

## Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur

### A Correlation Between Parenting Styles And Mental Health In Adolescents At SMKN 2 Argamakmur

Merry Dayati <sup>1)</sup>; Hengki Tranado <sup>2)</sup>; Delta Aprianti <sup>3)</sup>  
<sup>1,2,3)</sup> Universitas Dehasen Bengkulu  
 Email: <sup>1)</sup> [merryarma998@gmail.com](mailto:merryarma998@gmail.com)

#### How to Cite :

Dayati. M., Tranado. H Aprianti. D. (2026). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur. Journal of Nursing. 1(2).

#### ARTICLE HISTORY

Received [08 Oktober 2025]

Revised [08 Mei 2026]

Accepted [12 Mei 2026]

#### KEYWORDS

Parenting Styles, Parents, Mental Health in Adolescent.

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



#### ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu dapat memahami potensinya, bekerja dengan baik, dapat mengatasi tekanan dan mampu berkontribusi dalam komunitasnya. Data WHO (2020) melaporkan bahwa Prevalensi global masalah kesehatan mental di antara orang berusia 10- 19 tahun telah meningkat sebesar 16%, dimana pada umur tersebut paling rentan mengalami masalah kesehatan mental. Tujuan penelitian adalah untuk melihat ada Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja di SMKN 2 Argamakmur. Penelitian ini yaitu menggunakan teknik teknik total random sampling dan didapat jumlah sampel sebanyak 76 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar kuesioner kesehatan mental remaja dan pola asuh. Berdasarkan hasil analisis univariat diketahui bahwa Kesehatan mental didapatkan Sebagian besar dari responden baik yaitu sebesar 64,5% dan Pola asuh didapatkan sebagian kecil dari responden pola asuh permisif yaitu sebesar 48,7%. Analisa bivariat nilai p value < 0.05 yaitu 0,001 yang berarti ada Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur. Peneliti menyarankan bagi SMKN 2 Argamakmur Guru dan staf dapat memahami bagaimana pola asuh orang tua memengaruhi kondisi mental dan perilaku siswa. Membantu guru mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan mental yang berhubungan dengan pola asuh di rumah.

#### ABSTRACT

Mental health is a condition in which individuals can understand their potential, work well, cope with stress, and contribute to their community. WHO data (2020) reports that the global prevalence of mental health problems among people aged 10-19 has increased by 16%, with this age group being the most vulnerable to mental health problems. The purpose of this study is to examine a correlation between parenting styles and mental health among adolescents at SMKN 2 Argamakmur. This study used total random sampling techniques and obtained a sample size of 76 respondents. Data collection was conducted using questionnaires on adolescent mental health and parenting styles. Based on the results of univariate analysis, it is found that the majority of respondents had good mental health (64,5%) and a small number of respondents had permissive parenting (48,7%). Bivariate analysis showed a p-value of < 0.05, namely 0.001, which means that there is a correlation between parenting styles and mental health among adolescents at SMKN 2 Argamakmur. The researcher suggests that teachers and staff at SMKN 2 Argamakmur understand how parenting styles affect students' mental health and behavior. This will help teachers recognize signs of mental health disorders related to parenting styles at home.

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa yang mana merupakan sebuah masa ketika individu mencapai kematangan mental, emosional, sosial, fisik (Fitri et al., 2018). Oleh karena itu remaja paling banyak memiliki masalah kesehatan mental, dimana akan banyak perubahan yang terjadi secara emosional, perubahan ini lebih berkaitan dengan perubahan suasana hati seperti merasa cemas, stres dan depresi dan psikologis (Melisza et al., 2021, Ningrum & Amna, 2020).

Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu dapat memahami potensinya, bekerja dengan baik, dapat mengatasi tekanan dan mampu berkontribusi dalam komunitasnya (WHO, 2020). Kesehatan mental juga merupakan dimensi kehidupan yang sangat penting, karena dengan mental yang sehat, kehidupan akan berjalan dengan baik dan wajar. Sehat mental secara umum dapat diartikan sebagai kondisi mental yang normal dan memiliki motivasi untuk hidup secara berkualitas (laras dengan nilai-nilai agama dan budaya), baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, masyarakat, maupun sisi kehidupan lainnya (Adhyka et al., 2023). Kesehatan mental tidak hanya mengacu pada tidak adanya gangguan mental, tetapi juga mencakup kemampuan individu untuk mengelola emosi, berinteraksi sosial dan beradaptasi dengan perubahan (American Psychiatric Association, 2020)

Disamping mental yang sehat, masalah pada mental ditandai dengan perubahan emosional dan apabila berkelanjutan akan berkembang menjadi keadaan patologis (Malfasari et al, 2020). Masalah kesehatan mental juga merupakan salah satu penyebab utama disabilitas terkait kesehatan di kalangan anak-anak dan remaja di seluruh dunia. Prevalensi gangguan kesehatan mental dilaporkan meningkat pada masa remaja diseluruh dunia (Zawaadi et al, 2021). Masalah kesehatan mental mempunyai implikasi penting terhadap setiap aspek kehidupan remaja termasuk kemampuan mereka untuk terlibat dalam pendidikan, menjalin dan mempertahankan teman, menjalin hubungan keluarga, dan menemukan jalan mereka sendiri di dunia (Hagell et al, 2019).

