



HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI SMP NEGERI 4 DENPASAR

I Gusti Ayu Dian Sari Dewi^{1#}, Adreng Pamungkas², Kiki Rizki Fista Andriana³

¹⁻³STIKES Wira Medika Bali, Denpasar, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: January 21th, 2026

Revised: February 23th, 2026

Accepted: April 30th, 2026

KEYWORD

parenting style, mental health, adolescents

pola asuh, kesehatan mental, remaja

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: I Gusti Ayu Dian Sari Dewi

E-mail: gekayuuu88@gmail.com

DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v5i2.370

ABSTRACT

Adolescent mental health is an important issue because adolescence is a developmental stage that is vulnerable to psychological disorders. This study aims to identify parenting styles, describe mental health conditions, and analyze the relationship between parenting styles and adolescent mental health at SMP Negeri 4 Denpasar. The research used a quantitative cross-sectional design with a sample of 190 students. The instruments utilized were a parenting style questionnaire and a mental health assessment. Data were analyzed using the Spearman correlation test. The results showed that most parents applied a permissive parenting style, with 111 respondents (58.4%), and a majority of students were in the at-risk mental health category, with 94 respondents (49.5%). The Spearman rank test produced a p-value of 0.014 and an r-value of 0.178, indicating a significant relationship between parenting style and mental health among adolescents at SMP Negeri 4 Denpasar, although the strength of the correlation was very weak. This study highlights the importance of appropriate parenting in supporting adolescent mental health and the need for psychological support interventions in Schools.

Kesehatan mental remaja merupakan isu penting karena masa remaja merupakan fase perkembangan yang rentan terhadap gangguan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola asuh orang tua, menggambarkan kondisi kesehatan mental, serta menganalisis hubungan antara pola asuh dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 4 Denpasar. Penelitian menggunakan desain kuantitatif cross-sectional dengan sampel 190 siswa. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pola asuh dan penilaian kesehatan mental. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua sebagian besar adalah permisif sebanyak 111 responden (58,4%), dan sebagian besar dengan Kesehatan mental kategori beresiko sebanyak 94 responden (49,5%). Uji *rank-spearman* menghasilkan nilai $p = 0.014$ dan $r = 0.178$, yang berarti ada hubungan pola asuh orang tua dengan Kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 4 Denpasar dengan kekuatan sangat lemah. Penelitian ini menegaskan pentingnya pola asuh yang tepat dalam mendukung kesehatan mental remaja serta perlunya intervensi pendampingan psikologis di Sekolah.

A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode krusial dengan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang signifikan. Pada fase ini remaja rentan mengalami tekanan psikologis yang memengaruhi kesehatan mental (Santrock, 2021). Data I- NAMHS 2022 menunjukkan 34,9% remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, namun sebagian besar tidak mendapat layanan (UGM, 2022; GoodStats, 2022). Hal ini menegaskan pentingnya faktor protektif, salah satunya pola asuh orang tua sebagai lingkungan pertama yang memengaruhi perkembangan emosional dan resiliensi remaja (Baumrind, 1991; Fakhriyani, 2020). Sejumlah penelitian mendukung adanya hubungan signifikan antara pola asuh dengan kesehatan mental remaja (Putri & Dewi, 2025; Hidayati & Lestari, 2023; Sari & Andini, 2020), meski ada studi yang melaporkan hasil berbeda (Ardila, 2021). Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu diteliti lebih lanjut, khususnya di Bali.

Menurut WHO (2021), 10–20% remaja di dunia mengalami masalah mental, terutama depresi dan kecemasan. Di Indonesia, Riskesdas 2018 mencatat prevalensi gangguan mental emosional 9,8%, dan di Bali tercatat 8,4%. Data terbaru menunjukkan 34,9% remaja Bali mengalami masalah kesehatan mental (BALIPOST, 2024). Kasus bunuh diri di Bali juga cukup tinggi, mencapai 3,07 per 100.000 orang pada 2023 (Jakartaglobe, 2024). Selain itu, kenakalan remaja seperti merokok, bolos, dan penyalahgunaan zat masih marak (Polda Bali, 2024; Dinkes Bali, 2024). Secara lebih spesifik, penelitian di Denpasar menemukan bahwa sekitar 14,5% siswa SMP mengalami masalah kesehatan jiwa dan 6,7% di antaranya memiliki risiko bunuh diri (JKI UI, 2023). Survei First Aid for Mental (FAM) Health Indonesia (2024) juga melaporkan bahwa 34,9% remaja Bali menghadapi masalah kesehatan mental dengan kecemasan sebagai keluhan terbanyak.

