JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTING STYLE AND PEER SOCIAL SUPPORT WITH ADOLESCENT MENTAL HEALTH AT SMP NEGERI 2 PAKUHAJI

HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMP NEGERI 2 PAKUHAJI

Firda Sunarti[1], Osep Yasier Almunsiri[2], Lailatul Fadilah[3]

[1]Applied Bachelor Study Program in Nursing, Poltekkes Kemenkes Banten, firdasunarti22@gmail.com
[2]Nursing Departemen, Poltekkes Kemenkes Banten, osepyasier240996@gmail.com
[3]Nursing Departement, Poltekkes Kemenkes Banten, lailatul.fadilah@poltekkesbanten.ac.id

Corresponding author:

Firda Sunarti[1]
firdasunarti22@gmail.com

Keywords :

Adolescents, mental health, Parenting, peer support

ABSTRACT

Background: *Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood characterized by rapid changes in physical, emotional, social, and psychological aspects, making adolescents vulnerable to mental health disorders. Adolescent mental health is influenced by parenting styles (democratic, authoritarian, permissive) that shape personality, as well as peer support, which is the primary source of emotional support.* ***Purpose:*** *To determine the relationship between parenting and peer social support with adolescent mental health at SMP Negeri 2 Pakuhaji.* ***Method:*** *This type of research is correlational analytic with a cross-sectional approach. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling. The sample used in this study was 102 respondents. The instruments used were parenting questionnaire, Social Provision Scale (SPS) questionnaire and Self Reporting Questionnaire (SRQ-20).* ***Result:*** *The results of statistical tests showed that the p-value between parenting patterns and adolescent mental health was 0.000.* ***Conclusion****: There is a significant relationship between parenting and peer social support with adolescent mental health at SMP Negeri 2 Pakuhaji.*

Keywords :

Remaja, kesehatan mental, pola asuh, dukungan sebaya

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan cepat dalam aspek fisik, emosional, sosial dan psikologis yang membuat remaja rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh pola asuh orang tua

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

(demokratis, otoriter, permisif) yang membentuk kepribadian, serta dukungan teman sebaya yang menjadi sumber utama dukungan emosional. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling.* Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 102 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pola asuh orang tua, kuesioner *Social Provision Scale* (SPS) dan *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20). **Hasil penelitian:** Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja adalah 0,000<0,05. Nilai *p-value* antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja adalah 0,000<0,05. **Kesimpulan:** Adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji.

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode transisi dari fase kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai dengan perubahan cepat dalam aspek fisik, hormonal, psikologis, dan sosial (Jahja dalam Kholifah & Sodikin, 2020). Perubahan-perubahan yang terjadi di masa remaja, seperti pada aspek sosial, emosional, fisik, keluarga, sekolah, dan teman sebaya, menjadi faktor yang berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mental remaja (Stuart et al., 2016). Kesehatan mental sendiri merupakan keadaan sejahtera secara psikologis yang memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tantangan hidup, mengenali potensi diri, belajar dan bekerja secara efektif serta berkontribusi dalam komunitasnya (WHO, 2022).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* mengenai kesehatan mental tahun 2019 menjelaskan bahwa 1 dari 8 orang atau 970 juta jiwa di dunia hidup dengan gangguan mental, di seluruh dunia terdapat 14% remaja dengan rentang usia 10-19 tahun yang hidup dengan gangguan mental. Pada tahun yang sama, 58 juta anak dan remaja mengalami gangguan kecemasan, 23 juta mengalami depresi, hampir 3 juta mengalami gangguan makan, dan 40 juta orang, termasuk anak-anak dan remaja, hidup dengan gangguan perilaku-dissosial (WHO, 2022). Survei *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menyatakan bahwa masalah kesehatan mental banyak dialami oleh remaja, di mana satu dari tiga remaja (34.9%) mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Sementara itu, satu