Prevalensi global masalah kesehatan mental di antara orang berusia 10- 19 tahun telah meningkat sebesar 16%, dimana pada umur tersebut paling rentan mengalami masalah kesehatan mental (WHO, 2021). Pada tahun 2018 lebih dari 19 juta penduduk di Indonesia dengan usia 15 tahun ke atas mengalami masalah mental emosional (Riskedes, 2018). Provinsi Sumatera Barat 13% remaja yang berusia  $\geq 15$  tahun terdapat mengalami masalah mental emosional (Riskesdas, 2018). Masalah kesehatan mental usia  $\geq 15$  tahun di Provinsi Bengkulu pada tahun 2021 dilaporkan masalah gangguan cemas sebanyak 138 orang. Kota Bengkulu, jumlah penduduk yang mengalami masalah mental dengan rentang umur 15-59 tahun berjumlah 1.884 orang di tahun 2022, kondisi kesehatan mental yang terganggu menjadi penyebab kesakitan dan kematian remaja (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2023).

Kondisi kesehatan mental yang tidak terdeteksi dan tidak diobati karena sejumlah alasan, seperti kurangnya pengetahuan atau kesadaran tentang kesehatan mental diantara petugas kesehatan, atau stigma yang mencegah remaja mencari bantuan, bisa meningkatkan kemungkinan perilaku beresiko lebih lanjut dan dapat mempengaruhi kesejahteraan kesehatan mental dan emosi pada remaja (Malfasari et al, 2020). Determinan gejala mental emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia menunjukkan bahwa 60,17% pelajar SMP-SMA dengan usia terbanyak 13-15 tahun mengalami gejala masalah mental emosional. Gejala yang dialami yaitu sebesar 44,45% merasa kesepian, 40,75% merasa cemas, dan 7,33% pernah ingin bunuh diri (Mubasyiroh et al., 2017).

Hal ini menunjukkan bahwa masa-masa remaja merupakan masa dengan risiko gangguan mental yang cukup tinggi. Remaja perlu menyadari potensi yang dimiliki untuk menanggulangi tekanan hidup, bekerja secara produktif dan memberikan kontribusi pada lingkungan (Ruswandi & Fitriyani, 2023). Berbagai faktor mempengaruhi kesehatan mental remaja seperti dari sifat, genetik atau adanya riwayat pengidap gangguan mental dalam sosial budaya, agama, (Rosmalinda et al., 2021).

Menurut Penelitian Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey, prevalensi paling banyak yang menjadi faktor masalah pada mental remaja di Indonesia yaitu faktor keluarga (83.9%), disusul teman sebaya (62.1%), sekolah atau pekerjaan (58.1%), dan distress personal (46.0%) (I-NAMHS, 2022). Perubahan biologi, psikologi dan sosial juga dapat menjadi faktor risiko atau menjadi faktor protektif terhadap munculnya masalah kesehatan mental pada remaja. Oleh karena itu semakin banyak faktor risiko yang dialami remaja, semakin besar potensi dampaknya terhadap kesehatan mental mereka (WHO. 2021).

Banyaknya anggapan bahwa permasalahan mental remaja bukan hal yang serius untuk ditangani serta minimnya perhatian orang tua terhadap perubahan perilaku yang terjadi membuat remaja tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai akan membuat mental remaja menjadi lebih buruk (Yuliasari & Pusvitasari, 2023). Pola asuh yang mencakup pembatasan, larangan, dan interogasi terus-menerus kepada anak-anak mereka tentang apa yang mereka lakukan berdampak negatif pada perilaku remaja mereka karena remaja memiliki keinginan untuk mencoba melarikan diri dari masalah mereka

dengan melarikan diri dari rumah mereka dan menentang keinginan orang tua mereka (Ningrum et al, 2023). Permasalahan sosial dan kurangnya dukungan sosial rentan memicu depresi pada remaja, terutama ketika tidak adanya penerimaan diri dan lingkungan, munculnya konflik internal dalam diri juga dapat memicu remaja untuk mengalihkan masalah dengan menggunakan zat sedatif, hingga memunculkan komorbiditas depresi (Yuliasari & Sari, 2018).