Profil kesehatan Denpasar (2021) pun menunjukkan adanya proporsi remaja dengan gangguan emosional yang cukup tinggi. Data tersebut memperlihatkan bahwa masalah kesehatan mental di kalangan remaja Bali, termasuk di Denpasar, merupakan fenomena nyata yang membutuhkan perhatian serius. Baumrind (dalam Santrock, 2021) mengklasifikasikan pola asuh menjadi empat jenis: demokratis, otoriter, permisif, dan pengabaian. Setiap tipe memiliki pengaruh berbeda terhadap perasaan, pikiran, sikap, dan perilaku remaja (Pinquart, 2025; Rahma & Cahyani, 2023). Pola asuh demokratis cenderung mendukung kesehatan mental, sementara pola asuh otoriter, permisif, dan pengabaian berisiko menimbulkan masalah psikologis maupun perilaku. Kondisi ini semakin kompleks pada Generasi Z yang tumbuh di era digital, dengan risiko tambahan berupa kecanduan media sosial, perbandingan sosial, cyberbullying, dan gangguan tidur (Kusuma & Khodijah, 2025; Puspita & Khodijah, 2025). Nilai budaya lokal Bali seperti Tri Hita Karana juga turut membentuk pola asuh dan ekspektasi sosial terhadap remaja.

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 4 Denpasar (2025) menunjukkan sekitar 7–10% siswa pernah bolos, terutama kelas VIII dan IX. Mayoritas siswa yang bolos juga terlibat perilaku merokok, dipengaruhi teman sebaya dan

kurangnya pengawasan orang tua. Wawancara dengan beberapa siswa memperlihatkan adanya variasi pola asuh yang memengaruhi kondisi mental mereka. Siswa dengan orang tua yang otoriter mengaku sering merasa cemas, takut melakukan kesalahan, dan kurang percaya diri. Sebaliknya, siswa dengan orang tua demokratis merasa lebih tenang, mampu mengungkapkan masalah, dan memiliki dukungan emosional yang baik. Siswa dengan pola asuh permisif cenderung kesulitan mengelola stres karena kurangnya aturan dan pengawasan, sedangkan siswa dengan pola asuh pengabaian merasa kesepian, kurang diperhatikan, dan menunjukkan gejala kesedihan mendalam. Temuan ini mengindikasikan bahwa pola asuh orang tua memiliki kontribusi nyata terhadap kesehatan mental remaja, baik dalam aspek perlindungan maupun risiko. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 4 Denpasar perlu dilakukan untuk memperkuat bukti empiris serta menjadi dasar strategi pencegahan dan promosi kesehatan mental di sekolah maupun keluarga.

B. METODE

Penelitian ini bersifat observasional (non-eksperimental) dengan rancangan deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian yaitu seluruh siswa SMP sebanyak 361 siswa dengan jumlah sampel berjumlah 190 siswa.. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner pola asuh dan kesehatan mental. Analisa data menggunakan analisis univariat. Penelitian ini telah memperoleh ijin etik dengan nomor ijin 10196.67/P1.STIKESWIK/EC/IX/2025

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kesehatan Mental

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kesehatan mental SMP Negeri 4 Denpasar

No	Kesehatan Mental	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Normal	88	46.3
2	Beresiko	94	49.5
3	Abnormal	8	4.2
Jumlah		190	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 190 responden, sebagian besar remaja yang berjumlah 94 responden berada pada kategori kesehatan mental berisiko yaitu sebesar 49,5%, diikuti dengan 88 responden pada kategori normal sebesar 46,3%, dan hanya 8 responden yang berada pada kategori abnormal sebesar 4,2%.