dari dua puluh (5.5%) remaja Indonesia memenuhi kriteria untuk satu gangguan mental. Kecemasan menjadi masalah paling umum (26.7%) dikalangan remaja usia 10-17 tahun di Indonesia, di susul oleh depresi (5.3%), stress pasca-trauma (1.8%), masalah perilaku (2.4%), serta gangguan pemusatan perhatian atau hiperaktivitas (10.6%) (I-NAMHS, 2022). Prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk berusia lebih dari 15 tahun di Provinsi Banten terdapat 14.0%, depresi 8.7% (Riskesdas Kemenkes RI, 2018). Di Kota Tangerang, menurut Dinas Kesehatan tahun 2023, tercatat 902 kasus gangguan jiwa, terdiri dari 731 kasus skizofrenia (81, 04%), dan 171 kasus psikotik akut (18,96%), sedangkan di Kabupaten Tangerang prevalensi gangguan jiwa berat berdasarkan penduduk sebesar 0,13%. Data ini menunjukkan bahwa pentingnya perhatian terhadap isu kesehatan mental remaja (Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang, 2023).

Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah pola asuh orang tua, yaitu proses mendidik, membimbing, serta mendisiplinkan anak agar tumbuh menjadi dewasa sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat. Pola asuh ini sangat menentukan pembentukan kepribadian dan perilaku anak secara menyeluruh. Tiga tipe pola asuh yang umum dikenal yaitu demokratis, otoriter, dan permisif, masing-masing memiliki pengaruh yang berbeda terhadap perkembangan psikososial anak. Pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memberikan kebebasan dengan batasan yang jelas, komunikasi terbuka, dan sikap hangat dari orang tua sehingga mendukung perkembangan emosional remaja. Sebaliknya, pola asuh otoriter cenderung kaku, menuntut kepatuhan, dan minim komunikasi. Sementara pola asuh permisif memberikan kebebasan berlebih tanpa pengawasan atau tuntutan yang jelas (Devita, 2020). Berbagai studi mendukung hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh R. I. Ningrum et al., (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja. Demikian pula Fitri et al., (2019) menemukan bahwa pola asuh otoriter dan permisif banyak diterapakan (58%) dan berkaitan dengan kondisi kesehatan mental remaja dalam kategori *borderline*, terutama memunculkan masalah emosional, perilaku, hiperaktivitas, dan kesulitan dalam hubungan sosial.

Selain pola asuh orang tua, teman sebaya juga berperan penting dalam membentuk kesehatan mental remaja. Teman sebaya, yakni mereka yang berada dalam rentang usia dan kedewasaan yang serupa, sering menjadi tempat berbagi cerita dan emosi, serta memberi rasa diterima. Pengaruh teman sebaya pada masa remaja bahkan lebih kuat dibanding masa lainnya (Rufaida, 2020). Dukungan dari teman sebaya merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang sangat dibutuhkan remaja selama masa perkembangannya. Penelitian yang telah dilakukan oleh (Rufaida et al., 2021) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan masalah kesehatan jiwa pada remaja. Remaja yang mendapatkan dukungan sosial tinggi dari teman sebaya cenderung memiliki kesehatan mental dalam kategori normal. Sebaliknya rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis.

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 2 Pakuhaji menunjukkan tidak adanya perilaku menyimpang seperti tawuran selama enam bulan terakhir. Kepala sekolah menyatakan bahwa dukungan teman sebaya sangat berpengaruh terhadap perilaku siswa dan menekankan pentingnya dukungan sosial seperti motivasi dan perhatian untuk membantu siswa menghadapi tantangan pendidikan. Ia juga menambahkan bahwa belum pernah dilakukan penelitian terkait

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

kesehatan mental di sekolah tersebut. Hasil wawancara dengan beberapa siswa juga menunjukkan variasi pola asuh orang tua yang mereka alami di rumah, serta mengenai teman sebaya mereka juga mengungkapkan bahwa memiliki teman dekat yang menjadi tempat berbagi cerita dan peduli terhadap permasalahan mereka. Dalam menghadapi masalah, selain kepada orang tua, para siswa ini juga cenderung berbicara dengan teman dekat mereka. Mereka juga mengungkapkan bahwa lebih banyak waktu dihabiskan bersama teman di sekolah, sehingga mereka saling memahami karakter dan kepribadian masing-masing. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian "Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji".

