



## Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMA Negeri 2 Limboto

### *The Relationship Between Parenting Patterns and Mental Health in Adolescents at SMA Negeri 2 Limboto*

Regita Eka Putri Ishak<sup>1\*</sup>, Sitti Rahma<sup>2</sup>, Siti Hajar Salawali<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

<sup>2,3</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

\*Corresponding Author: E-mail: [regitaishak4@gmail.com](mailto:regitaishak4@gmail.com)

#### Artikel Penelitian

##### Article History:

Received: 01 May, 2025

Revised: 20 May, 2025

Accepted: 20 May, 2025

##### Kata Kunci:

Kesehatan Mental, Pola Asuh Orang Tua, Remaja, SMA Negeri 2 Limboto

##### Keywords:

Mental Health, Parenting Patterns, Adolescents, SMA Negeri 2 Limboto

DOI: [10.56338/jks.v8i5.7452](https://doi.org/10.56338/jks.v8i5.7452)

#### ABSTRAK

Kesehatan mental sering terjadi pada remaja yang berusia 15-18 tahun. Pola asuh orang tua menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya masalah kesehatan mental pada remaja. Buruknya pola asuh orang tua dapat dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal, status sosial budaya, dan status social ekonomi. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto. Jenis penelitian ini deskriptif korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Pengambilan sampel menggunakan teknik cluster sampling. Populasi penelitian yaitu seluruh siswa aktif di SMA Negeri 2 Limboto berjumlah 992 responden dengan sampel sebanyak 285 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi yaitu siswa aktif di SMA Negeri 2 Limboto, dapat berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden dalam penelitian serta kriteria eksklusi yaitu siswa yang tidak hadir pada saat penelitian. Data di analisis dengan uji spearman rank. Hasil pada penelitian ada hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto ( $p\text{-value}=0,00 < \alpha = 0,05$ ) dengan koefisien korelasi yang terjadi pada kedua variabel sebesar 0,738\*\* yang berarti memiliki korelasi yang kuat. Angka koefisien korelasi bersifat positif yang berarti arah hubungan kedua variabel adalah searah, semakin baik pola asuh orang tua maka semakin baik juga kesehatan mental pada remaja. Simpulan, variabel pola asuh orang tua ada hubungan dengan variabel kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi SMA Negeri 2 Limboto dalam meningkatkan upaya edukasi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran mengenai pola asuh orang tua dan kesehatan mental pada remaja.

#### ABSTRACT

Mental health often occurs in adolescents aged 15-18 years. Parenting patterns are one of the factors causing mental health problems in adolescents. Poor parenting patterns can be influenced by the residential environment, socio-cultural status, and socio-economic status. The purpose of this study was to determine the relationship between parenting patterns and mental health in adolescents at SMA Negeri 2 Limboto. This type of research is descriptive correlation with a cross-sectional approach. Sampling using cluster sampling technique. The population of the study was all active students at SMA Negeri 2 Limboto totaling 992 respondents with a sample of 285 respondents who had met the inclusion criteria, namely active students at SMA Negeri 2 Limboto, able to communicate well, and willing to be respondents in the study and exclusion criteria, namely students who were not present at the time of the study. Data were analyzed using the Spearman rank test. The results of the study showed a relationship between parenting patterns and mental health in adolescents at SMA Negeri 2 Limboto ( $p\text{-value} = 0.00 < \alpha = 0.05$ ) with a correlation coefficient that occurred in both variables of 0.738 \*\* which means it has a strong correlation. The correlation coefficient number is positive which means the direction of the relationship between the two variables is in the same direction, the better the parenting pattern, the better the mental health of adolescents. In conclusion, the parenting pattern variable has a relationship with the mental health variable in adolescents at SMA Negeri 2 Limboto. Therefore, this study is expected to be a reference for SMA Negeri 2 Limboto in increasing health education efforts to increase awareness of parenting patterns and mental health in adolescents.

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa biasanya ditandai dengan pubertas dan beberapa perubahan yakni perubahan fisik, psikologis, kognitif dan sosial pada individu (Yulya dkk, 2023). Periode pada remaja menurut Kementerian Kesehatan RI menjadi tiga bagian, yakni masa remaja awal pada umur 12-15 tahun, masa remaja menengah pada umur 15-18 tahun, dan masa remaja akhir pada umur 18-21 tahun. Ditinjau dari segi fisik masa remaja akan mengalami perubahan ciri-ciri fisik dan fungsi psikis, terutama yang berkaitan dengan organ reproduksi dan pada psikis akan ditandai dengan perubahan emosi, kognitif, moral, dan sosial (Kemenkes RI, 2021).

Perubahan yang terjadi pada masa ini, baik secara fisik maupun perkembangan psikis akan menyebabkan remaja sangat rentan mengalami stres dan cenderung menjadi tidak stabil untuk mengendalikan situasi yang tidak terduga. Hal ini dianggap sebagai masalah kesehatan mental pada remaja (Hamidah & Rizal, 2022). Kesehatan mental remaja merupakan sebuah kondisi dimana remaja terbebas dari berbagai bentuk gejala-gejala gangguan mental (Ningrum, 2023).

Berdasarkan penilaian instrumen Strengths And Difficulties Questionnaire (SDQ) yang dikembangkan oleh Goodman (1997), remaja dikatakan mengalami masalah kesehatan mental ketika mengalami gejala seperti masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, masalah teman sebaya dan masalah perilaku prososial (Sholichah dkk, 2023). Sebaliknya, remaja dikatakan sehat mental ketika remaja merasa bahagia, merasa baik tentang diri mereka sendiri, dapat mengelola stres, memiliki hubungan yang sehat dengan orang lain, dan mampu berfungsi secara efektif dalam berbagai aspek kehidupan. (Rahma & Cahyani, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO, 2020) secara global, hampir setengah dari semua gangguan kesehatan mental yang ada, seperti perilaku agresif, kecemasan, dan depresi diperkirakan terjadi sejak umur 14 tahun, dengan tingkat prevalensi sekitar 10-20%. Laporan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa angka gangguan mental di Indonesia sebesar 9,6% mengalami peningkatan dari tahun 2013 yaitu sebesar 6,0%. Berdasarkan survei kesehatan Indonesia pada tahun 2023 bahwa prevalensi tertinggi kesehatan mental di Indonesia terjadi pada umur 15-24 tahun yaitu 2% (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo melalui penjangkaran di Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) pada tahun 2022 remaja yang mengalami masalah kesehatan mental terdapat 34 jiwa yang tersebar di berbagai daerah diantaranya yaitu Kabupaten Gorontalo 24 jiwa, Kabupaten Bone Bolango 4 jiwa, Kabupaten Pohuwato 3 jiwa, Kabupaten Boalemo 2 jiwa dan Kabupaten Gorontalo Utara 1 jiwa (Dinas Kesehatan, 2022). Pada tahun 2023 terjadi peningkatan yang drastis menjadi 229 jiwa yang tersebar di Kabupaten Gorontalo 128 jiwa, Kabupaten Pohuwato 72 jiwa, Kota Gorontalo 14 jiwa, Kabupaten Boalemo 6 jiwa, Kabupaten Bone Bolango 6 jiwa dan Kabupaten Gorontalo Utara 3 jiwa (Dinas Kesehatan, 2023).

