



Pengaruh Pola Pengasuhan Keluarga Terhadap Kondisi Kesehatan Mental Remaja di Desa Tulung, Kabupaten Magetan

Yeni Utami¹, Heni Eka Puji Lestari^{1*}

¹Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun, Indonesia
heniekapujilestari@bhm.ac.id^{*}

Article History:

Received : 19-01-2026

Accepted : 25-01-2026

Keywords: *Pola Pengasuhan; Kesehatan Mental; Remaja; Pedesaan*

Abstract: Kesehatan mental remaja merupakan aspek penting dalam mendukung tumbuh kembang yang optimal. Lingkungan keluarga, khususnya pola pengasuhan orang tua, memiliki kontribusi besar dalam membentuk stabilitas emosional dan perilaku remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pola pengasuhan keluarga terhadap kondisi kesehatan mental remaja di wilayah pedesaan. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional). Subjek penelitian adalah 40 remaja berusia 11–18 tahun yang tinggal di Desa Tulung, Kecamatan Kawedanan, Kabupaten Magetan. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pola asuh orang tua serta instrumen Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk menilai kesehatan mental remaja. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh permisif merupakan pola asuh yang paling dominan diterapkan oleh orang tua. Sebagian besar remaja berada pada kategori kesehatan mental abnormal. Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna antara pola pengasuhan orang tua dengan kondisi kesehatan mental remaja ($p = 0,001$; $r = 0,341$), dengan kekuatan hubungan sedang. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pola pengasuhan keluarga berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja. Penerapan pola asuh yang tepat, khususnya pola asuh demokratis, perlu ditingkatkan sebagai upaya preventif terhadap gangguan kesehatan mental remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang kompleks. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas diri, mengembangkan kemandirian, serta memperluas hubungan sosial di luar keluarga. Namun, proses tersebut sering disertai dengan tekanan emosional yang dapat berdampak pada kesehatan mental.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa gangguan kesehatan mental banyak bermula pada usia remaja dan sering tidak terdeteksi secara dini. Kondisi ini diperparah apabila remaja tidak memperoleh dukungan emosional yang memadai dari lingkungan terdekat, khususnya keluarga.

Pola pengasuhan orang tua merupakan faktor kunci dalam pembentukan kepribadian dan kesehatan mental remaja. Pola asuh yang tidak sesuai, seperti terlalu membebaskan atau terlalu mengekang, dapat meningkatkan risiko munculnya masalah perilaku dan emosional. Di wilayah pedesaan, variasi pola pengasuhan sering dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pekerjaan orang tua, serta nilai budaya yang masih kuat.

Desa Tulung, Kecamatan Kawedanan, Kabupaten Magetan, merupakan wilayah dengan karakteristik sosial ekonomi agraris. Berdasarkan pengamatan awal, ditemukan adanya permasalahan kesehatan mental pada remaja yang diduga berkaitan dengan pola pengasuhan keluarga. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji pengaruh pola pengasuhan orang tua terhadap kesehatan mental remaja sebagai dasar pengembangan intervensi berbasis keluarga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilaksanakan di Desa Tulung, Kecamatan Kawedanan, Kabupaten Magetan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang berada di Dusun Templek, Desa Tulung. Sampel penelitian berjumlah 40 remaja yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* untuk memastikan keterwakilan setiap strata populasi. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari kuesioner pola pengasuhan orang tua yang meliputi pola asuh demokratis, otoriter, dan permisif, serta *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) untuk menilai kesehatan mental remaja. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, dan secara bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* guna mengetahui hubungan antara pola pengasuhan orang tua dengan kesehatan mental remaja. Tingkat signifikansi dalam penelitian ini ditetapkan pada $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	22	55,0
Perempuan	18	45,0

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Total	40	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari total 40 responden yang terlibat dalam penelitian, mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 orang atau sebesar 55,0%, sedangkan responden perempuan berjumlah 18 orang atau 45,0%. Komposisi ini menunjukkan bahwa jumlah responden laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan perempuan. Meskipun demikian, perbedaan persentase tersebut tidak terlalu jauh, sehingga distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dapat dikatakan relatif seimbang dan cukup representatif untuk menggambarkan karakteristik responden dalam penelitian ini.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Total	40	100
SD	18	45,0
SMP	6	15,0
SMA	10	25,0
SMK	6	15,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari total 40 responden, tingkat pendidikan yang paling dominan adalah Sekolah Dasar (SD) dengan jumlah 18 orang atau sebesar 45,0%. Selanjutnya, responden dengan pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) berjumlah 10 orang atau 25,0%. Sementara itu, responden dengan tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) masing-masing berjumlah 6 orang atau sebesar 15,0%. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan dasar, yang dapat memengaruhi cara pandang, pemahaman, serta respons responden terhadap topik yang diteliti.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Usia Responden dan Orang Tua

