturahmi Mahasiswa Komunikasi Penyiaran Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon Angkatan Tahun 2015". Skripsi. Cirebon: Program Sarjana IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
- Kelly, Yvonne, Afshin Zilanawala, Cara Booker, and Amanda Sacker. (2018). "Social Media Use and Adolescent Mental Health: Findings From the UK Millennium Cohort Study."
- Kholifah, N., & Sodikin, S. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan masalah mental emosional remaja di SMP N 2 Sokaraja.
- Kominfo. (2023). *Kembangkan Ekonomi Digital, Indonesia Butuh Talenta Digital Berkualitas*.
- Mardiana. (2023). Pengabdian masyarakat melalui pemberian pendidikan kesehatan: Pentingnya kesehatan mental dan emosional remaja SMA. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima*, 1(1).
- Mardiah, U. Jumaini., & Darwin, K. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Medika Utama*, 3(04).
- National Institute of Mental Health (NIMH), (2019). Diakses pada 16 Maret 2024
- Notoadmojo. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan* (3rd ed.).
- Nindia Nur Fasya, (2023) Hubungan Pola Asuh Orang tua terhadap Kesehatan Mental Remaja di MA Al Wathoniyah 43 Jakarta Utara
- Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan kepedulian terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*,
- Nur Kholifah, Sodikin (2020) Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Teman Sebaya dengan Masalah Mental Emosional Remaja di SMP N 2 Sokaraja
- Pew Research Center <https://www.pewresearch.org/internet/2021/04/07/social-media-use-in-2021/>
- Rachmawati, A. A. (2020) Darurat Kesehatan Mental bagi Remaja, *Egsaugm*. Available at: <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/daruratkesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Riehm, Kira E. et al. (2019). "Associations between Time Spent Using Social Media and Internalizing and Externalizing Problems among US Youth." *JAMA Psychiatry*
- Rosmalina (2021) Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja e-ISSN : 2685-0702, p-ISSN : 2654-3958
- Sachiyati, (2023) FENOMENA KECANDUAN MEDIA SOSIAL (FOMO) PADA REMAJA KOTA BANDA ACEH
- Siburian, T. R. D., & Ricky, D. P. (2024). Hubungan Kecanduan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 1 Parongpong.
- Sri Yuhana, E., Mariyati, & Puspitasari Sugiyanto, E. (2023). Penggunaan media sosial dengan

- kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*,
- Wana, M. (2019). Pengaruh Pola Asuh Permisif Di Era Digital Terhadap Sosial Emosional Didesa Sekincau T.A 2018/2019.
- Windiarto, T., Solih, A. H. Y. S. N. S. L. R., & Hermawati, F. (2019). Profil anak indonesia 2019 (D. Romadhon, I. M. S. M. T. N. W. W. N. Iriana, H. R. S. Angraini,. Raharjo, & Fakhri (ed(Wulandari, 2019)s.)). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA).
- Wulandari, L. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Emosional. *Jurnal Ilmu Keperawatan*,
- (Wulandari, 2019). Pengaruh Sosial Media Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*
- World Health Organization (WHO), (2019).Adolescent development.
- Windiarto, T., Solih, A. H. Y. S. N. S. L. R., & Hermawati, F. (2019). Profil anak indonesia 2019 (D. Romadhon, I. M. S. M. T. N. W. W. N. Iriana, H. R. S. Angraini,. Raharjo, & Fakhri (ed(Wulandari, 2019)s.)). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA).
- WHO (2020) WHO report on health behaviours of 11–15-year-olds in Europe reveals more adolescents are reporting mental health concerns. Copenhagen, Denmark. Available
- WHO. 2022. Adolescent Health. (online) https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1v
- Yumpi R., Festa. (2017). "Identifikasi Kebutuhan Untuk Perancangan Intervensi Anak Gangguan Emosi Dan Perilaku