Berdasarkan pengambilan data awal di Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo belum ada data yang pasti terkait masalah kesehatan mental pada remaja, namun ketika dilakukan pengambilan data di Puskesmas Limboto didapatkan informasi bahwa angka kejadian masalah kesehatan mental pada remaja di Kabupaten Gorontalo sangat tinggi khususnya wilayah Limboto. Hal ini sejalan dengan penelitian tentang determinan gangguan kesehatan mental emosional remaja di SMA Negeri 1 Limboto yang dilakukan oleh Abas dkk (2023) menyatakan

bahwa Kabupaten Gorontalo merupakan wilayah dengan persentasi tertinggi yakni 26,42% dari total kasus gangguan kesehatan mental emosional yang terjadi pada individu usia  $\geq 15$  tahun.

Berdasarkan data awal yang diperoleh dari Puskesmas Limboto dengan menggunakan instrument Strength and Difficult Questionnaire (SDQ) pada tahun 2022 bulan Juni-Desember remaja yang mengalami gangguan mental emosi sebanyak 19 jiwa dari 97 jiwa yang berhasil diskriming. Pada tahun 2023 remaja yang mengalami gangguan mental emosi sebanyak 166 jiwa dari 1376 jiwa yang berhasil diskriming. Pada tahun 2024 hasil skrining masalah gangguan mental emosi remaja pada beberapa SMA di wilayah kerja Puskesmas Limboto mengalami peningkatan khususnya di SMA Negeri 2 Limboto sebanyak 443 jiwa dari 607 jiwa yang berhasil diskriming, SMA Negeri 1 Limboto sebanyak 197 jiwa dari 279 jiwa yang berhasil diskriming, SMK Negeri 1 Limboto sebanyak 55 jiwa dari 96 jiwa yang berhasil di skrining. Jadi, dapat disimpulkan bahwa angka kejadian masalah kesehatan mental di wilayah kerja puskesmas Limboto mengalami peningkatan.

Meningkatnya masalah kesehatan mental ini dipengaruhi oleh faktor internal yang meliputi faktor biologis dan psikologis, selain itu terdapat faktor eksternal yaitu pola asuh orang tua, teman sebaya, dan lingkungan sekitar (Mukhtar dkk, 2024). Dari beberapa faktor penyebab tersebut yang sangat mempengaruhi kesehatan mental remaja yaitu pola asuh orang tua (Hamidah & Rizal, 2022). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Haniyah dkk (2022) bahwa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja yaitu pola asuh orang tua 54%, teman sebaya 31%, lingkungan tempat tinggal 8%, dan sosial ekonomi 7 %.

Pola asuh orang tua merupakan suatu keseluruhan interaksi antara orang tua dengan anak, dimana orang tua tersebut bermaksud menstimulasi anaknya dengan mengubah tingkah laku, pengetahuan, dan juga nilai-nilai yang dianggap paling tepat agar anak bisa mandiri, tumbuh, dan berkembang dengan optimal. Pola asuh orang tua dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yaitu pola asuh otoriter, demokratis dan permisif. Pola asuh otoriter ditandai dengan orang tua tidak menghargai kemampuan remaja dan menuntut harus mengikuti perintah atau kemauan orang tua, pola asuh demokratis ditandai dengan pemberian perhatian, dukungan, dan motivasi atas apa yang dilakukan serta memberi nasehat ketika remaja berbuat salah, sedangkan pola asuh permisif ditandai dengan orang tua memberikan kebebasan pada remaja untuk melakukan sesuatu dan memberikan kepercayaan dalam mengambil keputusan sesuai yang diinginkan remaja (Azzahra dkk, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lutyah dkk (2024) bahwa pola asuh yang diterapkan paling banyak yaitu pola asuh demokratis 132 orang (61,9%), otoriter 58 orang (27,3%) dan permisif 23 orang (10,8%). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2023) bahwa pola asuh terbanyak pada penelitian ini yaitu pola asuh demokratis 140 orang (90,09%), pola asuh otoriter 10 orang (6,5%) dan pola asuh permisif 4 orang (2,6%). Tentunya pola asuh orang tua ini akan berdampak pada kesehatan mental remaja yaitu orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter maka remaja akan merasa kurang percaya diri, mengalami stres dan cenderung akan cemas atau depresi. Remaja yang mendapatkan pola asuh demokratis mereka akan lebih mampu mengatasi stres, memiliki harga diri yang lebih tinggi, dan menunjukkan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah. Sedangkan remaja yang dibesarkan dengan pola asuh permisif maka mereka akan mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan stres, mengalami masalah dalam pengaturan diri dan tanggung jawab yang berpotensi menimbulkan kecemasan atau kebingungan mengenai batasan sosial.

Menurut Hamidah & Rizal (2022) pola asuh orang tua yang sangat mempengaruhi masalah kesehatan mental remaja yaitu pola asuh otoriter dan permisif. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mustika & Nur (2024) dimana didapatkan bahwa pola asuh otoriter dan permisif cenderung memiliki dampak buruk yang meningkatkan risiko masalah kesehatan mental remaja.