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode analitik korelasioanl yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel, dengan rancangan *cross-sectional*. Penelitian di lakukan di SMP Negeri 2 Pakuhaji pada bulan Maret 2025. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa SMP Negeri 2 Pakuhaji. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 1.140 siswa, dengan jumlah sampel sebesar 102 sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *proportionate stratified random sampling.* Sumber data penelitian adalah data primer dan sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari pengisian kuesioner, hasil observasi dan wawancara. Data sekunder diperoleh dari artikel ilmiah, buku dan informasi dari kepala sekolah SMP Negeri 2 Pakuhaji berupa jumlah siswa, gambaran kesehatan mental, pola asuh dan dukungan teman sebaya. Analisis data yang digunakan analisi univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat menggambarkan karakteristik setiap variabel yang diteliti dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi, yaitu dengan menggunakan uji *Chi-Square.* Penelitian ini telah mendapatkan izin etik dari Komite Etik Penelitian Universitas Yatsi Madani dengan nomor 038/LPPM-UYM/III/2025.

HASIL

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti. Tabel-tabel di bawah ini merupakan hasil analisis univariat untuk variabel pola asuh orang tua, dukungan sosial teman sebaya, dan kesehatan mental remaja.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Asuh Orang Tua di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Pola Asuh	Frekuensi	Persentase (%)
Permisif	24	23,5%
Demokratis	59	57,9%
Otoriter	19	18,6%
Total	102	100%

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 102 responden yang diteliti sebagian besar responden mendapatkan pola asuh demokratis dari orang tua yaitu sebanyak 59 responden (57,9%), sedangkan sebagian kecil responden mendapatkan pola asuh otoriter sebanyak 19 responden (18,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Teman Sebaya di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Dukungan Sosial Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	56	54,9%
Rendah	46	45,1%
Total	102	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa 56 responden (54,9%) yang termasuk dalam kategori dukungan sosial teman sebaya tinggi, dan 46 responden (45,1%) yang berada dalam kategori dukungan sosial teman sebaya rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Kesehatan Mental Remaja	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak terindikasi	56	54,9%
Terindikasi	46	45,1%
Total	102	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa 56 responden (54,9%) tidak terindikasi gangguan kesehatan mental, sedangkan 46 responden (45,1%) memiliki indikasi gangguan kesehatan mental.

2. Analsis Bivariat

Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi square*.

Tabel 4. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Pola Asuh	Kesehatan Mental Remaja				Total		*P Value*
	Tidak Terindikasi		Terindikasi				
	F	%	F	%	F	%	
Permisif	0	0,0	24	100	24	100	0,000
Demokratis	56	94,9	3	5,1	59	100	
Otoriter	0	0,0	19	100	19	100	
Total	56	54,9	46	45,1	102	100	

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square*, didapatkan nilai *p value* 0,000. Nilai 0,000≤0,05 maka dapat diambil keputusan Ha diterima, yang artinya ada hubungan yang siginfikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji Kabupaten Tangerang.

Tabel 5. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Dukungan Sosial Teman Sebaya	Kesehatan Mental Remaja				Total		*P-Value*
	Tidak Terindikasi		Terindikasi				
	F	%	F	%	F	%	
Tinggi	56	100	0	0,0	56	100	0,000
Rendah	0	0,0	46	100	46	100	
Total	56	54,9	46	45,1	102	100	

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square*, dikarenakan tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* <5 maka uji alternatif yang digunakan adalah *continuity correction*. Hasil *continuity correction* menunjukkan *asymp. sig* (*2-sided*) atau bisa disebut nilai *p-value* sebesar 0,000. Nilai 0,000≤0,05 maka dapat diambil keputusan Ha diterima, yang artinya ada hubungan yang siginfikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Gambaran Pola Asuh Orang Tua Pada Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pola asuh terbanyak yang diterima oleh responden adalah pola asuh demokratis sebanyak 59 responden (57,9%). Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Devita (2020) didapatkan bahwa sebagian besar (63,5%) responden memiliki pola asuh orang tua demokratis. Remaja yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki hubungan yang dekat dengan orang tua, sehingga lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahan yang mereka alami. Dalam pola asuh ini, orang tua berupaya memberikan arahan secara rasional dan fokus pada penyelesaian masalah. Mereka juga menghargai komunikasi yang bersifat timbal balik, di mana terdapat proses saling memberi dan menerima. Melalui komunikasi, anak dapat memperoleh bantuan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental (Syafitri, 2024). Dalam pola asuh demokratis anak diakui sebagai pribadi, sehingga segenap kelebihan dan potensi mendapat dukungan serta dipupuk dengan baik, orang tua akan membimbing dan mengarahkan anak-anak mereka, orang tua mengarahkan perilaku anak secara rasional (Subagia, 2021). Dapat dilihat dari persentase jawaban responden melalui kuesioner, didapatkan 51,0% orang tua selalu mengingatkan anaknya belajar dengan baik, 56,9% orang tua memberikan nasehat

