

Persepsi Remaja Tentang Pola Asuh Orang Tua Terhadap Gangguan Mental (Studi Kasus)

Raudatul Janah¹, Dian Ardayanti², Andry Rachamadani³,
Joko Spto Pramono⁴

^{1,2,3,4}Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

Email: rtjanah133@gmail.com¹, dianardyantirau@gmail.com²,
Andry.rachamadani@poltekkes-kaltim.ac.id³, jokosramono@gmail.com⁴

Abstrak

Gangguan mental pada remaja merupakan masalah kesehatan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya pola asuh orang tua. Pola asuh yang kurang tepat, seperti pola asuh otoriter dan mengabaikan/lalai, dapat berdampak terhadap kondisi psikologis remaja, seperti stres, kecemasan, rendahnya rasa percaya diri, serta kesulitan dalam mengungkapkan perasaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi remaja tentang pola asuh orang tua terhadap gangguan mental di Kecamatan Loa Janan, Kota Samarinda. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus. Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling yang terdiri atas informan utama, informan pendukung, dan informan kunci. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dengan uji keabsahan data menggunakan triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap pola asuh orang tua didominasi oleh pola asuh otoriter dan pola asuh mengabaikan/lalai. Pola asuh otoriter ditandai dengan komunikasi satu arah, tuntutan yang tinggi, serta pemberian hukuman verbal maupun fisik sehingga menyebabkan remaja merasa takut, cemas, rendah diri, dan sulit mengungkapkan perasaan. Sementara itu, pola asuh mengabaikan/lalai ditandai dengan kurangnya perhatian, komunikasi, dan dukungan emosional dari orang tua sehingga remaja merasa kesepian, menarik diri dari lingkungan sosial, serta mengalami stres, kecemasan, dan perubahan kondisi psikologis. Persepsi remaja menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dan pola asuh mengabaikan/lalai berkontribusi terhadap munculnya gangguan mental pada remaja. Orang tua diharapkan menerapkan pola asuh yang lebih terbuka, meningkatkan komunikasi, memberikan perhatian dan dukungan emosional, serta membangun hubungan yang harmonis agar kesehatan mental remaja tetap terjaga.

Kata Kunci: Persepsi Remaja, Pola Asuh Orang Tua, Gangguan Mental, Kesehatan Mental, Studi Kasus

Abstract

Mental health disorders among adolescents are health issues influenced by various factors, one of which is parenting style. Inappropriate parenting styles such as authoritarian and neglectful styles—can impact adolescents' psychological well-being, leading to stress, anxiety, low self-esteem, and difficulty expressing emotions. This study aims to understand adolescents' perceptions regarding parenting styles in relation to mental health disorders in Loa Janan District, Samarinda City. This study employed a qualitative approach with a case study design. Informants were selected using purposive sampling and categorized into primary, supporting, and key informants. Data collection involved in-depth interviews, observation, and documentation. Data analysis was conducted through data reduction, data presentation, and conclusion drawing, with data validity verified through triangulation. The study results indicate that adolescents' perceptions of parenting styles are dominated by authoritarian and neglectful styles. Authoritarian parenting is characterized by one-way communication, high demands, and the imposition of verbal or physical punishment, causing adolescents to feel fearful, anxious, and insecure, while also struggling to express their feelings. Meanwhile, neglectful parenting is characterized by a lack of parental attention, communication, and emotional support, leading adolescents to feel lonely and socially withdrawn, as well as to experience stress, anxiety, and changes in their psychological state. Adolescents' perceptions indicate that authoritarian and neglectful parenting styles contribute to the emergence of mental health disorders among adolescents. Parents are encouraged to adopt more open parenting styles, enhance communication, provide attention and emotional support, and foster harmonious relationships to safeguard adolescents' mental health.

Keywords: Adolescent Perceptions, Parenting Styles, Mental Disorders, Mental Disorders, Case Study

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental remaja menjadi isu yang semakin mendesak karena masa remaja (12–21 tahun) merupakan periode transisi dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung secara simultan. Tekanan akademik, pengaruh teman sebaya, perundungan, kekerasan, serta paparan media sosial meningkatkan kerentanan remaja terhadap gangguan mental, sehingga diperlukan upaya pencegahan, deteksi dini, penanganan, dan kebijakan yang tepat, khususnya melalui intervensi berbasis sekolah dan layanan yang ramah remaja (Tasya et al., 2024; Amir et al., 2024). Secara global, sekitar 1 dari 7 remaja usia 10–19 tahun (14,3%) mengalami gangguan mental, terutama kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku, yang menyumbang sekitar 15% beban penyakit pada kelompok usia tersebut. Prevalensi kecemasan mencapai 4,1–5,3%, depresi 1,3–3,4%, serta ADHD dan *conduct disorder* sekitar 2–3%, sementara bunuh diri menjadi penyebab kematian ketiga pada usia 15–29 tahun (WHO, 2025). Di Indonesia, survei *National Adolescent Mental Health* menunjukkan bahwa 34,9% remaja usia 10–19 tahun mengalami masalah kesehatan mental dan 5,5% memenuhi kriteria gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Kecemasan menjadi gangguan yang paling banyak ditemukan (3,7%), diikuti depresi, *conduct disorder*, dan ADHD. Dari sekitar 44,5 juta remaja, diperkirakan 15,5 juta mengalami masalah kesehatan mental, tetapi hanya 2,6% yang memperoleh konseling atau dukungan profesional, sehingga penguatan layanan, deteksi dini, dan intervensi ramah remaja menjadi kebutuhan prioritas (Wahyudi et al., 2025). Di Kalimantan Timur, data Dinas Kesehatan Provinsi tahun 2024 menunjukkan prevalensi stres remaja sekitar 2,2% pada usia 15 tahun dan menempatkan provinsi tersebut pada peringkat kedua nasional. Di Kota Samarinda, Puskesmas Trauma Center mencatat 35 remaja mengalami stres, dengan 97,3% telah memperoleh pelayanan kesehatan mental melalui sinergi program SIJIWA dan MAS KETAN MAS RIDO. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya penguatan dukungan psikososial melalui kolaborasi lintas sektor.