Temuan ini menggambarkan bahwa hampir setengah dari responden memiliki kondisi psikologis yang memerlukan perhatian, terutama karena berada pada kategori berisiko, maknanya mengindikasikan adanya gejala awal responden mengalami kecemasan ringan, tekanan akademik, kelelahan emosional, gangguan konsentrasi, atau masalah dalam hubungan sosial. Kondisi ini sesuai dengan pernyataan WHO (2021) yang menegaskan bahwa masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat rentan, di mana seperempat gangguan kesehatan mental pada orang dewasa

sebenarnya mulai muncul sebelum usia 18 tahun. Pada masa ini, remaja mengalami perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang cepat sehingga membuat mereka lebih rentan terhadap munculnya gejala-gejala psikologis.

Tingginya proporsi remaja pada kategori berisiko juga dapat dijelaskan melalui teori perkembangan psikososial Erikson (1968), yang menyatakan bahwa remaja berada pada tahap *Identity vs. Role Confusion*. Pada tahap ini, remaja berusaha membangun identitas diri sambil menghadapi tuntutan sosial, tekanan akademik, perubahan emosi, dan konflik internal. Ketika tuntutan tersebut tidak dapat diatasi secara efektif, remaja berisiko mengalami kecemasan, stres, maupun perasaan tidak mampu, sehingga meningkatkan kemungkinan masuk dalam kategori kesehatan mental berisiko. Selain itu, teori sistem ekologi Bronfenbrenner (1979) mendukung temuan ini dengan menjelaskan bahwa kesehatan mental remaja sangat dipengaruhi oleh konteks lingkungan seperti keluarga, sekolah, teman sebaya, serta hubungan antar-lingkungan. Faktor-faktor seperti pola asuh, konflik pertemanan, pengalaman bullying, dan tekanan akademik yang ditemukan dalam penelitian ini, merupakan bagian dari mikrosistem dan mesosistem yang berpengaruh langsung terhadap kondisi psikologis remaja.

Sementara itu, Santrock (2018) menegaskan bahwa masa remaja merupakan periode perubahan signifikan pada aspek biologis, hormonal, dan sosial-emosional, sehingga wajar apabila banyak remaja mengalami ketidakstabilan emosi atau kesulitan dalam mengelola stres. Penjelasan ini sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa hampir setengah yang berjumlah 94 responden dengan persentase 49,5% berada dalam kondisi kesehatan mental berisiko.

Secara keseluruhan, hasil penelitian mengenai tingginya kategori berisiko ini didukung oleh teori-teori perkembangan dan psikologi modern yang menegaskan bahwa remaja adalah kelompok dengan kerentanan tinggi terhadap tekanan internal dan eksternal. Dengan demikian, tingginya persentase remaja pada kategori berisiko menegaskan perlunya upaya preventif seperti deteksi dini, konseling sekolah, peningkatan dukungan keluarga, serta edukasi kesehatan mental untuk mencegah terjadinya gangguan mental yang lebih serius di masa mendatang.

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki sejumlah persamaan dan perbedaan metodologis yang memperkuat keaslian penelitian. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif cross-sectional dengan jumlah sampel 190 siswa SMP Negeri 4 Denpasar, yang dipilih menggunakan teknik sampling acak, serta menggunakan instrumen kuesioner pola asuh dan penilaian kesehatan mental. Hasil analisis dengan uji Spearman menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh dan kesehatan mental dengan nilai $p = 0.014$ dan $r = 0.178$, yang menunjukkan hubungan sangat lemah. Hasil ini berbeda dari penelitian Mustika & Nur (2024) yang menggunakan metode korelasional pada 150 remaja dan menemukan pola asuh otoriter sebagai faktor paling berpengaruh