kepada anaknya jika melakukan kesalahan dan 62,7% orang tua mendukung anaknya melakukan hobi yang disenanginya.

Pola asuh terbanyak kedua yang diterapkan oleh orang tua kepada remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji adalah pola asuh permisif, sebanyak 23,5%. Pola asuh permisif merupakan pola asuh yang membebaskan anak untuk memiliki interaksi dan melakukan apapun yang anak tersebut inginkan. Pada tipe pola asuh permisif ini di dalamnya tidak ada aturan yang dibuat oleh orang tua, menjunjung nilai kebebasan terhadap anak, kurangnya bimbingan yang dilakukan orang tua kepada anak. Sehingga hal-hal tersebut dapat mengakibatkan tidak adanya pengendali atau sikap kontrol dari orang tua terhadap perilaku anak (Maula, 2023). Pola asuh permisif adalah gaya pengasuhan di mana orang tua kurang peduli terhadap anak remajanya, orang tua dengan pola asuh ini umumnya menunjukkan keterlibatan yang rendah, baik dalam aspek emosional maupun dalam memberikan batasan atau aturan yang jelas, cenderung mengacuhkan anaknya, serta tidak pernah memberikan hadiah atau pujian. Berdasarkan analisa kuesioner, yaitu sebanyak 48,0% orang tua sering tidak pernah membantu anaknya ketika kesulitan mengerjakan PR, 61,8% orang tua tidak memberikan semangat kepada anaknya ketika mengikuti lomba, 43,1% orang tua tidak memberi pujian, dan 45,1% orang tua tidak mengingatkan anaknya ketika lupa belajar.

Selanjutnya, pola asuh yang menempati urutan ketiga terbanyak adalah pola asuh otoriter, sebanyak 18,6%. Pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan yang bersifat membatasi dan cenderung memberikan hukuman, di mana remaja diharuskan untuk mematuhi perintah orang tua. Orang tua dengan pola asuh ini menetapkan batasan dan kontrol yang ketat terhadap anak, serta cenderung melakukan komunikasi verbal yang minim (Devita, 2020). Menurut Subagia (2021), pola asuh otoriter ditandai dengan dominasi penuh orang tua dalam pengambilan keputusan. Gaya asuh ini ditandai dengan kontrol yang sangat ketat terhadap perilaku anak, penerapan aturan yang kaku, pemberian hukuman apabila anak melanggar aturan yang telah ditetapkan serta jarang memberi pujian kepada anak. Berdasarkan analisa kuesioner bahwa 53,9% orang tua tidak pernah memberikan penghargaan kepada anaknya jika mendapatkan prestasi, 41,2% orang tua melarang anaknya bermain setelah pulang sekolah dan 33,3% orang tua mengharuskan anaknya mengikuti aturan atau keinginannya.

Dari data tersebut peneliti berasumsi bahwa banyaknya pola asuh demokratis yang diterapkan oleh orang tua menunjukkan adanya perubahan cara mendidik anak. Orang tua sekarang cenderung memilih cara yang lebih seimbang, yaitu memberikan kebebasan kepada anak, tapi tetap dengan batasan yang jelas. Selain itu, faktor kemudahan akses informasi juga turut mendorong pemilihan pola asuh yang lebih terbuka, dan mendukung perkembangan emosional anak secara positif.

b. Gambaran Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi dukungan sosial dari teman sebaya dalam kategori tinggi. Sebanyak 56 reponden (54,9%) memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, sementara 46 responden (45,1%) memiliki dukungan yang rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setyorini et al., 2025) diketahui bahwa responden yang

diteliti pada dukungan sosial teman sebaya menunjukkan bahwa mayoritas dukungan sosial responden adalah dalam kategori tinggi sebesar 72,7%. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diberikan oleh individu yang memiliki rentang usia yang sama, baik berupa perhatian, penghargaan, maupun pertolongan. Dukungan ini diperoleh melalui interaksi sosial yang memungkinkan individu merasakan kepedulian dan keterhubungan emosional dari lingkungannya. Dukungan sosial juga memberikan kenyamanan fisik dan psikologis bagi remaja, di mana individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, serta diterima dalam kelompok sosialnya (Aviva, 2023).

