

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Aspek penting dalam mewujudkan kesehatan seseorang secara menyeluruh adalah kesehatan mental. 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. Seseorang dengan masalah fisik, mental, pertumbuhan dan perkembangan berisiko mengalami masalah kesehatan mental.

Kesehatan mental sangat penting karena jumlah penderita saat ini sangat memprihatinkan. Sekitar 450 juta orang di seluruh dunia menderita masalah kesehatan mental. Menurut WHO *Southeast Asian Region* (WHO SEARO) tahun 2017, India memiliki jumlah gangguan mental tertinggi dengan 56.675.969 kasus atau 4,5% dari total populasi, lalu Indonesia dengan 9.162.886 kasus atau 3,7% dari populasi. *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. Sebagian besar gangguan kesehatan mental muncul pada usia 14 tahun dan meningkat 75% pada usia 24 tahun. Menurut WHO remaja ialah penduduk yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Definisi ini berbeda dengan BKKBN, UU tentang remaja. Namun, definisi yang berbeda ini menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan *universal* tentang batasan kelompok usia remaja. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, pembentukan identitas, melatih kemampuan (*skill*), dan kemampuan bernegosiasi (*abstract reasoning*) untuk kehidupan di masa dewasa.

Adanya perubahan fase biologis, psikologis, dan sosial berisiko menimbulkan masalah kesehatan mental pada remaja. Di usia remaja sering memicu terjadinya konflik antara remaja dengan diri sendiri, serta konflik dengan lingkungan sekitar. 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%). Sedangkan jenis kelamin perempuan sebesar 123 orang (67,6%). Gejala mental emosional lebih sering terjadi pada perempuan dan berisiko hampir dua kali lipat untuk mengalami gejala kesehatan mental dibandingkan laki-laki.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya permasalahan kesehatan mental pada remaja. Menurut Tarwoto (2010) antara lain faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, pergaulan teman sebaya, dan lingkungan masyarakat. Pada lingkungan keluarga yang mempengaruhi kesehatan mental remaja dapat dilihat pada pola asuh keluarga dan kondisi sosial ekonomi keluarga. Pada lingkungan sekolah, permasalahan remaja akan tergantung pada suasana sekolah yang meliputi kedisiplinan, kebiasaan belajar, pengendalian diri, dan bimbingan guru. Selain itu, hubungan teman sebaya menjadi faktor penting karena anak usia remaja senang menghabiskan waktu dengan teman sebayanya. Pada lingkungan ini, perilaku teman sebaya akan sangat berpengaruh.

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. 2015).

Diana Baumrind (Santrock, 2015) mengatakan bahwa pola asuh diklasifikasikan menjadi tiga tipe yaitu pola asuh demokratis (*democratic*), otoriter (*authoritarian*), dan permisif (*permissive*). Pola asuh demokratis adalah pola asuh dimana perilaku orang tua menetapkan batasan wajar bagi anak tetapi tidak terlalu

mengendalikan. Pola asuh otoriter adalah pola asuh yang kaku dan terlalu mengontrol. 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. Pengetahuan itu sendiri diperoleh dari pendidikan formal. Sebagian besar budaya pengasuhan mempelajari praktik pengasuhan dari orang tua mereka. Setiap cara pengasuhan dilihat secara subjektif, karena kebutuhan dan karakteristik remaja itu sendiri. 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. Pada hasil penelitian Kristine Dareda (2016) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja pada tingkat kepercayaan 95%.

Kesehatan mental remaja akan berkaitan juga dengan pola asuh orang tua. Diperkuat dengan teori *attachment style* yang dikemukakan oleh John Bowlby yang merupakan seorang psikolog. John mengatakan bahwa ada pengaruh antara pengasuh dan seorang anak. Seseorang bisa menjadi pribadi yang positif, cemas atau menghindar dikarenakan pola asuh seseorang yang dialami saat kecil (Suparman, dkk. 2020).

Masalah kesehatan mental remaja sangat erat kaitannya dengan pola asuh orang tua. 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 pada tanggal 20 Februari 2024 di SMK N 6 Surakarta kepada 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 menekankan anaknya untuk selalu menjadi yang terbaik di kelas maupun disekolah 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.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut : Apakah ada hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola asuh otoriter terhadap kesehatan mental remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya dan sebagai sumber informasi dalam menambah ilmu pengetahuan khususnya orang tua untuk mengetahui pola asuh yang baik bagi remaja.

1.4.2. Praktis

1) Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan remaja lebih memahami pentingnya kesehatan mental dalam mencegah masalah kejiwaan seperti depresi, psikosis dan masalah kejiwaan lainnya sehingga siswa dapat lebih mengantisipasi risiko yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental.

2) Bagi Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi alat untuk menyampaikan tentang pentingnya penerapan pola asuh yang baik dan akan memperluas wawasan guru dalam menanggapi masalah kesehatan mental sehingga remaja dapat mengikuti pembelajaran dengan kondisi fisik dan mental yang baik

3) Bagi Peneliti Lain

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pola asuh dan kesehatan mental pada remaja.

4) Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua dapat menerapkan pola asuh yang positif dan baik untuk meningkatkan kesehatan mental remaja. Orang tua juga dapat lebih meningkatkan kembali cara berkomunikasi dan cara mendidik yang baik kepada anak.

1.5 Keaslian Penelitian

Terdapat penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian yang dilakukan ini, yaitu:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Yulian Tika (2020)	Hubungan pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA negeri 31 Jakarta tahun 2020	Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional.	Hasil uji <i>Chi-square</i> pada jenis kelamin, umur, urutan anak dan pola asuh orang tua diperoleh hasil <i>p-value</i> <0,05. Hal ini berarti H1 gagal tolak maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin, umur, urutan anak dan pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental pada remaja.
2.	Marchelino Nick Salenussa, Christiana Hari Soetjningsih (2022)	Pola asuh otoriter (<i>authoritarian parenting</i>) dan perilaku agresif pada siswa di salah satu SMA di Maluku Tengah	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala.	Disimpulkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara pola asuh otoriter terhadap perilaku agresif.

3.	Kristine Dareda (2016)	Hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di kelurahan bailang lingkungan II Manado	Menggunakan jenis penelitian korelasional dengan <i>purposive sampling</i> sebagai teknik pengambilan sampel.	Dilakukan analisa bivariante menggunakan uji <i>chi-square</i> dengan bantuan spss, hasilnya dalam pola asuh orang tua sebanyak 12 responden dengan kesehatan mental remaja sebagian kecil kurang baik yaitu 5 responden. Semakin kurang baik pola asuh yang diberikan orang tua maka semakin kurang baik juga kesehatan mental remaja.
----	------------------------	--	---	---

Persamaan dengan penelitian ini adalah terletak pada variabel penelitian yaitu pola asuh orang tua sebagai variabel bebas dan kesehatan mental remaja sebagai variabel terikat, sedangkan perbedaannya terletak pada jenis pola asuh yaitu pola asuh otoriter dan subjek penelitian yang mana subjek penelitian ini adalah remaja usia 15 – 18 tahun pada siswa kelas XI SMK Negeri 6 Surakarta.