Berdasarkan observasi awal pada tempat penelitian yakni di SMA Negeri 2 Limboto pada tanggal 13 September 2024 didapatkan 7 responden. Dimana 3 responden mengatakan bahwa mereka mendapatkan pola asuh dari orang tua yang menuntut harus mengikuti perintah atau kemauan orang tua dan akan marah ketika anak melakukan kesalahan tanpa menanyakan penyebabnya sehingga mereka merasa mudah takut, cemas, sering merasa khawatir, mudah marah dan tidak suka ditegur orang lain apabila mereka melakukan sesuatu, 2 responden lainnya mengatakan bahwa mereka mendapatkan pola asuh dari orang tua yang mendukung, memotivasi atas apa yang dilakukan dan akan memberi nasehat ketika anak berbuat salah sehingga mereka memiliki rasa percaya diri, disiplin, dan bertanggung jawab atas apa yang dilakukan. Sedangkan 2 responden mengatakan bahwa mereka mendapatkan pola asuh dari orang tua yang membebaskan mereka melakukan sesuatu dan cenderung lebih memberi kepercayaan dalam mengambil keputusan sesuai kemauan anaknya sehingga mereka merasa tidak mandiri, sulit mengambil keputusan, dan tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Pola Asuh dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMA Negeri 2 Limboto.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Limboto pada tanggal 6 Desember 2024 – 6 Januari 2025. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Cluster Sampling dengan populasi 992 responden dan untuk sampel dalam penelitian ini sebanyak 285 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

## HASIL

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Kategori	N	%
<b>Usia Responden</b>		
15 Tahun	63	22,1
16 Tahun	71	24,9
17 Tahun	119	41,8
18 Tahun	32	11,2
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	123	43,2
Perempuan	162	56,8
<b>Kelas</b>		
X	91	31,9

XI	96	33,7
XII	98	34,4
<b>Pendidikan Orang Tua/Wali Siswa</b>		
Tidak tamat SD		
TSD/Sederajat	20	7,0
SMP/Sederajat	37	13,0
SMA/Sederajat	37	13,0
Perguruan Tinggi	150	42,6
<b>Pekerjaan Orang Tua/Wali Siswa</b>		
Swasta	41	14,4
TNI/POLRI		
PNS	54	18,9
Honorar	25	8,8
Petani	42	14,7
Nelayan	20	7,0
Buruh	39	13,7
Pedagang	19	6,7
Sopir	17	6,0
Tidak Bekerja	19	6,7
	20	7,0
	30	10,5

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa responden dalam penelitian ini sebagian besar berusia 17 tahun sebanyak 119 responden (41.8%). Hasil penelitian didapatkan jenis kelamin terbanyak yang dimiliki responden yaitu Perempuan sebanyak 162 responden (56.8%). Berdasarkan kelas diperoleh sebagian besar responden kelas XII yaitu sebanyak 98 responden (34.4%). Berdasarkan pendidikan orang tua/wali siswa yang dibagi menjadi 5 kategori dengan jumlah terbanyak yakni responden yang memiliki orang tua berpendidikan SMA/Sederajat yaitu sebanyak 150 responden (52.6%). Berdasarkan pekerjaan orang tua/wali siswa terbanyak yang dimiliki responden yaitu responden yang memiliki orang tua bekerja sebagai swasta sebanyak 54 responden (18.9%).

### Analisis Univariat

**Tabel 2.** Analisis Univariat

Analisis Univariat	Jumlah	
	(N)	(%)
<b>Pola Asuh Orang Tua</b>		
Demokratis	169	59.3
Permisif	30	10,5
Otoriter	86	30,2
<b>Kesehatan Mental Remaja</b>		
Normal	162	56.8
Ambang/Borderline	60	21.1
Abnormal	63	22.1

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 285 responden yang diteliti, didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola asuh orang tua demokratis yaitu sebanyak 169 responden (59.3%) dan sebagian kecil responden memiliki pola asuh orang tua permisif sebanyak 30 responden (10.5%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 56 responden yang diteliti, didapatkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori normal yaitu sebanyak 162 responden (56.8%) dan sebagian kecil responden berada dalam kategori ambang/borderline sebanyak 60 responden (21.1%).

**Analisis Bivariat**

**Tabel 3.** Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMA Negeri 2 Limboto

		Pola Asuh Orang Tua	Kesehatan Mental Remaja	
Spearman’s rho	Pola Asuh Orang Tua	Correlation Coefficient	1,000	
		P-value	,738**	
		N	,000	
	Kesehatan Mental Remaja	Correlation Coefficient	.	285
		P-value	,738**	1,000
		N	,000	.

Sumber: Data SPSS Versi 26

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil analisa data dengan uji spearman rank menggunakan program SPSS versi 26 didapatkan p-value (0,000) lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  atau  $p\text{-value} < \text{nilai } \alpha$ , dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,738 sehingga dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan yang bersifat kuat dengan arah hubungan positif antara pola asuh orang tua dengan Kesehatan mental remaja di SMA Negeri 2 Limboto.

**PEMBAHASAN**

**Pola Asuh Orang Tua Pada Remaja di SMA Negeri 2 Limboto**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap pola asuh orang tua pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto didapatkan hasil bahwa dari 285 responden, sebagian besar mendapatkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 169 (59,3%) responden dan sebagian kecil mendapatkan pola asuh orang tua permisif sebanyak 30 (10,5%) responden. Berdasarkan data penelitian tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMA Negeri 2 Limboto memiliki pola asuh yang baik.

Pada penelitian ini pola asuh yang paling banyak diterapkan yaitu pola asuh demokratis sebanyak 169 (59,3%) responden yang dapat dilihat dari hasil jawaban pada kuesioner. Sebagian besar pola asuh orang tua yang diterima responden yaitu orang tua memberi arahan, dukungan, bimbingan mengenai kegiatan dan keputusan remaja, tetapi ia juga pengertian, selalu bersedia mendengarkan keluh kesah remaja dan mendiskusikan arahan tersebut dengan cara yang baik ketika remaja tidak setuju dengannya.

Menurut Ningrum (2023) remaja yang diasuh dengan pola asuh demokratis akan lebih dekat dengan orang tuanya dan akan lebih terbuka kepada orang tua terkait masalah apa yang mereka hadapi, karena orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis ini yaitu orang tua

yang akan memberi arahan dan bimbingan kepada anak dengan cara yang rasional dan objektif, berorientasi pada masalah yang dihadapi, menghargai serta menerima pendapat anak ketika berkomunikasi sehingga anak mampu mendiskusikan tentang permasalahan yang terjadi kepada orang tua. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2024) bahwa pola pengasuhan demokratis ialah pola asuh dengan kecenderungan untuk memprioritaskan kepentingan anak, namun dengan tidak ragu dalam memberikan kendali pada anak secara penuh, orang tua dengan tipe demokratis akan memiliki sikap yang rasional dan bertindak berdasarkan pemikiran-pemikiran yang rasional, orang tua dengan pengasuhan demokratis akan bersikap realistis terhadap kemampuan anak, dan tidak akan berekspektasi berlebihan yang melampaui kemampuan anak.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa dari 169 (59,3%) responden yang memiliki pola asuh demokratis terdapat sebagian besar responden memiliki orang tua dengan pendidikan terakhir SMA/ sederajat yaitu sebanyak 94 (33,0%) responden. Menurut Azzahra, dkk (2022) bahwa pendidikan orang tua juga mempengaruhi bagaimana pola asuh yang diberikan kepada anak karena orang tua dengan latar belakang pendidikan tinggi maka akan memiliki wawasan dan pengalaman yang lebih banyak dibandingkan dengan orang tua yang berpendidikan rendah. Hal ini juga didukung oleh Mohzana dkk, (2024) bahwa hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki orang tua dengan pendidikan SMA dan sebagian kecil orang tua responden lulusan perguruan tinggi. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula ilmu pengetahuan yang dimilikinya sehingga orang tua yang memiliki pendidikan tinggi akan dapat membimbing, memberi arahan dan memberikan perilaku yang baik dalam melakukan sebuah kegiatan (Mohzana dkk, 2024).