dengan kekuatan korelasi yang lebih tinggi. Perbedaan hasil tersebut kemungkinan disebabkan oleh konteks lokasi, variasi karakteristik responden, serta perbedaan teknik sampling yang digunakan. Di sisi lain, temuan penelitian ini sejalan dengan meta-analisis Pinquart (2025) yang menegaskan bahwa pola asuh negatif, termasuk permisif, berpotensi menurunkan kesehatan mental remaja, meskipun penelitian ini menunjukkan pengaruh yang lebih lemah. Dengan demikian, penelitian ini tetap konsisten dengan arah hubungan dalam penelitian terdahulu, namun menghadirkan temuan khas berupa dominasi pola asuh permisif pada orang tua serta kontribusi korelasi yang relatif kecil. Keunikan konteks, karakteristik sampel, dan pendekatan pengukuran inilah yang menegaskan keaslian penelitian dan memberikan kontribusi baru terhadap kajian kesehatan mental remaja, khususnya dalam lingkungan sekolah menengah pertama di Indonesia.

Peneliti berpendapat, berdasarkan hasil penelitian ini, bahwa tingginya persentase remaja dengan kategori berisiko 94 responden 49,5% dengan kategori abnormal 8 responden 4,2%, tidak hanya mencerminkan adanya tekanan internal dan eksternal yang kuat, tetapi juga menunjukkan bahwa sistem pendukung di lingkungan sekolah maupun keluarga belum optimal dalam membantu remaja mengelola stres dan perubahan emosionalnya.

Hasil kuesioner memperkuat temuan tersebut. Pada aspek emosional, sebagian besar remaja menunjukkan gejala negatif, terlihat dari P1 (74,2%) yang sering merasa sedih dan P5 (90%) yang sering merasa tidak bahagia. Tingkat kecemasan juga tinggi, ditunjukkan oleh P2 (49%) mengenai kekhawatiran dan P3 (64,2%) mengenai rasa takut atau cemas. Tekanan ini bahkan berdampak pada fisik, sebagaimana terlihat pada P4 (81%) yang sering mengalami keluhan sakit kepala atau tidak enak badan. Masalah regulasi emosi juga menonjol. Banyak remaja melaporkan kemarahan tanpa alasan (P6: 75,3%), kehilangan kendali emosi (P10: 74,2%), dan bertindak impulsif (P13: 85,3%). Pada hubungan sosial, masalah semakin terlihat melalui tingginya angka konflik dan bullying, seperti P9 (51,6%) tentang sering bertengkar, P18 (61,6%) menjadi korban bullying, dan P19 (58,9%) kesulitan memiliki teman dekat.

Selain itu, sejumlah remaja cenderung menarik diri, dibuktikan oleh P16 (82,1%) yang lebih suka menyendiri, serta perasaan tidak disukai atau tidak diterima, yang terlihat pada P17 (52,6%) dan P20 (88,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa mereka tidak hanya mengalami tekanan emosional, tetapi juga kurang mendapatkan dukungan sosial yang seharusnya membantu mereka. Dengan demikian, peneliti berpendapat bahwa hasil ini menegaskan pentingnya program promosi kesehatan mental di sekolah, peningkatan literasi kesehatan mental bagi orang tua, serta peningkatan akses layanan konseling sebagai tindakan preventif maupun kuratif.

2. Pola Asuh Orang Tua

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pola Asuh Orang Tua

No	Pola Asuh	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Demokratis	69	36.3
2	Permisif	111	58.4
3	Otoritatif	10	5.3
	Jumlah	190	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang paling banyak diterapkan oleh orang tua siswa di SMP Negeri 4 Denpasar adalah pola asuh permisif yaitu sebesar 111 responden dengan persentase 58,4%, diikuti pola asuh demokratis sebesar 63 responden dengan persentase 36,3%, serta pola asuh otoritatif sebesar 10 responden dengan persentase 5,3%.