Tanda gangguan kesehatan mental pada anak dan remaja terkadang sulit diketahui oleh orangtua jika tidak diperhatikan dengan baik. Maka peran orangtua sangat dibutuhkan dalam menjaga kesehatan mental anak dan remaja. Dibutuhkan kasih sayang, peran, dan kepedulian orangtua dan keluarga dalam membentuk mental yang sehat dan kuat pada anak dan remaja (Arafah, 2023). Pentingnya faktor pendukung seperti dukungan keluarga dan guru disekolah juga sangat dibutuhkan agar menumbuhkan rasa penerimaan diri yang dibutuhkan dalam menghadapi gejala dan tantangan dalam kesehatan mental pada remaja (Irnanda & Hamidah, 2021). Dalam mendukung kesehatan mental remaja, orang tua memiliki peran yang sangat penting untuk mengasuh dan merawat anak dengan penuh kasih sayang agar anak dapat hidup bahagia, sehat, dan sejahtera (UNICEF, 2022).

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). Pola asuh dan lingkungan keluarga dapat menjadi masalah utama pada kesehatan mental remaja, dimana ketidakmampuan orang tua dalam mengendalikan emosi juga berpengaruh terhadap ketidakmampuan remaja dalam mengenali emosinya sehingga tingkat stress yang dialami remaja menjadi lebih tinggi dan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua dalam memperlakukan anaknya sehari-hari juga mempengaruhi bagaimana perilaku anak (Utami & Raharjo. 2019; Shaw et al. 2019).

Penelitian oleh Fitri, Neherta dan Sasmita (2021) mengatakan, dari empat faktor yang mempengaruhi masalah mental emosional remaja ada dua faktor yang signifikan mempengaruhi masalah mental emosional remaja yaitu faktor pola asuh orang tua dan faktor lingkungan teman sebaya sebagian besar pola asuh yang diterapkan oleh orang tua adalah pola asuh otoriter dan permisif yaitu 58,4%. Kedua pola asuh ini sangat berdampak pada masalah mental emosional remaja yaitu rata-rata berada pada kategori borderlain. Penelitian oleh Mardhiah et al, (2022), dengan judul hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan masalah mental remaja, dimana pola asuh permisif dan otoriter menjadi penyebab terjadinya masalah pada mental remaja.

Keterlibatan orang tua dalam memberikan bimbingan serta arahan bagi anak akan menentukan keberhasilan anak pada tahap selanjutnya, dimana orang tua harus mengajarkan kecerdasan emosi kepada anaknya dengan memberikan pengalaman, pengetahuan dan teladan (Siringoringo, 2018). Lingkungan masyarakat dan keluarga terutama pola asuh orang tua yang kurang memberikan pendidikan agama dan pengawasan terhadap remaja juga akan berpengaruh pada kesehatan mental remaja (Replita, 2018). Sering kali orangtua tidak memberikan kesempatan pada anaknya untuk berpendapat sehingga anak lebih memilih memendam emosi agar terhindar dari konflik, hal ini dapat berdampak terhadap keberanian anak dalam mengungkapkan perasaannya serta terciptanya depresi akibat dari emosinya terus terpendam (Sukma et al., 2022). Gangguan mental pada remaja juga dapat terjadi karena konflik antar orang tua dan anak di masa lalu seperti dikasari, dihukum, dikekang, dan didiamkan (Ulfah, 2021).

Diperkuat dengan penelitian Kholifah & Sodikin (2020) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh pola asuh permisif dan otoriter, dan lingkungan teman sebaya yang kurang baik akan berdampak pada kesehatan mental remaja. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Devita (2020) menyatakan adanya hubungan yang signifikan dengan masalah mental emosional remaja dengan pola asuh orang tua yang permisif. Apabila menurunnya pola asuh otoriter akan meningkatkan masalah mental emosional remaja, sedangkan jika menurunnya pola asuh demokratis akan meningkatkan masalah mental emosional remaja, dan semakin permisif pola asuh maka akan semakin tinggi masalah mental emosional remaja.

Berdasarkan informasi dari guru bimbingan konseling di SMKN N 2 Argamakmur mengatakan siswa di sekolah tersebut sering bolos dari kelas, melanggar peraturan dan tidak menaati aturan tatatertip dan peraturan yang ada. Hal ini juga disebabkan karena bagaimana orang tua dari siswa tersebut dalam membimbing mereka. Siswa yang sering dipanggil guru BK Pada tahun ini di SMKN N 2 Argamakmur tidak ada siswa yg di dikeluarkan dari sekolah. Sedangkan pada SMKN N 2 Argamakmur, guru BK mengatakan beberapa dari siswa tersebut ada yang memiliki sifat mudah emosian, tidak santun kepada guru, dan terkadang terjadi perkelahian antar satu siswa dengan siswa lain. Menurut guru BK hal ini juga disebabkan bagaimana lingkungan keluarga siswa tersebut, tidak jarang dari mereka juga mengatakan ke guru BK bahwa mereka selalu dimarahi, dikekang dan dibiarkan oleh orang tua.