Selain itu, pekerjaan orang tua juga merupakan salah satu yang mempengaruhi bagaimana orang tua menerapkan pola asuh yang positif kepada anak karena orang tua yang bekerja mendapat informasi yang lebih banyak tentang cara-cara yang dapat menimbulkan minat serta merangsang anak untuk memecahkan atau untuk mengatasi persoalan sendiri, hal itu dikarenakan orang tua sering bersosialisasi dengan banyak orang dibandingkan dengan orang tua yang tidak bekerja Ikrawati dkk, (2023). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Baiti, (2020) bahwa pekerjaan sangat berpengaruh dalam penerapan pola asuh orang tua karena orang tua yang bekerja memiliki banyak pengalaman dalam mendorong dan mendukung anak dalam pengambilan keputusan.

Pola asuh terbanyak kedua yang diterapkan oleh orang tua pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto yaitu pola asuh otoriter sebanyak 86 (30,2%) responden. Dapat dilihat dari jawaban responden bahwa responden mendapatkan pola asuh dari orang tua yang akan menghukum dengan menggunakan kekerasan dan sangat marah ketika remaja tidak mengikuti kemauannya. Hal ini menandakan bahwa orang tua tidak peduli dengan dampak yang akan didapatkan remaja.

Menurut Lailiyah (2021) pola asuh otoriter ini ditandai dengan orang tua menerapkan aturan yang ketat tanpa kompromi dan menghukum anak secara fisik ketika melanggar aturannya, pola asuh ini menyebabkan remaja kurang nyaman, merasa tertekan dan juga tidak bebas dalam mengekspresikan perasaannya, serta merasa tidak mampu dalam pengambilan keputusan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardhiah & Karim (2022) bahwa remaja yang mendapatkan pola asuh otoriter akan merasa kurang nyaman, merasa tertekan dan juga tidak bebasnya remaja dalam mengekspresikan perasaannya, sehingga saat remaja lepas dari kontrol orang tua maka remaja akan berbuat sesuka hati.

Selanjutnya pola asuh yang ketiga terbanyak yaitu pola asuh permisif yaitu sebanyak 30 (10,5%) responden yang dilihat dari responden menjawab setuju dengan orang tua yang membiarkan remaja membentuk sudut pandang sendiri mengenai masalah yang dihadapi dan membiarkan remaja memutuskan sendiri apa yang akan dia lakukan. Pola asuh permisif ini menandakan bahwa orang tua memiliki penerimaan yang tinggi dan kontrol yang rendah.

Menurut Anggraeni & Rohmatun, (2020) pola asuh permisif ini orang tua lebih cenderung memberikan kebebasan untuk berfikir dan berusaha dengan pengawasan rendah serta bimbingan yang minim dan tidak mengarahkan atau menegur pada setiap tindakan yang dilakukan oleh anak sehingga anak tidak akan tahu tingkah laku yang dilakukannya sesuai dengan aturan atau tidak, karena orang tua tidak pernah menyalahkan dan membenarkan tingkah laku tersebut karena orang tua tidak pernah menegur atau memberi hukuman jika anak berbuat salah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Taruna & Behmani (2021) bahwa orang tua yang memiliki pola asuh permisif ini akan mengalami masalah dalam pengaturan diri dan tanggung jawab, yang berpotensi menimbulkan kecemasan atau kebingungan mengenai batasan sosial.

### **Kesehatan Mental Pada Remaja di SMA Negeri 2 Limboto**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto didapatkan hasil bahwa remaja memiliki kesehatan mental yang normal yaitu sebanyak 162 (56,8%) responden, sementara yang memiliki kesehatan mental ambang/borderline sebanyak 60 (21,1%) responden, dan kesehatan mental abnormal sebanyak 63 (22,1%) responden. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dilihat mayoritas responden di SMA Negeri 2 Limboto memiliki kesehatan mental normal. Dapat dilihat dari responden menjawab selalu merasa bahagia, mampu mengelola stres, selalu peduli dengan perasaan orang lain, selalu siap menolong orang lain, bersikap baik dan mudah berteman dengan siapa pun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma & Cahyani (2023) bahwa remaja yang sehat mentalnya yaitu ketika merasa bahagia, merasa baik tentang diri mereka sendiri, dapat mengelola stres, memiliki hubungan yang sehat dengan orang lain, dan mampu berfungsi secara efektif dalam berbagai aspek kehidupan.

Berdasarkan penelitian didapatkan remaja yang memiliki kesehatan mental abnormal sebanyak 63 (22,1%) responden. Hal ini dilihat dari responden menjawab selalu gugup dan gelisah atau cemas dalam situasi yang tidak terduga, sering merasa sedih, lebih suka menyendiri dan perhatian mudah teralih atau sulit memusatkan perhatian pada apapun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sholichah dkk, (2023) bahwa remaja dikatakan mengalami masalah kesehatan mental ketika mengalami gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, masalah teman sebaya, dan masalah perilaku prososial.

Menurut Irsanin (2024) remaja yang mengalami masalah kesehatan abnormal dapat disebabkan oleh faktor internal yang terdiri dari faktor biologis dan faktor psikologis berupa riwayat keluarga dengan gangguan mental, perubahan hormonal dan kondisi medis tertentu, serta faktor psikologis yaitu mencakup kepribadian, pengalaman trauma, dan strategi koping yang kurang efektif. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Haniyah dkk, (2022) bahwa kesehatan mental remaja yang abnormal terjadi karena faktor eksternal yaitu pola asuh orang tua, teman sebaya dan sosial ekonomi orang tua.