Pola asuh permisif merupakan pola asuh yang memberikan kebebasan luas kepada anak tanpa disertai batasan atau aturan yang konsisten. Menurut Baumrind (1991), pola asuh permisif dicirikan oleh tuntutan yang rendah dan penerimaan yang tinggi sehingga anak tumbuh tanpa struktur perilaku yang jelas. Remaja yang dibesarkan dengan pola asuh permisif cenderung memiliki kontrol diri rendah, kesulitan mengatur emosi, lebih mudah terpengaruh tekanan sosial, serta lebih rentan mengalami masalah kesehatan mental. Hal ini diperkuat oleh pandangan Santrock (2018) yang menyatakan bahwa pola asuh permisif menyebabkan remaja kurang memiliki kemampuan regulasi diri karena orang tua tidak memberikan pengawasan yang memadai, sehingga anak tidak terbiasa menghadapi batasan maupun konsekuensi. Selain itu, Gunarsa (2004) menjelaskan bahwa pengasuhan permisif membuat remaja tumbuh dengan pola perilaku yang impulsif, cenderung memberontak, dan memiliki toleransi rendah terhadap frustrasi karena mereka tidak dilatih menghadapi aturan atau tekanan secara sehat.

Teori Belajar Sosial Bandura (1986) juga mendukung hal ini, di mana remaja yang kurang memperoleh model perilaku terstruktur dari orang tua akan mencari figur lain di lingkungan sebaya atau media sosial, yang tidak selalu memberikan dampak positif bagi perkembangan emosional. Sementara itu, Erikson (1968) menekankan bahwa pada tahap pencarian identitas, ketiadaan batasan dan bimbingan dari orang tua membuat remaja mengalami kebingungan peran (role confusion) dan rentan terhadap kecemasan serta ketidakstabilan emosi.

Temuan ini sejalan dengan kondisi remaja pada penelitian ini di mana hampir setengah responden berada pada kategori kesehatan mental berisiko. Minimnya arahan, batasan, dan monitoring dari orang tua dalam pola asuh permisif dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya risiko ketidakstabilan emosi, stres akademik, hingga masalah hubungan sosial pada remaja. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian Mustika & Nur (2024), yang menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan sampel 150 remaja usia 13–18 tahun. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dan masalah mental emosional remaja, terutama pola asuh otoriter yang

berkorelasi negatif ($r = -0.58$; $p < 0.05$). Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel yang diteliti, yaitu pengaruh pola asuh terhadap kondisi psikologis remaja. Namun, terdapat perbedaan pada jenis pola asuh yang dominan. Dalam penelitian Mustika & Nur, pola asuh otoriter menjadi fokus utama, sedangkan penelitian ini menunjukkan dominasi pola asuh permisif. Selain itu, penelitian Mustika & Nur melibatkan sampel lebih luas dan berasal dari beberapa wilayah, sedangkan penelitian ini berfokus pada satu sekolah, sehingga memberikan gambaran kontekstual yang lebih spesifik.

Penelitian ini juga sejalan dengan meta-analisis Pinquart (2025), yang menganalisis 65 studi dengan total 15.780 remaja dari berbagai negara. Pinquart menemukan bahwa pola asuh suportif dan demokratis berhubungan secara positif dengan kesehatan mental remaja ($r = 0.42$), sementara pola asuh negatif seperti permisif dan otoriter berkaitan dengan meningkatnya risiko gangguan psikologis (r

$= -0.35$). Persamaan dengan penelitian ini adalah ditemukannya pengaruh pola asuh terhadap kesehatan mental remaja, khususnya bahwa pola asuh permisif membawa dampak negatif. Perbedaannya terletak pada cakupan penelitian: penelitian ini berskala kecil dan lokal, sedangkan penelitian Pinquart bersifat global dan sangat besar sehingga memiliki kekuatan generalisasi lebih tinggi.

Dengan demikian, keaslian penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik pada siswa SMP Negeri 4 Denpasar, serta ditemukannya dominasi pola asuh permisif, yang tidak banyak dilaporkan pada penelitian sebelumnya. Kebanyakan penelitian terdahulu lebih menyoroti pola asuh otoriter dan demokratis, sehingga hasil penelitian ini memberikan kontribusi baru berupa gambaran karakteristik pola asuh yang berbeda pada konteks lokal Indonesia, khususnya di Bali.