Berdasarkan informasi dari guru bimbingan konseling di SMKN N 2 Argamakmur terkait kesehatan mental siswa, terdapat paling sedikit 3 siswa per angkatan yang memiliki masalah mental disekolah. Masalah ini seperti anak terlalu pendiam saat di kelas, sering melanggar peraturan sekolah dan tidak mematuhi tata tertib, bolos kelas saat jam pelajaran, dan bertengkar dengan temannya karena tidak bisa mengontrol emosi. Guru BK mengatakan alasan terjadi masalah pada siswa ini karena beberapa dari keluarga yang orang tua tidak memberikan perhatian kepada anaknya dan lebih memilih pekerjaan, orang tua yang bercerai, ditinggal orang tua dengan keluarga lalai, dan bagaimana cara memberikan asuhan kepada anak seperti dari orang tua dari siswa tersebut terlalu mengekang anak yang mana akibatnya anak menjadi lebih agresif disekolah. Pada tahun ini terdapat salah satu siswa yang dikeluarkan dari sekolah dikarenakan perilaku yang tidak baik, siswa tersebut sering bolos, dan juga sering bertentangan dengan guru yang mengajar. Hal ini dikarenakan siswa tersebut berasal dari keluarga yang abai kepadanya dan membuatnya merasa tidak ada yang memperhatikannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan mengenai kesehatan mental kepada 10 siswa diantaranya 7 orang perempuan dan 3 orang laki-laki. Saat melakukan wawancara, beberapa dari siswa tersebut mengatakan terkadang merasa cemas tidak ada sebab, kurang bahagia walaupun mereka tinggal dengan keluarga, merasa kesepian karena orang tua terlalu melarang mereka untuk sekedar bermain bersama teman mereka, dan tidak diperhatikan oleh orang tua. Sedangkan untuk hasil studi pendahuluan mengenai pola asuh orang tua, 4 siswa mendapatkan pola asuh dari orang tua yang terlalu mengekang mereka untuk melakukan sesuatu dan melarang pergi dengan temannya, memarahi mereka karena berbuat salah tanpa bertanya apa penyebabnya. 2 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh dari orang tua yang membebaskan mereka berbuat ataupun melakukan sesuatu tanpa mempedulikan apakah yang mereka lakukan itu salah atau tidaknya. Sedangkan 4 dari 10 siswa mendapatkan pola asuh dari orang tua yang membebaskan mereka berbuat sesuatu akan tetapi ketika mereka berbuat salah, orang tua nya akan menegur dengan memberi nasehat.

## LANDASAN TEORI

### Remaja

Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut adolescence, berasal dari bahasa latin adolenscere yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. (Ali et al. 2018).

Menurut pandangan WHO (World Health Organization) remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun yang melalui tiga kriteria yaitu biologis, psikologis, dan sosial-ekonomi. Sedangkan menurut Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, menyatakan bahwa remaja ialah penduduk yang dalam rentang usia 10-18 (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

### Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah keadaan sejahtera mental yang memungkinkan seseorang mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuannya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitasnya. Dengan kata lain kesehatan mencakup tidak adanya penyakit mental dan adanya kesejahteraan psikologis (WHO, 2022). Kesehatan mental merupakan sebuah kondisi yang penting dimiliki oleh individu termasuk remaja karena pada usia remaja rentan mengalami krisis identitas atau sebuah pencarian jati diri, maka mereka perlu memiliki kesehatan mental yang baik sebagai dasar dalam berperilaku dan berpikir (Hamidah & Rosidah, 2021).

Kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan. Kesehatan mental adalah suatu kondisi seseorang yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik fisik, intelektual, dan emosional yang optimal serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga selanjutnya mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Fakhriyani, 2019). Sedangkan kesehatan mental yang buruk adalah suatu keadaan dimana pemikiran, perasaan atau reaksi menjadi sulit, atau tidak mungkin untuk diatasi. Dan dapat mencakup tanda-tanda kecemasan, depresi, pemicu stress dalam hidup (Deloitte, 2022).

### Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh sendiri terdiri dari dua kata yaitu pola dan asuh. Menurut kamus besar Bahasa Indonesia, pola sendiri dapat diartikan motif, figur maupun ragam. Dan kata asuh sendiri dapat diartikan mengurus atau membela anak (Sari et al., 2020). Pola asuh atau parenting merupakan bagian terpenting

dalam pembentukan tingkah laku dan karakter anak yang tentunya ini merupakan kewajiban dari setiap orang tua. Tugas orang tua yang memiliki anak tidak cukup hanya dengan bertanggung jawab untuk merawat dan membesarkan anak (Subagia, 2021). Pola asuh merupakan pola perilaku yang dicontohkan untuk anak-anak dan diperkuat dari waktu ke waktu. Ada efek positif dan negatif dari pola asuh ini yang dapat dirasakan oleh anak-anak (Hari et al., 2017).