Dalam penelitian terhadap kesehatan mental remaja ini didapatkan bahwa dari 285 responden sebagian besar yaitu remaja umur 17 tahun sebanyak 29 (46,0%) responden dengan kesehatan mental yang abnormal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ermis dkk, (2022) mengatakan bahwa usia 17 tahun ini termasuk dalam kelompok remaja tengah, pada fase ini sering terjadi masalah kesehatan mental dimana emosi tidak stabil sehingga berpotensi menimbulkan perilaku negatif. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yusnaeni & Sari Wijayaningsih, (2023) bahwa pada usia 17 tahun ini, remaja masih mengalami banyak perubahan hormon yang memengaruhi suasana hati dan emosi mereka. Perubahan ini dapat menyebabkan perasaan cemas, depresi, atau stres.

Berdasarkan penelitian ini didapatkan 162 (56,8%) responden terbanyak yaitu jenis kelamin perempuan. Hal ini disebabkan karena remaja di SMA Negeri 2 Limboto yang paling banyak adalah perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardhiah & Karim (2022) bahwa didapatkan jenis kelamin perempuan 17 (41,%) responden lebih banyak dibandingkan laki-laki hanya 13 (23,1%) responden yang disebabkan karena perempuan dan laki-laki mempunyai perbedaan dalam masalah peran sosial. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Gintari dkk, (2023) bahwa perempuan memiliki kemungkinan dua atau tiga kali lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental dibandingkan dengan laki-laki, dengan melihat bagaimana cara perempuan menangani sebuah masalah cenderung lebih memiliki perasaan negatif dan lebih memikirkan masalah tersebut, sedangkan laki-laki ketika mereka menghadapi masalah dan merasa tertekan mereka lebih banyak mengalihkan diri dengan mencari aktivitas alternatif.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa masalah kesehatan mental remaja pada kategori gejala emosional sebagian besar responden berada pada rentang normal yaitu sebanyak 240 (84,2%) responden dan sebagian kecil berada pada rentang ambang/borderline yaitu sebanyak 16 (5,6 %). Hal ini dapat dilihat dari responden menjawab tidak benar sering sakit kepala, merasa cemas atau gelisah, dan gugup serta takut dalam situasi baru. Hal ini menunjukkan bahwa remaja memiliki kemampuan dalam mengontrol emosi saat mengalami masalah. Menurut Florensa dkk, (2023) walaupun berada pada kategori normal, perlu adanya upaya untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam mengelola emosi sebagai upaya promotif untuk mencegah munculnya masalah emosional pada remaja yang mengakibatkan remaja berada pada rentang borderline atau bahkan pada kategori abnormal.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aisyaroh dkk, (2022) bahwa masalah mental emosional dapat muncul jika terdapat keadaan tertentu yang menghambat kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan stresor dalam kehidupan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Zahara dkk, (2024) bahwa ketidakmampuan remaja dalam meregulasi emosi dapat mengakibatkan munculnya konflik dengan teman sebaya, ketidakmampuan membangun hubungan yang memuaskan dengan orang lain dan kesulitan dalam menyesuaikan diri pada lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kesehatan mental remaja kategori masalah perilaku sebagian besar berada pada rentang normal yaitu sebanyak 192 (67,4%) responden dan sebagian kecil berada pada rentang ambang/borderline yaitu sebanyak 19 (6,7%) responden, dapat dilihat dari responden menjawab tidak benar pada pernyataan menjadi sangat marah, bertengkar dengan orang lain, dan berbohong atau berbuat curang. Hal ini menandakan bahwa remaja mampu mengontrol dirinya dari perilaku yang negatif atau mampu mengelola emosi dengan baik sehingga akan membuat mereka mampu bertindak secara

rasional.

Menurut Bobyanti (2023) masalah perilaku meliputi tindakan agresif, perilaku adiktif, menarik diri dari lingkungan yang jika tidak ditangani akan dapat berdampak pada perkembangan sosial dan emosional remaja, serta dapat mempengaruhi hubungan mereka dengan orang lain di lingkungannya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suni (2023) bahwa masalah perilaku memiliki tanda dan gejala seperti menyakiti manusia atau hewan, merusak milik orang lain, berbohong atau mencuri dan melanggar aturan yang akan berdampak anak akan dijauhi oleh lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kesehatan mental remaja kategori masalah hiperaktivitas sebagian besar responden berada pada rentang normal yaitu sebanyak 245 (86,0%) responden dan sebagian kecil pada rentang ambang/borderline yaitu sebanyak 19 (6,7%) responden, dapat dilihat dari responden menjawab tidak benar pada pernyataan sering gelisah, tidak bisa diam dalam waktu lama, perhatian mudah teralih atau sulit memusatkan perhatian pada apapun, dan menjawab benar pada pernyataan dapat menyelesaikan pekerjaan yang dilakukan. Hal ini menandakan bahwa remaja mampu dalam pengendalian diri mereka.

Menurut Mansyur dkk, (2024) bahwa masalah hiperaktivitas merupakan kondisi dimana seseorang mengalami tingkat aktivitas yang berlebihan, impulsif, dan kesulitan dalam mengatur perilaku serta fokus, sehingga akan menghambat proses pencapaian tujuan atau harapan remaja, kesulitan belajar, dan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan yang sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2023) bahwa hiperaktivitas adalah pola perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang yang tidak mau diam, tidak menaruh perhatian, dan bertindak secara impulsif atau semaunya sendiri, perilaku ini biasanya akan sulit untuk diatur atau dikendalikan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesehatan mental remaja pada kategori masalah teman sebaya sebagian besar responden berada pada rentang normal yaitu sebanyak 196 (68,8%) responden, dapat dilihat dari responden menjawab tidak benar pada pernyataan lebih suka sendiri, sering diganggu atau dipermainkan oleh teman dan menjawab benar pada pernyataan memiliki lebih dari satu teman baik serta orang lain seusianya menyukainya. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki dukungan sosial dari teman sebaya yang baik. Namun, terdapat juga 53 (18,6%) responden yang memiliki masalah teman sebaya pada rentang ambang/borderline dan sebagian kecil responden yang memiliki masalah teman sebaya pada rentang abnormal yaitu sebanyak 36 (12,6%) responden, yang menandakan bahwa remaja mendapatkan dukungan sosial yang rendah dari temannya.