Variabel	Mean	Median	Modus	SD	Min-Maks
Usia Remaja (tahun)	14,13	14,00	11,00	2,81	11-18
Usia Orang Tua (tahun)	50,73	50,50	59,00	11,55	33-74

Tabel 3 menunjukkan statistik deskriptif usia responden remaja dan orang tua. Rata-rata (mean) usia remaja adalah 14,13 tahun dengan median 14,00 tahun dan modus 11,00 tahun. Nilai simpangan baku (SD) sebesar 2,81 menunjukkan variasi usia remaja yang relatif sedang. Rentang usia remaja berada antara 11 hingga 18 tahun, yang menunjukkan bahwa responden mencakup kelompok remaja awal hingga remaja akhir. Sementara itu, usia orang tua responden memiliki rata-rata 50,73 tahun dengan median 50,50 tahun dan modus 59,00 tahun. Simpangan baku sebesar 11,55 menunjukkan variasi usia orang tua yang cukup besar. Rentang usia orang tua berada antara 33 hingga 74 tahun, yang mencerminkan adanya perbedaan usia orang tua yang cukup beragam dalam penelitian ini. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa responden remaja berada pada rentang usia yang sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja, sementara usia orang tua yang beragam berpotensi memengaruhi pola pengasuhan dan dinamika keluarga yang menjadi fokus dalam penelitian.

Tabel 4. Distribusi Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan Orang Tua	Jumlah (n)	Persentase (%)
Petani	27	67,5
Wiraswasta	3	7,5
Tidak bekerja	10	25,0
Total	40	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua responden bekerja sebagai petani, yaitu sebanyak 27 orang atau sebesar 67,5%. Selanjutnya, orang tua yang tidak bekerja berjumlah 10 orang atau 25,0%, sedangkan yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 3 orang atau 7,5%. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari keluarga dengan latar belakang pekerjaan di sektor pertanian. Kondisi ini dapat memengaruhi pola pengasuhan, tingkat interaksi orang tua dengan anak, serta akses terhadap sumber daya ekonomi dan informasi, yang pada akhirnya berpotensi berdampak pada perkembangan dan kesehatan mental remaja.

Pola Pengasuhan Orang Tua

Tabel 5. Distribusi Pola Pengasuhan Keluarga

Pola Pengasuhan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Demokratis	9	22,5
Otoriter	10	25,0
Permisif	21	52,5
Total	40	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang paling dominan diterapkan dalam keluarga responden adalah pola asuh permisif, yaitu sebanyak 21 responden atau sebesar 52,5%. Selanjutnya, pola asuh otoriter diterapkan oleh 10 responden atau 25,0%, sedangkan pola asuh demokratis merupakan yang paling sedikit, yaitu sebanyak 9 responden atau 22,5%. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua cenderung memberikan kebebasan yang relatif tinggi kepada remaja dengan pengawasan dan kontrol yang terbatas. Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi perkembangan perilaku dan kesehatan mental remaja, sebagaimana menjadi fokus dalam penelitian ini.

Kesehatan Mental Remaja

Tabel 6. Distribusi Tingkat Kesehatan Mental Remaja (SDQ)

Kategori Kesehatan Mental	Jumlah (n)	Persentase (%)
Normal	1	2,5
Borderline	2	5,0
Abnormal	37	92,5
Total	40	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari total 40 responden remaja, sebagian besar berada pada kategori abnormal berdasarkan pengukuran Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), yaitu sebanyak 37 responden atau 92,5%. Sementara itu, hanya 2 responden (5,0%) yang berada pada kategori borderline, dan 1 responden (2,5%) termasuk dalam kategori normal. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja dalam penelitian ini mengalami permasalahan kesehatan mental yang cukup serius dan memerlukan

perhatian khusus. Tingginya proporsi kategori abnormal mengindikasikan adanya faktor risiko yang kuat dalam lingkungan remaja, termasuk kemungkinan pengaruh pola pengasuhan keluarga, kondisi sosial ekonomi, serta faktor lingkungan lainnya yang relevan dengan fokus penelitian. Hasil ini memperkuat urgensi dilakukannya intervensi dan program pendampingan kesehatan mental bagi remaja, baik melalui keluarga, sekolah, maupun layanan kesehatan setempat.