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan metode deskriptif analitik dengan rancangan atau desain penelitian cross-sectional study yaitu suatu penelitian yang mempelajari hubungan antara faktor resiko (independen) dengan faktor efek (dependen) dimana melakukan observasi atau pengukuran variabel sekali dan sekaligus pada waktu yang sama (Donsu, 2016). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Analisis Univariat

**Tabel 1** distribusi frekuensi kesehatan mental pada remaja di SMKN 2 Argamakmur.

Variabel	f	%
<b>Kesehatan Mental</b>		
Kurang Baik	27	35,5
Baik	49	64,5
Total	76	100

Pada tabel 1 Kesehatan mental didapatkan Sebagian besar dari responden baik yaitu sebesar 64,5%.

**Tabel 2** distribusi frekuensi pola asuh orang tua pada remaja di SMKN 2 Argamakmur.

Variabel	f	%
<b>Pola Asuh</b>		
Otoriter	19	25
Permisif	37	48,7
Demokratis	20	26,3
Total	76	100

Pada tabel 2 pola asuh didapatkan sebagian kecil dari responden pola asuh permisif yaitu sebesar 48,7%.

#### Analisis Bivariat

**Tabel 3** hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMKN 2 Argamakmur

Pola Asuh	Kesehatan Mental				Total		P Value
	Kurang Baik		Baik				
	f	%	f	%	F	%	
Otoriter	15	19,7	4	5,3	19	25	0,001
Permisif	10	13,2	27	35,5	37	48,7	
Demokratis	2	2,6	18	23,7	20	26,3	
Total	27	35,5	49	64,5	76	100	

Berdasarkan tabel 3 didapatkan 19 pola asuh otoriter yang mengalami kesehatan Mental kurang baik sebesar 19,7 % dan baik 5,3%. Sedangkan Pola asuh permisif sebanyak 37 yang mengalami kesehatan mental kurang baik sebesar 13,2% dan baik sebesar 35,5%. Sementara pola asuh demokratis sebanyak 20 yang mengalami kesehatan mental kurang baik sebesar 2,6 dan baik sebesar 23,7%.

Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh nilai p sebesar 0,001, karena nilai  $p > 0,05$  maka dikatakan ada Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur

## **Pembahasan**

### **Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur.**

Pada tabel 1 Kesehatan mental didapatkan dari 76 anak, didapatkan sebagian besar dari responden baik yaitu sebesar 64,5% dan Sebagian kecil dari responden Kesehatan mental kurang baik yaitu sebesar 35,5%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mendapatkan dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah yang positif. Pola asuh orang tua yang cenderung demokratis berkontribusi besar dalam membentuk kepribadian remaja yang sehat secara mental, karena memberikan kasih sayang, komunikasi dua arah, serta bimbingan yang tepat (Putri, A., & Sari, D. 2020).

Sedangkan Kesehatan mental kurang baik ini menunjukkan masih ada remaja yang mengalami masalah psikologis, seperti kecemasan, stres, atau depresi ringan. Hal ini bisa dipengaruhi oleh: Pola asuh orang tua yang otoriter atau abai, tuntutan akademik yang tinggi, masalah pertemanan dan faktor sosial-ekonomi keluarga (Amalia, R., & Handayani, T. 2021). Hal diatas menunjukkan bahwa Remaja dengan pola asuh demokratis cenderung lebih sehat secara mental, sedangkan remaja dengan pola asuh permisif, otoriter, atau abai berisiko mengalami kesehatan mental kurang baik.

Kesehatan mental pada remaja merupakan kondisi emosional, psikologis, dan sosial yang mempengaruhi bagaimana remaja berpikir, merasa, dan bertindak. Ini juga memengaruhi cara mereka menangani stres, berhubungan dengan orang lain, dan membuat Keputusan (Mamangkey, S. V., Ake, J., & Polii, G. B. 2021). Masa remaja usia 12–18 tahun merupakan masa kritis karena banyak perubahan fisik (pubertas), sosial (pertemanan), dan psikologis (identitas diri), remaja mulai mencari jati diri, kemandirian, dan makna hidup. Karena itu, mereka sangat rentan mengalami gangguan kesehatan mental jika tidak mendapat dukungan yang tepat (Marfuah, D. U. 2024).

Kesehatan mental remaja bukan hanya soal "tidak stres", tapi tentang bagaimana mereka mampu menghadapi tantangan hidup, merasa percaya diri, dan menjalin hubungan yang sehat. Lingkungan keluarga, sekolah, dan pertemanan sangat berperan besar dalam membentuk keseimbangan mental remaja (Marfuah, D. U. 2024).

Hal diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mamangkey, S. V., Ake, J., & Polii, G. B. 2021 didapatkan hasil bahwa Kesehatan mental remaja yaitu baik sebesar 63,8%. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Asyri Ep, P. R. W., Anrial, A., & Carles, E. (2024) didapatkan bahwa kesehatan mental remaja yaitu baik sebesar 66,9% di Desa Renah Kurung.