Peneliti berpendapat, berdasarkan hasil yang diperoleh, bahwa tingginya pola asuh permisif pada remaja SMP Negeri 4 Denpasar kemungkinan dipengaruhi oleh meningkatnya kesibukan orang tua serta kecenderungan orang tua untuk memberikan kebebasan lebih besar kepada anak agar dianggap mengerti perkembangan zaman. Hasil kuesioner mendukung hal tersebut, terlihat dari beberapa butir pernyataan yang menunjukkan dominasi jawaban SL dan SR pada aspek-aspek yang mencerminkan pola asuh permisif. Pada pernyataan P13, yaitu orang tua membiarkan anak melakukan apa saja sesuai keinginan, tercatat 44,2% responden menjawab SL dan 44,2% menjawab SR. Begitu pula pada P14, yaitu orang tua jarang membuat aturan, diperoleh 35,3% SL dan 46,8% SR. Selain itu, pada P15, yang menyatakan bahwa orang tua membiarkan anak mengatur waktu sendiri tanpa batasan, terdapat 44,7% SL dan 37,9% SR. Kemudian, pada P16 mengenai orang tua yang jarang menegur meskipun anak melakukan kesalahan, sebanyak 35,3% SL dan 46,8% SR. Sementara itu, P17 terkait pemberian fasilitas tanpa arahan menunjukkan 41,6% SL dan 37,4% SR, dan pada P18 terkait kurangnya penekanan kewajiban seperti belajar atau membantu pekerjaan rumah tercatat 53,2% SL sebagai nilai tertinggi.

Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja cenderung menerima kelonggaran yang cukup besar tanpa adanya aturan yang jelas dari orang tua. Namun, kelonggaran yang berlebihan tersebut justru dapat membuat remaja kurang terarah, sulit mengatur emosi, dan rentan mengalami tekanan psikologis. Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa perlu adanya edukasi dan pendampingan bagi orang tua untuk memahami pentingnya pola asuh yang seimbang, yaitu pola asuh demokratis yang terbukti paling mendukung kesehatan mental remaja.

3. Analisis Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental

Tabel 3. Analisis Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental

Pola Asuh	Normal n (%)	Berisiko n (%)	Abnormal n (%)	Total n (%)
Demokratis	39 (20,5)	29 (15,3)	1 (0,5)	69 (36,3)
Permisif	45 (23,7)	62 (32,1)	4 (2,1)	111 (58,4)
Otoritatif	4 (2,1)	3 (1,6)	3 (1,6)	10 (5,3)
Total	88 (46,3)	94 (49,5)	8 (4,2)	190 (100,0)
p-value	0,014			
Koefisien Korelasi (r)	0,178			

Berdasarkan uji korelasi *Spearman*, diperoleh nilai $p = 0.014$ ($p < 0.05$) dengan koefisien korelasi $r = 0.178$ yang menunjukkan adanya hubungan signifikan namun berkekuatan lemah dan bersifat positif antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Artinya, semakin baik pola asuh yang diterapkan, maka semakin baik pula kondisi kesehatan mental remaja. Temuan ini sesuai dengan teori ekologi Bronfenbrenner (1979) yang menyatakan bahwa keluarga sebagai mikrosistem memiliki pengaruh langsung terhadap perkembangan psikologis, perilaku, dan emosi anak. Selain itu, penelitian Rodríguez et al. (2019) juga menemukan bahwa pola asuh demokratis berkaitan dengan kesehatan mental yang lebih baik, sedangkan pola asuh permisif dan otoritatif berkaitan dengan meningkatnya kecemasan dan stres pada remaja.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Mustika & Nur (2024) yang meneliti 150 remaja dengan metode kuantitatif korelasional. Mereka menemukan hubungan signifikan antara pola asuh otoriter dengan masalah mental emosional remaja ($r = -0.58$; $p < 0.05$). Meskipun arah korelasi berbeda—karena variabel yang digunakan lebih menekankan pada pola asuh otoriter—hasil tersebut menunjukkan bahwa pola asuh sangat memengaruhi kondisi emosional dan psikologis remaja. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti hubungan pola asuh dengan kesehatan mental menggunakan metode kuantitatif korelasional.