Tabel 7. Distribusi Parameter Kesehatan Mental Remaja

Aspek Penilaian	Normal n (%)	Borderline n (%)	Abnormal n (%)
Emosional	11 (27,5)	21 (52,5)	8 (20,0)
Perilaku	8 (20,0)	13 (32,5)	19 (47,5)
Psikososial	20 (50,0)	15 (37,5)	5 (12,5)
Hiperaktivitas	25 (62,5)	12 (30,0)	3 (7,5)
Teman sebaya	4 (10,0)	11 (27,5)	25 (62,5)

Tabel 7 menunjukkan distribusi tingkat kesehatan mental remaja berdasarkan lima aspek penilaian, yaitu emosional, perilaku, psikososial, hiperaktivitas, dan hubungan dengan teman sebaya. Pada aspek emosional, sebagian besar responden berada pada kategori borderline sebanyak 21 responden (52,5%), diikuti kategori normal sebanyak 11 responden (27,5%), dan abnormal sebanyak 8 responden (20,0%). Hal ini menunjukkan bahwa banyak remaja berada pada kondisi emosional yang rentan. Pada aspek perilaku, hampir setengah responden berada pada kategori abnormal, yaitu sebanyak 19 responden (47,5%), sementara kategori borderline sebesar 32,5% dan normal sebesar 20,0%. Temuan ini mengindikasikan adanya permasalahan perilaku yang cukup menonjol pada sebagian remaja.

Selanjutnya, pada aspek psikososial, sebagian besar responden berada pada kategori normal, yaitu 20 responden (50,0%), diikuti borderline sebanyak 37,5% dan abnormal sebesar 12,5%. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan interaksi sosial dan penyesuaian diri remaja relatif lebih baik dibandingkan aspek lainnya. Pada aspek hiperaktivitas, mayoritas responden berada pada kategori normal, yaitu sebanyak 25 responden (62,5%), sementara kategori borderline dan abnormal masing-masing sebesar 30,0% dan 7,5%. Temuan ini menunjukkan bahwa masalah hiperaktivitas relatif lebih rendah pada responden penelitian. Sementara itu, pada aspek hubungan dengan teman sebaya, sebagian besar responden berada pada kategori abnormal, yaitu sebanyak 25 responden (62,5%), diikuti kategori borderline sebesar 27,5% dan normal hanya 10,0%. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan dalam hubungan dengan teman sebaya merupakan aspek yang paling dominan bermasalah pada kesehatan mental remaja dalam penelitian ini.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank menunjukkan nilai p -value = 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pola pengasuhan orang tua terhadap kondisi kesehatan mental remaja di Desa Tulung, Kecamatan Kawedanan, Kabupaten Magetan. Nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,341$ menunjukkan bahwa pola pengasuhan orang tua memiliki pengaruh dengan kekuatan sedang terhadap kesehatan mental remaja. Hal ini mengindikasikan bahwa variasi dalam pola pengasuhan orang tua memberikan kontribusi terhadap perubahan kondisi

kesehatan mental remaja, meskipun bukan merupakan satu-satunya faktor penentu. Remaja yang diasuh dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih adaptif dibandingkan remaja yang diasuh dengan pola asuh otoriter dan permisif. Sebaliknya, pola asuh permisif dan otoriter menunjukkan kecenderungan pengaruh terhadap meningkatnya masalah kesehatan mental pada remaja.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola pengasuhan orang tua memiliki peranan yang bermakna terhadap kondisi kesehatan mental remaja di wilayah pedesaan. Temuan ini didukung oleh hasil uji statistik yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dengan kekuatan hubungan sedang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa cara orang tua mendidik, membimbing, dan berinteraksi dengan anak memberikan kontribusi nyata terhadap pembentukan kondisi psikologis remaja, meskipun bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhi kesehatan mental (Santrock, 2011).

Pola asuh permisif menjadi bentuk pengasuhan yang paling dominan diterapkan oleh orang tua dalam penelitian ini. Pola ini dicirikan oleh pemberian kebebasan yang luas kepada anak tanpa diimbangi pengawasan dan batasan yang jelas. Menurut Baumrind (1991), pola asuh permisif dapat menyebabkan anak mengalami kesulitan dalam mengontrol perilaku dan emosi, karena kurangnya struktur dan konsistensi dalam pengasuhan. Pada masa remaja, kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko munculnya perilaku bermasalah dan ketidakstabilan emosional.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Haniyah et al. (2022) yang menyatakan bahwa remaja yang diasuh dengan pola permisif dan otoriter cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan dengan remaja yang diasuh secara demokratis. Kurangnya pendampingan emosional dan komunikasi yang efektif dalam keluarga dapat membuat remaja mencari dukungan di luar lingkungan rumah, terutama dari teman sebaya, yang tidak selalu memberikan pengaruh positif.

Sebagian besar remaja dalam penelitian ini berada pada kategori kesehatan mental abnormal. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental pada remaja pedesaan merupakan isu yang nyata dan perlu mendapat perhatian serius. Laporan nasional Riskesdas (2018) menyebutkan bahwa gangguan mental emosional pada remaja masih cukup tinggi di Indonesia dan sering kali tidak terdeteksi secara dini. Keterbatasan literasi kesehatan mental serta akses terhadap layanan kesehatan jiwa di wilayah pedesaan dapat memperburuk kondisi tersebut.