### **Distribusi Frekuensi Pola Asuh Orang Tua Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur.**

Pada tabel 2 pola asuh didapatkan sebagian kecil dari responden pola asuh permisif yaitu sebesar 48,7%. Pola asuh permisif adalah gaya pengasuhan di mana orang tua memberikan kebebasan yang sangat luas kepada anak, dengan sedikit aturan atau batasan. Orang tua cenderung menghindari kontrol ketat, dan biasanya sangat responsif terhadap kebutuhan anak, tetapi kurang menegakkan disiplin. Pola asuh permisif, meski menunjukkan kasih sayang, kurang efektif dalam membantu remaja mengembangkan kontrol diri dan tanggung jawab. Hal ini bisa membuat remaja lebih rentan terhadap pengaruh negatif, seperti kenalan yang kurang tepat dan masalah perilaku.

Teori diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tumigolung, E. D. (2024) didapatkan hasil bahwa 52% pola asuh yang diterapkan pada remaja yaitu permisif di Desa Silian Satu Kecamatan Silian Raya Kabupaten Minahasa Tenggara Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Sihombing, D. (2024) didapatkan hasil bahwa 63% pola asuh yang diterapkan pada remaja yaitu pola asuh permisif di Desa Sibuluan Indah Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah.

### **Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur.**

Berdasarkan tabel 3 didapatkan 19 pola asuh otoriter yang mengalami kenakalan remaja kurang baik sebesar 19,7 % dan baik 5,3%. Sedangkan Pola asuh permisif sebanyak 37 yang mengalami kenakalan remaja kurang baik sebesar 13,2% dan baik sebesar 35,5%. Sementara pola asuh demokratis sebanyak 20 yang mengalami kesehatan mental kurang baik sebesar 2,6 dan baik sebesar 23,7%. Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh nilai p sebesar 0,001, karena nilai  $p > 0,05$  maka dikatakan ada Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMKN 2 Argamakmur.

Pola asuh otoriter persentase kesehatan mental kurang baik (19,7%) lebih tinggi dibanding kategori baik (5,3%). Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh otoriter yang penuh kontrol, minim komunikasi, dan cenderung keras dapat menimbulkan tekanan psikologis pada remaja. Akibatnya, remaja lebih mudah melawan aturan, melakukan kenakalan, atau justru kehilangan kontrol diri. Namun pola asuh otoriter bisa dianggap baik karena dianggap menanamkan disiplin, kepatuhan, serta pandangan yang tegas tentang aturan dan otoritas. Dalam budaya yang sangat menekankan hierarki dan

prestasi akademik, pola seperti ini sering dianggap layak. Anak atau remaja bisa dianggap terbiasa untuk menaati dan menghargai struktur otoritas. Pola asuh permisif, remaja lebih banyak masuk kategori baik (35,5%) dibanding kurang baik (13,2%). Pola asuh permisif memberi kebebasan luas, namun bila tanpa pengawasan, sebagian remaja bisa terjebak dalam perilaku menyimpang. Namun, karena masih ada dukungan emosional, sebagian remaja tetap berkembang cukup baik.

Pola asuh demokratis mayoritas remaja dengan pola asuh demokratis memiliki kesehatan mental baik (23,7%), sementara kategori kurang baik sangat kecil (2,6%). Pola asuh demokratis menekankan keseimbangan antara kebebasan dan aturan, komunikasi dua arah, kasih sayang, serta pemberian tanggung jawab yang sesuai. Inilah yang membuat remaja lebih terarah, mampu mengontrol diri, dan tidak mudah terjerumus pada perilaku nakal. Namun Pola asuh demokratis bisa juga menyebabkan kenakalan pada remaja karena tidak secara otomatis mencegah perilaku menyimpang tanpa faktor pendukung seperti kepercayaan diri (Rully Afrita Harlianty & Hamid Mukhlis, 2023). Pola asuh merupakan cara atau gaya orang tua dalam mendidik, membimbing, dan mengarahkan anak selama masa tumbuh kembangnya. Pola asuh mencakup sikap, perilaku, serta metode yang digunakan orang tua untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, sosial, dan psikologis anak. Pola asuh merupakan cara orang tua membimbing dan mendidik anak selama masa tumbuh kembang, termasuk saat mereka remaja. Masa remaja adalah periode penting karena anak sedang mencari identitas diri dan kemandirian. Hal di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utama, J. M. (2022) didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola asuh permisif dengan masalah mental emosional remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmagupta (2024) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pola asuh permisif dengan kesehatan mental pada remaja. Sikap permisif diartikan sikap orang tua yang memberikan kebebasan kepada anaknya. Kurang mau tahu segala urusan anak-anaknya dan cenderung membiarkan anaknya untuk berbuat semau hatinya (Santrok, 2019).