Perbedaannya, penelitian Mustika & Nur memiliki populasi lebih luas dan fokus pada masalah mental emosional, sedangkan penelitian ini berfokus pada kesehatan mental secara umum pada remaja SMP Negeri 4 Denpasar.

Selain itu, meta-analisis oleh Pinquart (2025), yang menggabungkan hasil dari 65 studi dengan total 15.780 remaja, juga memperkuat hasil penelitian ini. Pinquart menemukan bahwa pola asuh hangat dan suportif memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental remaja ($r = 0.42$), sementara pola asuh negatif seperti permisif dan otoriter berkaitan dengan meningkatnya risiko gangguan psikologis ($r = -0.35$). Persamaan penelitian ini dengan penelitian Pinquart adalah sama-sama menemukan bahwa pola asuh berkontribusi terhadap kondisi kesehatan mental remaja. Namun, perbedaannya terletak pada cakupan penelitian, penelitian ini hanya melibatkan 190 siswa pada satu sekolah, sedangkan penelitian Pinquart bersifat meta-analisis global dengan jumlah sampel besar dan variasi konteks budaya yang luas.

Peneliti berpendapat bahwa berdasarkan hasil penelitian, meskipun kekuatan korelasi antara pola asuh dan kesehatan mental tergolong lemah, pola asuh tetap memberikan pengaruh yang nyata terhadap kesehatan mental remaja. Kelemahan korelasi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor lain yang juga memengaruhi kondisi psikologis remaja, seperti tekanan akademik, hubungan sebaya, kualitas komunikasi dalam keluarga, dan stres lingkungan sekolah. Namun, data kuesioner menunjukkan bahwa tingginya penggunaan pola asuh permisif pada orang tua siswa SMP Negeri 4 Denpasar turut menjadi faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya kategori kesehatan mental berisiko pada remaja.

Hal ini tampak dari beberapa butir pernyataan pola asuh yang mengarah pada pola asuh permisif. Pada P13, yaitu orang tua membiarkan anak melakukan apa saja sesuai keinginannya, tercatat 44,2% SL dan 44,2% SR. Pada P14, yaitu orang tua jarang membuat aturan, muncul 35,3% SL dan 46,8% SR. Butir P15 yang menyatakan bahwa orang tua membiarkan anak mengatur waktu sendiri tanpa batasan menunjukkan 44,7% SL dan 37,9% SR. Sementara pada P16, yang menggambarkan orang tua jarang menegur anak saat melakukan kesalahan, terdapat 35,3% SL dan 46,8% SR. Selain itu, P17 mengenai pemberian fasilitas tanpa arahan menunjukkan 41,6% SL dan 37,4% SR, dan P18 mengenai kurangnya penekanan terhadap kewajiban anak mencatat 53,2% SL sebagai persentase tertinggi.

Kondisi pola asuh ini berkaitan dengan temuan pada kuesioner kesehatan mental, di mana banyak remaja menunjukkan gejala emosional dan perilaku yang mengindikasikan risiko. Misalnya, P1, yaitu sering merasa sedih atau murung, memiliki 25,8% SL dan 48,4% SR. Pada P2 tentang sering merasa khawatir, tercatat 43,2% SR dan 34,7% KK. Kemudian, P3 mengenai rasa takut atau cemas menunjukkan 17,9% SL dan 46,3% SR. Gejala psikosomatis juga terlihat pada P4, yaitu sering sakit kepala atau sakit perut, dengan 26,3% SL dan 54,7% SR. Butir P10 tentang kehilangan kendali emosi menunjukkan 32,1% SL dan 42,1% SR, sedangkan P12, yaitu

kesulitan konsentrasi, memiliki 52,6% SR dan 15,3% KK. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa minimnya batasan, kurangnya monitoring, dan ketidakkonsistenan dalam pola asuh dapat menyebabkan remaja kurang memiliki kemampuan regulasi emosi dan keterampilan koping, sehingga lebih rentan mengalami stres, kecemasan, serta perubahan emosi yang tidak stabil. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya konsisten dengan teori psikologi perkembangan yang menekankan pentingnya struktur dan kontrol dalam pola asuh, tetapi juga diperkuat oleh penelitian-penelitian sebelumnya, baik pada tingkat nasional maupun internasional. Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh merupakan aspek penting dalam mendukung kesehatan mental remaja, meskipun pengaruhnya dapat berinteraksi dengan berbagai faktor lingkungan dan karakteristik individu lainnya.