Remaja yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi cenderung merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai, yang dapat mengurangi gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan dan depresi. Dukungan teman sebaya juga dapat membantu remaja dalam mengatasi masalah emosional dan meningkatkan kemampuan koping mereka (Syehifi et al., 2024). Dukungan sosial teman sebaya dikatakan rendah ketika remaja merasa dirinya masih diragukan akan kemampuan yang mereka miliki oleh teman sebayanya, merasa diabaikan oleh teman sebayanya dan merasa masih kurang peduli terhadap teman sebayanya (Faqih, 2020). Dari data tersebut peneliti berasumsi bahwa tingginya dukungan sosial teman sebaya yang dirasakan oleh sebagian remaja berkaitan dengan kemampuan mereka menjalin hubungan sosial yang positif serta berada dalam lingkungan yang mendukung, sedangkan dukungan yang rendah disebabkan oleh kurangnya keterampilan sosial, pengalaman sosial negatif, atau kondisi lingkungan yang kurang mendukung, yang dapat berdampak pada kesehatan mental remaja.

c. Gambaran Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Berdasarkan hasil penelitian terhadap kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji didapatkan hasil bahwa dari 102 responden, terdapat 56 responden (54,9%) tidak terindikasi gangguan kesehatan mental, sedangkan 46 responden (45,1%) memiliki indikasi gangguan kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah remaja dalam penelitian ini memiliki kondisi kesehatan mental yang baik. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anggarjita et al., (2025) didapatkan bahwa sebagian besar (87,8%) responden memiliki kesehatan mental yang normal. Kesehatan mental yang baik merupakan kondisi psikologis di mana individu berada dalam keadaan emosional yang stabil, tentram, dan seimbang, sehingga mampu menjalani aktivitas sehari-hari secara produktif, menghargai orang di sekitarnya, memanfaatkan potensi diri secara maksimal, mengatasi tekanan hidup secara adaptif, serta membangun hubungan interpersonal yang positif (Duana et al., 2023). Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kondisi kesehatan mental yang baik pada kelompok ini diantaranya, dukungan sosial teman sebaya yang memadai. Remaja yang memiliki hubungan yang baik dengan teman sebaya umumnya merasa diterima, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi tekanan hidup. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangestu & Nurhadianti (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 46 responden (45,1%) memiliki indikasi gangguan kesehatan mental. Angka ini menunjukkan bahwa hampir

setengah dari remaja mengalami gejala psikologis tertentu yang dapat mengarah pada gangguan mental. Hal ini perlu menjadi perhatian karena menunjukkan bahwa remaja adalah kelompok yang cukup rentan terhadap tekanan psikologis. WHO (2024) mengungkapkan bahwa 1 dari 7 remaja berusia 10-19 tahun di dunia mengalami gangguan mental, yang merupakan 15% dari beban penyakit global pada kelompok usia ini. Gangguan pada kesehatan mental dapat berkembang menjadi permasalahan yang lebih serius dan berpotensi menghambat berbagai aktivitas yang seharusnya dapat dijalankan secara optimal oleh remaja (Amaniey, 2022). Kesehatan mental yang bermasalah dapat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sosial media (Santrock dalam Jayuputri et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diasumsikan bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh dukungan sosial, pola asuh, serta lingkungan keluarga dan sekolah. Faktor protektif yang kuat mendukung kesejahteraan mental, namun tingginya angka indikasi gangguan menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap upaya pencegahan dan intervensi dini.