Menurut Salsabila & Siregar, (2024) hubungan dengan teman sebaya merupakan suatu gejala dimana anak kurang bisa bersosialisasi dengan teman sebayanya dan seringkali merasa tidak diterima oleh teman sebayanya yang mengakibatkan anak membatasi dirinya untuk berinteraksi secara aktif dengan teman sebayanya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haniyah dkk, (2022) bahwa masalah teman sebaya yaitu berupa tantangan atau tekanan dari teman sebaya, konflik/pertikaian, perasaan terasing yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan identitas remaja.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesehatan mental remaja pada kategori perilaku prososial sebagian besar responden berada pada rentang normal yaitu sebanyak 226 (79,3%) responden, dapat dilihat dari responden menjawab selalu berbagi dengan orang lain, selalu siap menolong jika seseorang terluka atau kecewa, dan bersikap baik terhadap orang

lain. Hal ini menandakan bahwa remaja memiliki kepedulian yang tinggi terhadap orang lain disekitarnya. Selain itu, terdapat juga 39 (13,7%) responden dengan masalah kesehatan dalam rentang ambang/borderline dan 20 (7,0%) responden dengan masalah kesehatan dalam rentang abnormal yang menunjukkan bahwa remaja mengalami masalah dalam membangun hubungan sosial yang baik.

Menurut Florensa dkk (2023) pada remaja kebutuhan akan pengakuan dalam kelompok serta kebutuhan akan hubungan yang lebih intim dengan teman sebaya meningkat sehingga kebutuhan terhadap perilaku prososial menjadi sesuatu yang penting dimiliki oleh remaja. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Iswanto dkk, (2022) bahwa perilaku prososial akan berdampak pada hubungan sosial yang positif, memperkuat komunitas, dan meningkatkan kesejahteraan remaja serta lingkungannya, perilaku prososial ini dapat dipengaruhi oleh nilai-nilai budaya, pendidikan, dan pengalaman pribadi, apabila remaja mengalami masalah prososial maka dapat dilakukan upaya untuk meningkatkan kemampuan prososial yang dapat dilakukan melalui kelompok bimbingan remaja, dimana kelompok bimbingan ini dapat membantu remaja dalam mengekspresikan agresi secara baik dan dapat diterima di sosial.

## **Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMA Negeri 2 Limboto**

Berdasarkan uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05 dan nilai koefisien korelasi 0,738. Sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji Spearman Rank, jika nilai signifikan <0,05 maka artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto. Selanjutnya didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,738 yang artinya tingkat kekuatan hubungan antara variabel pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja termasuk dalam kategori kuat dan bernilai positif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin baik pola asuh orang tua maka semakin baik pula kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 146 (51,2%) responden memiliki pola asuh orang tua demokratis dengan kesehatan mental remaja normal, 48 (16,8%) responden memiliki pola asuh orang tua otoriter dengan kesehatan mental remaja abnormal, dan 30 (10,5 %) responden memiliki pola asuh orang tua otoriter dengan Kesehatan mental ambang/borderline. Selanjutnya, 17 (6,0%) responden memiliki pola asuh orang tua demokratis dengan kesehatan mental remaja ambang/borderline, 13 (4,6%) responden memiliki pola asuh permisif dengan kesehatan mental ambang/borderline, dan 9 (3,2%) responden memiliki pola asuh orang tua permisif dengan kesehatan mental remaja abnormal. Kemudian 8 (2,8%) responden memiliki pola asuh permisif dengan kesehatan mental remaja normal, 8 (2,8%) responden memiliki pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja normal, dan 6 (2,1%) responden memiliki pola asuh orang tua demokratis dengan kesehatan mental remaja abnormal.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden yaitu sebanyak 146 (51,2%) responden memiliki kesehatan mental yang normal dengan pola asuh orang tua demokratis. Hal tersebut menandakan bahwa pola asuh orang tua berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja, dimana pola asuh orang tua menjadi faktor utama dalam mencapai tingkat kesehatan mental remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardhiah & Karim (2022) bahwa pola asuh orang tua sangat dibutuhkan bagi kesehatan mental emosional remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Lutiya dkk, (2024) mengatakan bahwa remaja yang menerima pola asuh demokratis tidak ada indikasi mengalami masalah kesehatan mental, dimana pola asuh demokratis ini yaitu orang tua akan memberi arahan dan bimbingan kepada anak dengan cara yang rasional dan objektif, berorientasi pada masalah yang dihadapi, menghargai serta menerima pendapat anak ketika berkomunikasi sehingga anak mampu mendiskusikan tentang permasalahan yang terjadi kepada orang tua sehingga remaja yang diasuh dengan pola asuh dari orang tua yang demokratis akan dapat membuat remaja lebih percaya diri, periang dan mampu berorientasi pada prestasi, pola asuh demokratis ini harus tetap dipertahankan agar remaja dapat terhindar dari masalah mental emosional yang akan berdampak pada kesehatan jiwa remaja.

Dari hasil penelitian didapatkan responden yang memiliki kesehatan mental abnormal yaitu pada pola asuh otoriter sebanyak 48 (16,8%) responden dan 30 (10,5%) responden memiliki kesehatan mental ambang/borderline dengan pola asuh orang tua otoriter. Menurut (Mustika & Nur (2024) bahwa pola asuh otoriter cenderung memiliki dampak buruk yang meningkatkan risiko masalah kesehatan mental pada remaja. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irsanin (2024) bahwa remaja yang mendapatkan pola asuh otoriter ini akan cenderung merasa kurang percaya diri, mengalami stres, dan akan cemas atau depresi.

Menurut Mil & Setia Ningsih (2023) dampak negatif pola asuh otoriter adalah anak tidak mematuhi peraturan, membangkang dengan aturan yang sudah orang tua tetapkan dan tidak taat dengan perintah orang tuanya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Audyna (2022) bahwa orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter dapat menyebabkan anak tidak bisa memilih kegiatan apa yang anak-anak sukai dan akan dapat membentuk konsep diri anak yang negatif, karena anak merasa tertekan, dikekang dan kurang mandiri, orang tua yang otoriter juga sering kali memberikan hukuman kepada anak tanpa memberikan penjelasan kepada anak atas kesalahan dan pelanggaran yang mereka lakukan, sehingga akan menyebabkan anak akan menjadi keras kepala, sulit diatur dan tidak taat pada orang tua.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden yang memiliki kesehatan mental ambang/borderline dengan pola asuh orang tua permisif yaitu sebanyak 13 (4,6%) responden dan 9 (3,2%) responden memiliki kesehatan mental abnormal dengan pola asuh orang tua permisif. Menurut Taruna & Behmani, (2021) bahwa orang tua dengan pola asuh permisif akan menyebabkan remaja bisa mengalami masalah dalam pengaturan diri dan tanggung jawab yang berpotensi menimbulkan kecemasan atau kebingungan mengenai batasan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azzahra dkk, (2022) dampak negatif pola asuh permisif yaitu anak mengembangkan perasaan bahwa orang tua lebih mementingkan hal lain dalam kehidupan daripada anaknya sehingga anak merasa kurang dicintai, tidak diinginkan, banyak kurang memiliki kontrol diri dan tidak dapat mengatasi kemandirian secara baik, serta mereka memiliki harga diri yang rendah, tidak matang, dan mungkin terisolasi dari keluarga.