Orang tua yang bersikap permisif terhadap pergaulan anaknya bisa saja dikarenakan orang tua takut anaknya akan bertindak diluar batas kewajaran jika anaknya dikekang, dan membuat anaknya menjadi minder dan kurang rasa percaya diri, sehingga orang tua cenderung memberikan kebebasan pada anaknya (Fuad, 2020). Berdasarkan hasil penelitian diperoleh arah korelasi antara pola asuh permisif dengan masalah mental emosional remaja adalah arah korelasi positif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi pola asuh permisif maka akan semakin tinggi pula masalah mental emosional remaja. Dari hasil penelitian tersebut dapat dianalisa bahwa pola asuh permisif yang terus digunakan oleh orang tua dapat menyebabkan anak remajanya beresiko mengalami masalah mental emosional. Sikap permisif orang tua tentunya sangat mempunyai dampak yang tidak baik bagi perkembangan remaja, baik perkembangan emosional, maupun perkembangan psikososialnya. Orang tua cenderung tidak menegur atau memperingatkan anak apabila anak sedang dalam bahaya, dan sangat sedikit bimbingan yang diberikan oleh mereka. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa semakin permisif orang tua dalam mendidik anaknya maka akan semakin beresiko anak remajanya mengalami masalah mental emosional, untuk itu pola asuh permisif tidak baik dijadikan sebagai pola asuh yang dominan dalam mendidik anak (Fuad, 2020). Pola asuh yang sesuai untuk anak usia remaja adalah pola asuh demokratis Dimana anak diberikan batasan dan aturan yang jelas, tapi fleksibel untuk diskusi. Mendorong anak berpendapat dan berdiskusi sehingga mereka merasa didengar. Memberikan kasih sayang dan dukungan emosional secara konsisten. Memberi kebebasan yang bertanggung jawab, membantu anak belajar mengambil Keputusan (Utama, J. M. (2022) .

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Kesehatan mental didapatkan Sebagian besar dari responden baik yaitu sebesar 64,5%.
2. Pola asuh didapatkan sebagian kecil dari responden pola asuh permisif yaitu sebesar 48,7%.
3. Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh nilai p sebesar 0,001, karena nilai  $p > 0,05$  maka dikatakan ada Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMK N 2 Argamakmur.

### Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan  
Memberikan dasar ilmiah bagi mahasiswa dan dosen keperawatan mengenai hubungan antara pola asuh dan kesehatan mental remaja. Membantu pengembangan kurikulum yang lebih relevan dan komprehensif terkait aspek psikososial dalam perawatan remaja.

2. Bagi SMKN 2 Argamakmur  
Guru dan staf dapat memahami bagaimana pola asuh orang tua memengaruhi kondisi mental dan perilaku siswa. Membantu guru mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan mental yang berhubungan dengan pola asuh di rumah.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Penelitian ini menyediakan data dan teori yang bisa dijadikan dasar untuk studi lanjutan. Memperkaya literatur ilmiah terkait hubungan pola asuh dan kesehatan mental pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhyka, Intan, et al. (2023). Analisis Kesehatan Mental Remaja Berdasarkan Global School Based Student Health Survey (GSHS) Siswa di Pesantren Modern. *Jurnal Pembangunan Nagari*. 8(2), 198-209.
- Afriani, & Lestari, N. M. 2017. Pengaruh Jenis Kelamin, Usia dan Religiusitas Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Philanthropy Journal of Psychology*, 1, 85–102.
- Ali, M., & Ansori, M. (2018). Psikologi Remaja. Jakarta: Bumi Aksara
- Amalia, R., & Handayani, T. (2021). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1), 45–53.
- Amaniey, M. D., & Harahap, F. (2022). Hubungan Antara Bersyukur dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 4(1), 57-64.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *PILAR*, 14(1), 15-31.
- Anggraeni, T. P., & Rohmatun, R. (2020). Hubungan antara pola asuh permisif dengan kenakalan remaja (Juvenile delinquency) Kelas XI di SMA 1 Mejobo Kudus. *Psisula: Prosiding berkala psikologi*, 1, 205-219.
- Arafah. (2023). Mental Sehat, Generasi Hebat. Diakses pada tanggal 05 Mei 2023, dari <https://baktinews.bakti.or.id/artikel/mental-sehat-generasi-hebat>
- Ardiansyah, Ichlas, et al. (2023). Kesehatan Mental. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi
- Asyri Ep, P. R. W., Anrial, A., & Carles, E. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang tua pada Kesehatan Mental Remaja di Desa Renah Kurung (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Curup).
- Ayun, Q. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Metode Pengasuhan dalam Membentuk Kepribadian Anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1), p. 102. doi: 10.21043/thufula.v5i1.2421
- Aziz, R., & Zamroni, Z. (2019). Analisis Faktor Konfirmatori Terhadap Alat Ukur Kesehatan Mental Berdasarkan Teori Dual Model. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 16 (2), 1.
- 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*, 14(2), 329-345.
- 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.
- Balitbang Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Bratman, G. N., et al. (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Science advances*, 5(7), eaax0903.
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Bloomberg Hopkins School of Public Health. (2022). Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian. Pusat Kesehatan Reproduksi.
- Devita, Y. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 503-512 <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/967>
- Duana, M., Ariani, D., & Melinda, M. (2023). Promosi Kesehatan Remaja Sehat Dengan Mental Yang Sehat. *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 160-165.

