



Hubungan Pola Asuh Otoriter terhadap Kesehatan Mental Remaja

Andini Septia Irsanin

Program Studi Psikologi Fakultas Sosial, Humaniora, dan Seni
Universitas Sahid Surakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Adi Sucipto No.154, Jajar, Kec. Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57144

Korespondensi penulis: diniirsa@gmail.com

Abstract. Parenting style is one of the methods used by parent to care for and guide children in various ways so that children become adults in accordance with societal norms. The low role of the family in raising children can cause mental health problems in adolescents. This study aims to determine the relationship between authoritarian parenting style and adolescent mental health with the research sample, namely students aged 15-18 years who attend SMK Negeri 6 Surakarta. This research uses a quantitative approach. The data collection method uses two types of scales, namely the authoritarian parenting style scale and the mental health scale. The data analysis technique used is hypothesis testing with product moment correlation analysis. The research result show that there is a relationship between authoritarian parenting and adolescent mental health. This is know from the product correlation test result of $0,117 \geq 0,005$. The higher the authoritarian parenting style of parent, the lower the mental health experienced by teenagers

Keywords: Authoritarian parenting style, Mental health, Adolescent

Abstrak. Pola Asuh orang tua adalah salah satu cara yang digunakan oleh orang tua untuk mengasuh dan membimbing anak dengan berbagai cara agar anak menjadi dewasa sesuai dengan norma di masyarakat. Rendahnya peran keluarga dalam pengasuhan anak dapat menimbulkan masalah kesehatan mental pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh otoriter terhadap kesehatan mental remaja dengan sampel penelitian yaitu siswa berusia 15-18 tahun yang bersekolah di SMK Negeri 6 Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode pengumpulan data menggunakan dua jenis skala yaitu skala pola asuh otoriter dan skala kesehatan mental. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji hipotesis dengan analisis korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja. Hal ini diketahui dengan hasil uji korelasi *product moment* sebesar $0,117 \geq 0,05$. Semakin tinggi pola asuh otoriter pada orang tua maka semakin rendah kesehatan mental yang dialami oleh remaja.

Kata kunci: Pola asuh otoriter, Kesehatan mental, Remaja

1. LATAR BELAKANG

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2013 definisi sehat ialah bahwa tidak ada kesehatan tanpa kesehatan mental. Tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, tetapi juga kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang lengkap.

Menurut WHO, kesehatan mental ialah keadaan kesejahteraan dimana setiap individu dapat mengoptimalkan kemampuannya, mampu mengatasi tekanan hidupnya, menjadi produktif dan berguna dalam pekerjaannya dan mampu berkontribusi pada komunitasnya.

Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) adalah survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur prevalensi gangguan kesehatan mental di kalangan remaja usia 10 – 17 tahun di Indonesia, Hal ini menunjukkan bahwa satu dari tiga

anak muda di Indonesia menderita gangguan kesehatan mental sedangkan satu dari dua puluh anak muda di Indonesia memiliki gangguan kesehatan mental dalam 2 tahun terakhir.

Menurut The World Federation for Mental Health (WFMH) pada tahun 2018 usia remaja adalah yang paling banyak memiliki masalah kesehatan mental. Namun, definisi yang berbeda ini menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan universal tentang batasan kelompok usia remaja. Adanya perubahan fase biologis, psikologis, dan sosial berisiko menimbulkan masalah kesehatan mental pada remaja. Konflik yang tidak diselesaikan dengan baik membawa dampak negatif terutama terhadap kematangan karakter remaja bahkan sering menimbulkan gangguan kesehatan mental.

Berdasarkan hasil penelitian Yulian Tika (2020) tentang hubungan pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental pada remaja, menunjukkan dari 290 responden diperoleh data bahwa jenis kelamin laki-laki yang mengalami masalah kesehatan mental yaitu sebanyak 39 orang (63,1%). Pada lingkungan keluarga yang mempengaruhi kesehatan mental remaja dapat dilihat pada pola asuh keluarga dan kondisi sosial ekonomi keluarga. Selain itu, hubungan teman sebaya menjadi faktor penting karena anak usia remaja senang menghabiskan waktu dengan teman sebayanya.

Masalah terbesar yang mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah lingkungan keluarga yang dilihat dari pola asuh keluarga dan keadaan keluarga. Pada penelitian Mubasyiroh (2015) menunjukkan bahwa perkataan orang tua yang merendahkan atau menjatuhkan juga berkaitan dengan kesehatan mental remaja. Kondisi keluarga yang tidak ada keharmonisan antara orang tua dan remaja, pola asuh orang tua yang tidak empatik dan cenderung dominasi, orang tua dengan penyalahgunaan zat adiktif, gangguan mental pada orang tua, serta ketidakserasian tempramen antara orang tua dan remaja semua itu sering memicu timbulnya perilaku agresif dan tempramen yang sulit pada anak dan remaja. Oleh karena itu peran pola asuh orang tua dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan mental remaja sangatlah penting (Mubasyiroh).