Kemudian, sebanyak 8 (2,8%) responden memiliki kesehatan mental normal dengan pola asuh orang tua permisif. Menurut Widya Dewi Asy-syamsa & Eva Soraya Zulf, (2022) bahwa selain dampak negatif pola asuh orang tua permisif terdapat juga dampak positifnya yaitu orang tua akan lebih mudah mengasuh anak karena kurangnya kontrol terhadap anak, bila anak mampu mengatur seluruh pemikiran, sikap, dan tindakannya dengan baik, kemungkinan kebebasan yang diberikan oleh orang tua dapat dipergunakan untuk mengembangkan kreatifitas dan bakatnya, sehingga ia menjadi seorang individu yang mandiri, dewasa, penuh

inisiatif, dan kreatif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azis dkk, (2022) bahwa ciri-ciri dari pola asuh permisif biasanya adalah orang tua bersikap longgar, tidak terlalu memberi bimbingan dan kontrol, perhatian pun terkesan kurang sehingga kendali sepenuhnya terdapat pada anak itu sendiri yang dapat menyebabkan anak akan mempelajari banyak hal melalui pola asuh yang dilakukan oleh orang tua, termasuk juga belajar tentang kepribadian.

Selanjutnya, terdapat 8 (2,8%) responden yang memiliki kesehatan mental normal dengan pola asuh orang tua otoriter. Menurut Ismawati dkk, (2024) Pola asuh otoriter lebih banyak memiliki dampak negatif, akan tetapi pola asuh ini pun memiliki dampak positif yaitu anak akan lebih disiplin karena orang tua bersikap tegas dan memerintah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karennina & Ramlah (2024) bahwa anak-anak yang di besarkan dalam pola asuh otoriter sering kali belajar untuk menghormati aturan dan batasan, dan dapat mengajarkan mereka pentingnya disiplin, tanggung jawab, dan kepatuhan, yang bisa bermanfaat dalam berbagai aspek kehidupan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wulandari Wangi Ni Kadek, (2024) bahwa meskipun orang tua menggunakan pola asuh yang otoriter, anak-anak mungkin merasa bahwa orang tua mereka bertindak demi kebaikan mereka, jika anak-anak dapat memahami dan menerima alasan di balik aturan yang ketat, mereka bisa merasa lebih termotivasi dan lebih cenderung tidak mengalami stres atau frustrasi.

Kemudian, sebanyak 6 (2,1%) responden memiliki kesehatan mental abnormal dengan pola asuh orang tua demokratis. Menurut Ismawati dkk, (2024) walaupun pola asuh demokratis lebih banyak memiliki dampak positif, namun terkadang juga dapat menimbulkan masalah apabila anak atau orang tua kurang memiliki waktu untuk berkomunikasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ambarwati dkk, (2024) bahwa diharapkan orang tua tetap meluangkan waktu untuk anak dan tetap memantau aktivitas anak, jika komunikasi dengan anak kurang lancar akan menghambat keberhasilan pola asuh demokratis ini dan emosi anak yang kurang stabil juga akan menyebabkan perselisihan disaat orang tua sedang mencoba membimbing anak.

## **KESIMPULAN**

Pola asuh orang tua siswa di SMA Negeri 2 Limboto, sebagian besar menerapkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 169 (59,3%) responden dan sebagian kecil menerapkan pola asuh permisif yaitu sebanyak 30 (10,5%) responden.

Kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto, sebagian besar berada pada rentang normal yaitu sebanyak 162 (56,8%) responden dan sebagian kecil berada pada rentang ambang/borderline yaitu sebanyak 60 (21,1%) responden.

Ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 2 Limboto. Berdasarkan uji statistik Spearman Rank dengan p-value 0,000. Koefisien korelasi yang terjadi pada kedua variabel sebesar 0,738\*\* yang berarti memiliki korelasi yang kuat. Angka koefisien korelasi bersifat positif yang berarti arah hubungan kedua variabel adalah searah, semakin baik pola asuh orang tua maka semakin baik juga kesehatan mental pada remaja.

## **SARAN**

Bagi Sekolah, diharapkan kepada pihak sekolah dapat mengadakan seminar yang melibatkan orang tua siswa terkait pola asuh yang baik untuk mencegah masalah kesehatan mental pada remaja dan juga mengadakan skrining masalah kesehatan mental remaja setiap 6

bulan sekali, untuk siswa yang sudah teridentifikasi masalah kesehatan mental dalam rentang ambang/borderline maka sekolah diharapkan dapat memberikan layanan konseling bagi siswa tersebut agar terhindar dari masalah kesehatan mental dalam rentang abnormal.

Bagi Responden, diharapkan remaja di SMA Negeri 2 Limboto yang sedang menghadapi fase perkembangan dalam dirinya agar dapat lebih memahami, menguasai, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri dengan segala perubahan yang ada serta mampu mengidentifikasi masalah yang terjadi pada dirinya terkait dengan pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja.

Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan peneliti selanjutnya yang akan meneliti untuk melanjutkan penelitian ini dengan memberikan intervensi yang melibatkan orang tua terhadap kesehatan mental pada remaja untuk penerapan pola asuh orang tua. Contohnya, terapi perilaku kognitif (CBT) untuk keluarga, pelatihan keterampilan pengasuhan positif (Parenting Skill Training), dan terapi berbasis Mindfulness.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abas, J., Boekoesoe, L., & Tarigan, S. F. N. (2023). Analisis Determinan Gangguan Kesehatan Mental Emosional Remaja di SMA Negeri 1 Limboto. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), e1302. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1302>
- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- Ambarwati, S., USBAH, A. M., LESTARI, S. A., MASFIA, I., & FAHMY, Z. (2024). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Tunawicara Di Kecamatan Warungpring Kabupaten Pemalang. *PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(2), 155–161. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v4i2.2874>
- 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(September), 205–219. <https://doi.org/10.30659/psisula.v1i0.7705>
- Audyna, R. (2022). Hubungan Pola Asuh Otoriter Terhadap Penyesuaian Diri Remaja. *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(2), 136–139. <https://doi.org/10.38035/rrj.v4i2.445>
- Azis, A. M., Ananda, C. K., & Septiani, D. S. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orangtua Pada Perkembangan Sosial Emosional Anak. *Al Ittihadu*, 1(1). <https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/alittihadu/article/view/15>
- Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i3.37832>
- Baiti, N. (2020). Pengaruh Pendidikan, Pekerjaan Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemandirian Anak. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 44. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3590>
- Bobyanti, F. (2023). Kenakalan Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 1(2), 476–481. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v1i2.1402>
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112–117. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.125>
- Gintari, K. W., Desak Made Ari Dwi Jayanti, Laksmi, I. G. A. P. S., & Sintari, S. N. N. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*,