D. KESIMPULAN

Keseimpulan dari penelitian ini ada hubungan pola asuh dengan Kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 4 Denpasar dengan kekuatan sangat lemah, diaman semakin baik pola asuh yang diterapkan, maka semakin baik pula kondisi kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alinea.id. (2025). Bali peringkat tertinggi kasus bunuh diri di Indonesia.
- Anggraeni, D., & Rohmatun, R. (2020). Pola asuh orang tua dan pengaruhnya terhadap perilaku remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 7(2), 123–132.
- Ardila, F. (2021). Hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 15–24.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Balipost.com. (2024). Masalah kesehatan mental remaja di Bali. Retrieved from <https://www.balipost.com>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887–907.
- Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43–88.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substanc use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Los Angeles: Sage Publications.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.

- Fakhriyani, D. V. (2020). Pola asuh orang tua dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 45–56.
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581–586.
- GoodStats. (2022). 1 dari 3 remaja Indonesia alami masalah kesehatan mental. Retrieved from <https://www.goodstats.id>
- Hidayati, N., & Lestari, A. (2023). Hubungan pola asuh dengan kesehatan mental pada remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 101–110.
- Jakartaglobe. (2024). Bali suicide rate reaches 3.07 per 100,000 population. Retrieved from <https://www.thejakartaglobe.id>
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2017). Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry (11th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riset kesehatan dasar (Riskesdas). Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusuma, A., & Khodijah, S. (2025). Generasi Z dan tantangan kesehatan mental di era digital. *Jurnal Psikologi Remaja*, 14(1), 55–67.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). Experience human development (15th ed.). New York: McGraw-Hill
- Pinquart, M. (2025). Associations of parenting styles with self-esteem in children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of Child Psychology*, 62(2), 158–172.
- Polda Bali. (2024). Laporan kenakalan remaja di Bali 2024. Denpasar: Polda Bali.
- Puspita, R., & Khodijah, S. (2025). Dampak media sosial terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Digital*, 3(1), 25–36.
- Putra, I. G. A., & Widiastuti, L. (2022). Parenting style and adolescent mental health. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 18(2), 77–89.
- Putri, A. M., & Dewi, K. A. (2025). Hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di Bali. *Jurnal Keperawatan*, 17(1), 45–53.
- Putri, L. (2023). Media sosial dan kecemasan pada remaja Generasi Z. *Jurnal Psikologi Sosial*, 8(2), 77–85.
- Putri, N. L., & Wulandari, A. (2022). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kesejahteraan psikologis remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 11(2), 134–145.
- Rahmawati, D. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat depresi remaja. *Jurnal Psikologi Klinis*, 9(1), 45–53.
- Rahmawati, D. (2021). Parenting style and adolescent mental health: A correlational study. *Journal of Child and Adolescent Psychology*, 5(1), 55–63.
- Rahma, N., & Cahyani, R. (2023). Pola asuh otoritatif dan kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 15(2), 211–223.
- Santrock, J. W. (2021). Adolescence (17th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sari, N., & Andini, F. (2020). Pengaruh pola asuh terhadap depresi remaja SMA. *Jurnal Psikologi Klinis*, 12(2), 134–142. Universitas Gadjah Mada (UGM).

- (2022). Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022. Yogyakarta: UGM Press
- World Health Organization (WHO). (2020). Mental health: Strengthening our response. Geneva: WHO.
- World Health Organization (WHO). (2021). Adolescent mental health: Key facts. Geneva: WHO.
- World Health Organization (WHO). (2022). Mental health: Strengthening our response. Geneva: WHO.
- Yosep, I., & Sutini, T. (2020). Keperawatan kesehatan jiwa. Bandung: Refika Aditama.