2. Analisis Bivariat
   a. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Berdasarkan hasil *uji chi-square* didapatkan nilai *p value* 0,000 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maula et al., 2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Salah satu faktor keluarga yang berpengaruh terhadap kesehatan mental anak adalah pola asuh yang diterapkan oleh orang tua. Penelitian ini menunjukkan responden yang terindikasi gangguan kesehatan mental berada pada pola asuh orang tua permisif dan otoriter. Pola asuh permisif adalah pola asuh di mana orang tua memberikan kebebasan penuh kepada anak tanpa menetapkan aturan yang tegas atau memberikan bimbingan yang memadai. Anak diberi hak sepenuhnya dalam mengambil keputusan dan berperilaku tanpa kontrol maupun tuntutan dari orang tua (Adawiyah dalam Azzahra et al., 2021). Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki indikasi gangguan kesehatan mental terletak pada pola asuh otoriter sebanyak 19 responden (100%). Sejalan dengan penelitian (Kholifah & Sodikin, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional dengan nilai p-value 0,000. Dalam penelitian ini orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter menjadi bentuk pola asuh yang paling banyak menyebabkan masalah mental emosional.

Berdasarkan hasil penelitian, responden yang tidak terindikasi gangguan kesehatan mental terletak pada pola asuh demokratis sebanyak 56 responden (94,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mardiah et al., (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan pola asuh demokratis tidak menunjukkan tanda-tanda mengalami masalah mental emosional. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 responden (5,1%) dengan pola asuh demokratis juga memiliki

indikasi gangguan kesehatan mental. Sejalan dengan penelitian (Ningrum et al., 2023) didapatkan bahwa pola asuh demokratis tidak hanya memberikan dampak positif, tetapi juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti berkurangnya waktu kebersamaan antara orang tua dan anak, ketidakstabilan emosi pada anak, serta potensi terjadinya konflik antara keduanya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hoskins dalam Devita, (2020) menyatakan bahwa orang tua dengan gaya pengasuhan demokratis menerapkan tingkat pemantauan yang tinggi selama masa kanak-kanak, yang kemudian mengalami sedikit penurunan ketika anak memasuki usia remaja. Hal inilah yang dapat menyebabkan remaja dengan orang tua yang demokratis juga berisiko mengalami masalah mental emosional.

Dari data tersebut peneliti berasumsi bahwa ketiga pola asuh tersebut memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja, dengan demikian semakin tinggi pola asuh permisif dan otoriter maka semakin tinggi pula indikasi gangguan kesehatan mental pada remaja, sedangkan semakin tinggi pola asuh demokratis maka semakin tidak terindikasi gangguan kesehatan mental pada remaja, namun berdasarkan data yang diperoleh peneliti bahwa masih terdapat responden yang memiliki indikasi gangguan kesehatan mental dikarenakan terdapat faktor lain juga yang dapat mempengaruhi kesehatan mental pada remaja.

b. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Hasil penelitian didapatkan hasil uji statistik dengan hasil *p-value* 0,000 yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rufaida et al., 2021) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan masalah kesehatan jiwa pada remaja. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Awwaliyah et al., 2025) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Dukungan dari teman sebaya dapat membantu remaja mengatasi stres dan tantangan yang mereka hadapi, serta meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, sedangkan kurangnya dukungan dari teman sebaya dapat menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi, yang berpotensi meningkatkan risiko masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan.

Hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti menunjukkan remaja dengan dukungan sosial yang tinggi lebih banyak dan tidak memiliki indikasi gangguan kesehatan mental. Interaksi remaja dengan teman sebaya merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja yang berdampak signifikan pada kesehatan mental. Dukungan emosional, penerimaan sosial, dan interaksi positif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja (Juliyanti, 2025). Sedangkan remaja dengan dukungan sosial teman sebaya rendah dapat mengalami indikasi gangguan kesehatan mental. Dukungan teman sebaya yang tidak optimal umumnya disebabkan oleh kurangnya pemenuhan kebutuhan dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan

instrumental, serta dukungan informasi. Peneliti berasumsi bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. Dukungan yang memadai membantu remaja mengelola emosi dan menghadapi masalah, sedangkan kurangnya dukungan dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti cemas, stres, dan sedih. Oleh karena itu, interaksi sosial yang sehat dengan teman sebaya dipandang sebagai salah satu faktor protektif terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan antara pola asuh orang tua dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1) Pola asuh yang paling umum dialami oleh siswa dalam penelitian ini adalah pengasuhan demokratis, dengan 59 responden (57,9%), diikuti oleh pengasuhan permisif dengan 24 (23,5%) dan pengasuhan otoriter dengan 19 (18,6%).
2) Sebagian besar siswa dalam penelitian ini mengalami tingkat dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, dengan 56 responden (54,9%), sedangkan 46 (45,1%) mengalami tingkat dukungan sosial teman sebaya yang rendah.
3) Kondisi kesehatan mental yang paling sering dialami oleh siswa adalah yang tanpa indikasi gangguan kesehatan mental, dengan 56 responden (54,9%) dan 46 (45,1%) menunjukkan gangguan kesehatan mental.
4) Terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (nilai p = 0,000 <0,05).
5) Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (nilai p = 0,000 <0,05).

DAFTAR PUSTAKA

Amaniey, M. D., & Harahap, F. (2022). Hubungan Antara Bersyukur dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 4(1), 57-64.

Anggarjita, J. T., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, *3*, 253–258. https://doi.org/10.61132/corona.v3i1.1552

Aviva, A. N. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri Pada Remaja Mesjid Raya di Lubuk Pakam* [Skripsi]. Universitas Medan Area.

Awwaliyah, F., Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja Di

SMKN 4 Tasikmalaya. *Jubikops: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, *5*(1), 27–38.

Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, *2*(3), 461–472.

Devita, Y. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, *20*(2), 503. https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.967

Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang*. Tangerang: Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang

Duana, M., Ariani, D., & Melinda, M. (2023). Promosi Kesehatan Remaja Sehat Dengan Mental Yang Sehat. *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 160-165.

Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, *2*, 68–72.

I-NAMHS (2022) "I-NAMHS: *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey 1*."

Jayuputri, S. R., Su'udi, & Sumiatin, T. (2024). Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Di SMAN 2 Tuban. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 795–802.

Juliyanti. (2025). Relationship Between Peer Relationships And Mental Health Among High School Adolescents. *Open Access Health Scientific Journal*, *6*(1), 48–53. https://doi.org/10.55700/oahsj.v6i1.65

Kholifah, N., & Sodikin. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Masalah Mental Emosional Remaja Di SMP N 2 Sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *5*(2), 99–108. http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/jkm

Mardiah, U. Jumaini., & Darwin, K. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Medika Hutama*

Maula, Y. N., Lina, N., & Neni. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Kesehatan Mental Remaja Di SMA Negeri 2 Majalengka Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, *19*(2).

Ningrum, R. I., K, M. A., & Patemah. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, *4*(3), 197–203. https://mhjns.widyagamahusada.ac.id

Pangestu, M. A., & Nurhadianti, R. D. D. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMAN 57 Jakarta. *IKRA-ITH HUMANIORA:*

Jurnal Sosial Dan Humaniora, *8*(2), 43–50. https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2

Riskesdas Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.

Rufaida, S. A. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja*. Universitas Indonesia.

Rufaida, S. A., Wardani, I. Y., & Panjaitan, R. U. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *4*, 175–184. https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj

Setyorini, C., Ningrum, A. N., Zamani, A., & Nurhidayati, N. (2025). Analisis Dukungan Sosial Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Stikes Mamba'ul 'Ulum Surakarta. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *13*(01), 150–158. https://doi.org/10.52236/ih.v13i1.695

Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (1st Indonesia). Elsevier Ltd.

Subagia, N. I. (2021). *Pola Asuh Orang Tua*. Bali: Nilacakra

Syafitri, R. N. (2024). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Lubuk Basung* [Skripsi]. Universitas Andalas.

Syehifi, A., Nasriyanto, E. N., & J.Idu, C. R. (2024). Hubungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stress Pada Remaja. *Gudang Jurnal Iimu Kesehatan*, *2*, 318–322. https://doi.org/10.59435/gjik.v2i2.863

WHO (2022). *Mental health*. Tersedia pada: https://www.who.int/news-room/fact sheets/detail/mental-disorders

WHO (2024). *Mental health of adolescents*. Tersedia pada: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health