- 2(3), 167–183. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.49>
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237–248. <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/384>
- Haniyah, F. N., Novita, A., Ruliani, S., & Nur. (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. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.51>
- Ikrawati, W., Winarsih, W., & Asni, A. (2023). The Relationship Between Parenting Patterns And The Development Of Children 1 Year Old. *Napande: Jurnal Bidan*, 2(1), 42–47. <https://doi.org/10.33860/njb.v2i1.2077>
- Irsanin, A. S. (2024). Hubungan Pola Asuh Otoriter terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(5), 142–148.
- Ismawati, D., Puspita, Y., & Raharjo, S. (2024). Dampak Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Edusiana : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 49–61.
- Iswanto, M. D., Ariyanto, E. A., Muslikah, D., & Psikologi, F. (2022). Perilaku prososial pada remaja: Menguji kematangan emosi. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 470–479.
- Karennina, T., & Ramlah, U. (2024). Studi Deskriptif Pola Asuh Orang Tua Otoriter terhadap Perilaku Anak di Lingkungan Sekolah. 13(001), 983–992.
- Lailiyah, N. (2021). KONSEP POLA ASUH ORANG TUA PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM Hani. *Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 1(2), 155–174.
- Lutiyah, Novryanthi, D., Hamidah, E., Dewi, S. K., & Hartati, S. (2024). Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental Remaja (pp. 65–73).
- Mansyur, M. I., Handayani, A., & Rakhmawati, D. (2024). Perilaku Peserta Didik Attention Deficit and Hyperactivity Disorder ( ADHD ). *Jurnal Penelitian Pendidikan Dasar*, 3(1), 56–60.
- Mardhiah, U., & Karim, D. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional the Relationship Between Parenting Style With Mental Emotional Problems in Adolescents. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9, 43. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/511>
- Mil, S., & Setia Ningsih, A. (2023). Pengaruh Pola Asuh Otoriter Terhadap Perilaku Agresif Anak. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(2), 219–225. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i2.500>
- Mohzana, M., Murcahyanto, H., & Fahrurrozi, M. (2024). Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Orientasi Pola Asuh Anak Usia Dini. *Journal of Elementary School (JOES)*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.31539/joes.v7i1.8631>
- Mukhtar, A., Shafwah, R., Kesehatan, A., Tinggi, S., Kesehatan, I., Niaga, I. A., & Makassar, U. P. (2024). Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja Dengan Pendekatan Identifikasi Faktor Risiko Dan Manajemen Diri. 1(9), 1156–1162.
- Mustika, S., & Nur, D. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 3(1), 1–10.
- Ningrum, R. I. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 4(3), 197–203. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v4i3.160>
- Rahma, A., & Cahyani, S. (2023). Analisa Hubungan Antara Rasa Syukur Terhadap Kesehatan Mental Remaja di Banjarbaru. *Religion : Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 664–679.
- Rahmawati, R. D. (2024). Pengaruh Pola Asuh Demokratis Terhadap Kematangan Emosional Remaja Akhir. *Indonesian Journal Of Business Innovation, Technology and Humanities*, 2(1), 2024. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10629573>

- Salsabila, R., & Siregar, M. F. (2024). PENGARUH TEMAN SEBAYA DALAM PROSES PERKEMBANGAN KEREMAJAAN. *Jurnal Psikologi*, 8762, 147–155.
- Sholichah, I. F., Laily, N., & Zahra, F. (2023). Pentingnya Kesehatan Mental Bagi Remaja Karang Taruna di Desa Cemer Lor Kabupaten Gresik. *Room of Civil Society Development*, 2(2), 194–201. <https://doi.org/10.591110/rcsd.v2i2.213>
- Suni, A. (2023). Analisis Penerapan Instrumen Strengths And Difficulties Questionnaire (SDQ) Terhadap Deteksi Dini Kejadian Depresi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 25–29. <https://doi.org/10.32763/juke.v16i1.684>
- Taruna, V. S., & Behmani, K. (2021). Pola Asuh dan Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Psikologi Dan Studi Perilaku (JPBS)*, 1–2. <https://doi.org/10.32996/jpbs>
- Widya Dewi Asy-syamsa, & Eva Soraya Zulfa. (2022). Pengaruh Pola Asuh Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *ATTAQWA: Jurnal Pendidikan Islam Dan Anak Usia Dini*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.58355/attaqwa.v1i1.5>
- Widyastuti. (2023). Validitas dan Reliabilitas Skala Strengths And Difficulties pada Remaja. *Seminar Nasional Hasil Penelitian 2023*, 1126–1135. file:///C:/Users/hp/Downloads/54371-134507-1-SM.pdf
- Wulandari Wangi Ni Kadek, F. D. A. I. G. (2024). *Jurnal Inovasi Pendidikan. Journall Inovasi Pendidikan*, 6(1), 52–61. <https://journalpedia.com/1/index.php/jip/article/view/1285>
- Yulya, T. W., Atsillia Irawan, S., Audi Permata Hati, K., . L., Efendi, N. P., Fathan Ilmi, M., Aldy Anugrah, Navisha Bella Arina, & Tri Ayu Wijaya. (2023). Pengaruh Pola Asuh Otoriter Terhadap Self Esteem Pada Masa Transisi Anak Ke Remaja. *Educate : Journal Of Education and Learning*, 1(1), 25–31. <https://doi.org/10.61994/educate.v1i1.133>
- Yusnaeni, Y., & Sari Wijayaningsih, K. (2023). Deteksi Dini Masalah Perilaku Psikososial Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Kota Makassar. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871, 14(4), 309–317. <https://doi.org/10.36089/nu.v14i4.1749>
- Zahara, C. I., Amalia, C. M. A., Masyitah, M., Safarina, N. A., Daulay, P. J., & Jahara, R. (2024). Psikoedukasi Siklus Menstruasi : Cara Mengelola Emosi Pada Remaja Ketika Menstruasi Datang Di Desa Mongeudong. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(3), 780–787. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i3.744>