- Fakhriyani, D. V. (2019). Kesehatan mental. Pamekasan: duta media publishing.
- Fatmawati, E., Ismaya, E. A., & Setiawan, D. (2021). Pola Asuh Orang Tua Dalam Memotivasi Belajar Anak Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(1), 104-110.
- Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi masalah mental emosional remaja di sekolah menengah kejuruan (smk) swasta se kota padang panjang tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 2(2), 68-72.
- Hagell A, Coleman J, & Brooks F. (2015). *Key Data on Adolescence*. London: Association for Young People's Health
- Hamidah, R. N., & Rosidah, N. S. (2021). Konsep kesehatan mental remaja dalam perspektif Islam. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 26- 33.
- Hanifah, D., Kamal, M., Afrinaldi, A., & Yarni, L. (2023). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan dengan Pola Asuh Orang Tua di Jorong Aia Tabik Nagari Kamang Mudiak. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1631-1639.
- Haniyah, F. N., Novita, A., & Ruliani, S. N. (2022). Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua, Teman Sebaya, Lingkungan Tempat Tinggal dan Sosial Ekonomi Dengan Kesehatan Mental Remaja. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(7), 242-250.
- Hari, P. P., Widodo, D., & Widiani, E. (2017). Hubungan Pola Asuh Dengan Tingkat Stres Menjelang Ujian Nasional (UN) Pada Anak Kelas VI Di SDN Sukun 1 Malang. *Nursing News*, 2(3), 511–521.
- Haryanti, D., Pamela, E. M. and Susanti, Y. (2016) „Perkembangan Mental Emosional Remaja Di Panti Asuhan”, *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(2), pp. 97– 104.
- Hazizah, N. (2019). Permissivve parenting effect toward emotional development of early childhood. <https://doi.org/10.24036/kolokium-pls.v7i1.17>
- Hutama, J. M. (2022). hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja. *Jurnal Medika Utama*, 3(04).
- Hutama, J. M. 2022) hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja. *Jurnal Medika Utama*, 3(04).
- Irnanda, R. C., & Hamidah, H. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Self Compassion Pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 396–405.
- Kementerian Kesehatan. (2018). Hasil utama risikesdas.
- Kholifah, N., & Sodikin, S. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan masalah mental emosional remaja di SMP N 2 Sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).
- Kholig, Supriadi dkk. (2022). Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Di MTS Ngalaban Desa Bendet Kecamatan Diwek Jombang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 1(1), 45-51.
- Kundre, R., & Bataha, Y. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Bekerja Dengan Perkembangan Anak Usia Prasekolah (4 - 5 Tahun) Di Tk Gmim Bukit Moria Malalayang. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1– 9.
- Maimun. (2017). *Psikologi Pengasuhan: Mengasuh Tumbuh Kembang Anak dengan Ilmu*. Mataram: Sanabil
- Malfasari, Eka, et al. (2020). Kondisi Mental Emosional Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 8(3), 241-246.
- Malik. (2016). *Pengantar Psikologi Umum*. Sleman : Kalimedia
- MAMANGKEY, S. V., Ake, J., & Polii, G. B. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Desa Blongko Kecamatan Sinonsayang (Doctoral dissertation, Universitas Katolik De La Salle Manado).
- Mardiah, U. Jumaini., & Darwin, K. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Medika Utama*, 3(04).
- Marfuah, D. U. 2024. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Desa Dukuh (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Klaten).
- Maukar, D. S., & Huwae, A. (2024). Kesejahteraan Psikologis dan Psychological Distress pada Mahasiswa yang Telah Berkeluarga. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 991-1001.

- MAULA, Y. N. M. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 2 Majalengka Tahun 2023 (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Melisa, Sopian, A., Dewantoro, A., Wijanarko, D., Rahajeng, S., Senjaya, ..., Al-Anshory, Z (2021). The Importance of Mental Health in Children and Adolescents in Parakan Inpres Village Selatan. *Abdi Masyarakat*, 2(2), 115–123
- Putri, A., & Sari, D. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 9(2), 101–109.
- Sihombing, D. 2024. Pola asuh orang tua dalam pembinaan kesehatan mental keagamaan remaja di Desa Sibuluan Indah Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah (Doctoral dissertation, IAIN Padangsidimpuan).
- Tumigolong, E. D. 2024. Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Mental Anak Sampai Dewasa Di Desa Silian Satu Kecamatan Silian Raya Kabupaten Minahasa Tenggara. *HOLISTIK, Journal of Social and Culture*