Pola asuh demokratis adalah pola asuh dimana perilaku orang tua menetapkan batasan wajar bagi anak tetapi tidak terlalu mengendalikan. Pola asuh permisif adalah pola asuh orang tua yang mengambil pendekatan “apa saja boleh” untuk membesarkan anak.

Baumrind (Santrock, 2015) menemukan bahwa orang tua cenderung mengaplikasikan salah satu dari tiga gaya pola asuh tersebut. Faktor yang mempengaruhi pola asuh antara lain pendidikan, budaya, dan pengetahuan lingkungan. Setiap anak memiliki pemahaman yang berbeda tentang didikan orang tuanya yang tetap melekat pada diri anak meskipun anak tersebut sudah remaja atau bahkan sudah dewasa.

Pola asuh orang tua adalah salah satu cara yang digunakan oleh orang tua untuk mengasuh dan membimbing anak dengan berbagai cara, seperti berkomunikasi, memantau, mendidik, mendorong, mendisiplinkan, membimbing, serta melindungi agar anak menjadi dewasa sesuai norma di masyarakat. Rendahnya peran keluarga dalam pengasuhan anak dapat menimbulkan masalah kesehatan mental pada remaja.

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa remaja dengan pola asuh otoriter akan mengarah pada perilaku remaja yang negatif seperti, penyalahgunaan zat adiktif, perilaku antisosial seperti mencuri, membolos, berkelahi, perilaku seksual menimpang, dan perilaku kriminal lainnya. Tanpa disadari, remaja rentan terhadap depresi dan stress yang dapat berujung pada masalah kesehatan mental.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan di SMK Negeri 6 Surakarta pada 5 siswa, yaitu 3 siswa mengatakan bahwa orang tua mereka terlalu mengekang sehingga siswa merasa stress ketika berada di rumah bersama orang tua mereka, 2 siswa mengatakan bahwa orang tuanya selalu menekan anaknya untuk selalu menjadi yang terbaik di kelas maupun di sekolah sehingga siswa merasa tertekan oleh sikap orang tuanya tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara singkat dan uraian yang telah disampaikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Pola Asuh Otoriter terhadap Kesehatan Mental Remaja.

2. KAJIAN TEORITIS

Pola asuh adalah sikap dan perilaku orang tua dan anak yang konsisten dalam berinteraksi, berkomunikasi, menjaga, dan membimbing anak sejak lahir. Adapun tiga jenis pola asuh orang tua menurut Baumrind (2022) yaitu pola asuh otoriter (authoritarian), pola asuh demokratis (authoritative), dan pola asuh permisif (permissive). Pada ketiga pola asuh tersebut, peneliti lebih fokus untuk membahas tentang pola asuh otoriter.

Pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan yang bersifat mengekang, membatasi, mengontrol, dan berkuasa untuk mengatur apapun yang dilakukan oleh anak tanpa memberi kesempatan anak untuk mandiri. Aspek-aspek pola asuh otoriter menurut Baumrind (2022) ada tiga aspek yaitu kehangatan, kontrol, dan komunikasi.

Kesehatan mental adalah suatu kondisi dimana perkembangan fisik, emosional, mental, dan spiritual seseorang berkembang sejalan dengan terwujudnya keserasian dan penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya.

Faktor-faktor kesehatan mental menurut Latipun (2019) yaitu faktor internal yang terdiri dari faktor biologis dan faktor psikologis. Dan faktor eksternal seperti stratifikasi sosial, interaksi sosial, lingkungan.

Masa remaja mengalami banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja. Menurut Saputro (2017) masa remaja ini meliputi remaja awal yaitu berusia 12-15 tahun, remaja madya 15-18 tahun, dan remaja akhir 19-22 tahun. Perkembangan masa remaja ini ditandai individu telah mengalami perkembangan atau pertumbuhan yang sangat pesat di segala bidang, yang meliputi perubahan fisik yang menunjukkan cara gaya berpikir remaja, serta pertumbuhan sosial emosional remaja sebagai masa persiapan untuk memasuki masa dewasa.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Supranto (2013), Penelitian dengan pendekatan kuantitatif ini menekankan analisisnya pada data numerical (angka) yang diolah menggunakan metode statistika. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala pola asuh otoriter dan skala kesehatan mental.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa siswi SMK Negeri 6 Surakarta yaitu berjumlah 534 siswa. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa-siswi SMK Negeri 6 Surakarta yang berumur 15-18 tahun berjumlah 84 siswa.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data penelitian adalah berupa kuesioner pola asuh otoriter dan kuesioner kesehatan mental. Kuesioner pola asuh otoriter memiliki 18 aitem dan kuesioner kesehatan mental memiliki 20 aitem. Bentuk pertanyaan menggunakan skala likert dengan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji hipotesis dengan analisis korelasi *product moment* untuk mengetahui suatu hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Analisis data ini akan menggunakan bantuan program SPSS versi 25.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 – 5 Agustus 2024. Peneliti memilih lokasi penelitian di SMK Negeri 6 Surakarta sebagai tempat pengambilan data penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner pola asuh otoriter dan kuesioner kesehatan mental yang dimana prosesnya dibantu oleh guru BK.