Aspek kesehatan mental yang paling menonjol dalam penelitian ini berkaitan dengan masalah hubungan sosial dan perilaku. Hal ini sejalan dengan pendapat Sarwono (2012) yang menyatakan bahwa pada masa remaja, pengaruh lingkungan sosial dan teman sebaya sangat kuat dalam membentuk perilaku dan kepribadian. Remaja yang tidak mendapatkan dukungan emosional yang memadai dari keluarga cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin relasi sosial yang sehat.

Sebaliknya, pola asuh demokratis menunjukkan kecenderungan yang lebih mendukung kesehatan mental remaja. Pola ini ditandai dengan adanya komunikasi dua arah, pemberian batasan yang jelas, serta penghargaan terhadap pendapat anak. Penelitian Mustamu et al. (2020) menjelaskan bahwa pola asuh demokratis berperan sebagai faktor protektif karena membantu remaja mengembangkan kepercayaan diri, kontrol diri, serta kemampuan coping yang adaptif.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pola pengasuhan keluarga merupakan faktor penting yang dapat dimodifikasi untuk meningkatkan kesejahteraan mental remaja. Upaya promotif dan preventif melalui edukasi pola asuh yang tepat kepada orang tua menjadi langkah strategis dalam menekan risiko gangguan kesehatan mental, khususnya pada remaja di wilayah pedesaan (World Health Organization, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pola pengasuhan orang tua terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap kesehatan mental remaja di Desa Tulung, Kabupaten Magetan. Pola asuh permisif dan otoriter cenderung berhubungan dengan kondisi kesehatan mental remaja yang kurang baik, sementara pola asuh demokratis menunjukkan sifat yang lebih protektif terhadap kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, orang tua disarankan untuk menerapkan pola pengasuhan demokratis dalam mendampingi dan membimbing remaja pada masa perkembangannya. Selain itu, pihak puskesmas dan sekolah diharapkan dapat meningkatkan program edukasi dan pendampingan kesehatan mental yang melibatkan keluarga secara aktif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan kualitatif atau longitudinal guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif terkait dinamika pola pengasuhan dan kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, N. U. (2022). *Hubungan toxic relationship terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja*. Skripsi tidak dipublikasikan, Institut Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Adnan, M. (2018). Pola asuh orang tua dalam pembentukan akhlak anak dalam pendidikan Islam. *Cendekia: Jurnal Studi Keislaman*, 4(2), 120–132.
- Ayun, Q. (2017). Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1), 102–122. <https://doi.org/10.21043/thufula.v5i1.2421>
- Azzahra, A. A. (2021). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perkembangan mental remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(3), 45–52.
- Baumrind, D. (1991). Parenting styles and adolescent development. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>

- Bariyyah, K. H., & Fajri, M. F. (2016). Konsep diri, adversity quotient, dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 137–146. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Damayanti, A. N. (2021). Fenomena pola asuh orang tua dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental anak. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra, dan Budaya (SEBAYA)*, 3, 210–218).
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Jurnal Istighna*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Eka Putri, A. B., Badarussyamsi, B., & Yusria, Y. (2023). Pola asuh orang tua dalam perkembangan sosial emosional anak usia dini. *Journal of Education Research*, 2(1), 99–114. <https://doi.org/10.56436/jer.v2i1.220>
- Haniyah, F. N., Novita, A., & Ruliani, S. N. (2022). Hubungan pola asuh orang tua, teman sebaya, lingkungan tempat tinggal, dan sosial ekonomi dengan kesehatan mental remaja. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(7), 1–9. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.51>
- Izzah, L., Wahyuni, S., & Amalia, R. (2020). Pengaruh intervensi pendidikan kesehatan mental dalam meningkatkan school well-being pada remaja. *Nathiqiyah*, 3(1), 68–85. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v3i1.307>
- Komala, C., Sari, D. P., & Rahman, A. (2023). Hubungan literasi kesehatan mental dengan tren self-diagnosis pada remaja akhir. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(3), 206–213. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10125>
- Mustamu, A. C., Hasim, N. H., & Khasanah, F. (2020). Peran keluarga dalam meningkatkan kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 17–25. <https://doi.org/10.36085/jkmu.v8i1.640>
- Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan kepedulian terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja. *Community Development Journal*, 3(2), 1174–1178. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i2.5642>
- Putro, K. Z. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasi: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Rahmawaty, F., Silalahi, R. P., & Mansyah, B. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 276–281. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4522>
- Riskesdas. (2018). *Laporan nasional riset kesehatan dasar 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi remaja*. Rajawali Pers.
- World Health Organization. (2018). *Adolescent mental health*. WHO Press.