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS dengan perhitungan *Kolmogorov Smirnov*. Kaidah yang digunakan adalah jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		84
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,62436403
Most Extreme Differences	Absolute	,098
	Positive	,098
	Negative	-,075
Test Statistic		,098
Asymp. Sig. (2-tailed)		,045 ^c
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

Dari tabel diatas, bahwa nilai dari signifikansi dari dua variabel adalah 0,045. Berdasarkan kriteria persyaratan pengambilan keputusan yang telah dijelaskan, disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel tersebut bersifat linear atau tidak. Hubungan kedua variabel dikatakan linear apabila nilai linearity menunjukkan $p > 0,005$.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesehatan Mental * Pola Asuh	Between Groups	(Combined)	276,442	23	12,019	,473	,975
		Linearity	24,626	1	24,626	,970	,329
		Deviation from Linearity	251,816	22	11,446	,451	,979
	Within Groups		1523,117	60	25,385		
	Total		1799,560	83			

Hasil uji linearitas antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental diperoleh nilai *F deviation from linearity* = 0,451 dimana hasil signifikansi $p > 0,05$. Artinya ini menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dengan kesehatan mental memiliki korelasi yang searah (linear).

Uji korelasi dilakukan untuk melihat tingkatan eratny antara variabel yang ditetapkan dengan koefisien korelasi (r) dengan bantuan SPSS versi 25.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi

Correlations		Pola Asuh	Kesehatan Mental
Pola Asuh	Pearson Correlation	1	-,117
	Sig. (2-tailed)		,289
	N	84	84
Kesehatan Mental	Pearson Correlation	-,117	1
	Sig. (2-tailed)	,289	
	N	84	84

Pada tabel diatas, diperoleh korelasi sebesar 0,117. Hipotesis diterima karena nilai signifikasi $> 0,05$. Jadi terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja.

Berdasarkan data penelitian yang telah dilakukan, maka dikatakan bahwa pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja memang saling berkaitan. Pola asuh dapat mempengaruhi tingkat kesehatan mental pada remaja. Dari penelitian ini didapatkan bahwa orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter memiliki remaja dengan tingkat mengalami masalah kesehatan mental akan lebih tinggi juga.

Sejalan dengan penelitian dari Yulian Tika (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental pada remaja dengan hasil uji *Chi-square* pada umur dan pola asuh orang tua diperoleh $p\text{-value} < 0,05$.

Didukung oleh penelitian dari Dareda (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja dengan hasil uji signifikasi yang diperoleh sebesar 2,004 $>$ dari Ttabel.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola asuh otoriter terhadap kesehatan mental remaja yang telah dilakukan di SMK Negeri 6 Surakarta, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental pada remaja. Semakin tinggi pola asuh otoriter pada orang tua maka semakin rendah pola asuh kesehatan mental yang dialami oleh remaja. Sebaliknya, semakin rendah pola asuh otoriter pada orang tua maka akan semakin tinggi kesehatan mental pada remaja.

Saran untuk siswa yang mengalami masalah kesehatan mental, hendaknya dapat mengendalikan diri dengan baik, menahan diri dari emosi yang negatif sehingga dapat terwujud hubungan yang harmonis dengan orang tua. Saran untuk orang tua dapat lebih mendekatkan

kembali cara berkomunikasi dan cara mendidik yang baik kepada anaknya agar anak merasa nyaman saat berada bersama keluarga.

DAFTAR REFERENSI

- Bashooir, K., & Supahar, S. (2018). Validitas dan reliabilitas instrumen asesmen kinerja literasi sains pelajaran fisika berbasis STEM. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 22(2), 219-230.
- Dareda, K. (2016). Hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di Kelurahan Bailang Lingkungan II. *Jurnal Keperawatan STIKES Muhammadiyah Manado*.
- Mubasyiroh, R., Putri, I. Y. S., & Tjandrarini, D. H. (2015). Determinan gejala mental emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia tahun 2015. *Buletin Peneliti Kesehatan*, 45(103-112).
- Notosoedirdjo, H., & Latipun. (2019). *Kesehatan mental: Konsep dan penerapan*. Jakarta: EGC.
- Salenussa, M. N., & Soetjningsih, C. H. (2022). Pola asuh otoriter (authoritarian parenting) dan perilaku agresif pada siswa di salah satu SMA di Maluku Tengah. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), 1085-1092.
- Santrock, J. W. (2015). *Perkembangan anak*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- The World Federation for Mental Health. (2018). Young people and mental health in a changing world. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 14.
- Tika, Y. (2020). Hubungan pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 31 Jakarta. *Poltekkes Kemenkes III, Jakarta*.
- Utami, M. R., Sutja, A., & Yusra, A. (2023). Hubungan keharmonisan keluarga dengan kenakalan remaja di SMP Negeri 9 Kota Jambi. *Jurnal Paramadutama*, 1(2), 131-139.
- World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: Global health estimates. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0327.2011.01222.x>