Permasalahan kesehatan mental remaja juga berkaitan erat dengan lingkungan keluarga, khususnya pola asuh dan dukungan emosional orang tua. Studi pendahuluan pada 25 September 2025 di Kecamatan Loa Janan terhadap empat informan utama menemukan bahwa sebagian besar remaja mengalami pola asuh keras berupa bentakan, kata-kata kasar, hingga kekerasan fisik ketika melakukan kesalahan. Perlakuan tersebut menimbulkan rasa takut, tekanan psikologis, kehilangan kepercayaan diri, kecenderungan memendam masalah, serta menarik diri dari keluarga dan mencari dukungan dari teman sebaya. Tekanan emosional yang berlangsung terus-menerus memicu stres, kecemasan, dan gejala depresi; bahkan ditemukan remaja yang melampiaskan tekanan dengan menyakiti diri menggunakan benda tajam dan pernah memiliki keinginan mengakhiri hidup. Temuan ini memperlihatkan bahwa komunikasi keluarga yang buruk dan minimnya dukungan emosional meningkatkan kerentanan psikologis remaja (Jeong et al., 2025).

Pola asuh suportif melalui kasih sayang, komunikasi terbuka, perhatian, dan dukungan emosional berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri, pengendalian emosi, kemampuan adaptasi, serta melindungi remaja dari stres dan depresi. Sebaliknya, pola asuh keras, otoriter, permisif, atau lalai meningkatkan risiko kecemasan, depresi, rendah diri, gangguan emosional, dan kesulitan bersosialisasi (Raziansyah et al., 2025; Intan Ningrum et al., 2023). Penelitian Maulia et al. (2024) juga menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak konsisten dan kurang perhatian dapat memperburuk gangguan perilaku, sedangkan pola asuh yang konsisten dan penuh perhatian membantu menguranginya. Dengan demikian, novelty penelitian ini terletak pada pengkajian keterkaitan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja berdasarkan kondisi empiris di Kecamatan Loa Janan, terutama dalam konteks minimnya dukungan emosional dan komunikasi keluarga yang berpotensi memunculkan tekanan psikologis hingga perilaku menyakiti diri. Temuan tersebut menjadi dasar perlunya penguatan pola asuh suportif,

komunikasi terbuka, edukasi orang tua, deteksi dini masalah psikologis, serta kolaborasi keluarga, sekolah, dan layanan kesehatan sebagai strategi preventif untuk meningkatkan kesehatan mental remaja.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam pengalaman, persepsi, pandangan, dan pemaknaan informan mengenai pola asuh orang tua serta pengaruhnya terhadap perilaku remaja dengan gangguan mental dalam konteks kehidupan nyata (Dea, 2024). Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Trauma Center, Jalan Ciptomangunkusumo, Kelurahan Sengkotek, Kecamatan Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, pada 15–22 Juni 2026. Fokus penelitian diarahkan pada pola asuh otoriter dan pola asuh mengabaikan/lalai, khususnya dalam aspek tuntutan, kontrol, perhatian, komunikasi, dan dukungan emosional orang tua terhadap remaja.

Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian. Populasi penelitian terdiri atas 35 remaja berusia 19 tahun yang mendapatkan layanan kesehatan jiwa di Puskesmas Trauma Center Loa Janan. Informan penelitian berjumlah sembilan orang, terdiri atas satu petugas kesehatan sebagai informan kunci, empat teman sebaya yang memahami kondisi remaja sebagai informan utama, dan empat remaja perempuan berusia 19 tahun sebagai informan pendukung. Informan utama dipilih berdasarkan kedekatan dan pengetahuan terhadap kondisi serta perilaku remaja, berdomisili di Kecamatan Loa Janan, dan bersedia memberikan informasi secara terbuka. Informan pendukung merupakan remaja perempuan berusia 19 tahun dengan gangguan mental ringan hingga sedang, seperti stres, depresi, atau kecemasan, yang memperoleh layanan kesehatan jiwa di Puskesmas Trauma Center. Informan kunci merupakan petugas kesehatan yang terlibat dalam pelayanan kesehatan jiwa remaja. Informan yang menolak diwawancarai, tidak mampu berkomunikasi dengan baik, berada dalam kondisi emosional tidak stabil, atau tidak memenuhi kriteria penelitian tidak diikutsertakan.

Instrumen utama penelitian adalah peneliti yang berperan sebagai pengumpul, pengamat, penganalisis, dan penafsir data, sedangkan instrumen pendukung meliputi pedoman wawancara, *handphone* sebagai perekam dan dokumentasi, buku catatan, alat tulis, lembar observasi, dan dokumentasi (Roosinda, 2022). Wawancara dilakukan secara mendalam dan semi-terstruktur untuk menggali pengalaman informan mengenai pola asuh otoriter dan mengabaikan/lalai serta dampaknya terhadap kondisi emosional, perilaku, hubungan sosial, dan aktivitas sehari-hari remaja. Observasi dilakukan secara nonpartisipan untuk mengamati perilaku, ekspresi, interaksi, dan kondisi lingkungan, sedangkan catatan lapangan digunakan untuk merekam aspek nonverbal dan konteks penelitian. Dokumentasi dan rekaman suara digunakan sebagai data pendukung dengan persetujuan informan.

Keabsahan data dilakukan melalui *member check* dan triangulasi untuk meningkatkan kredibilitas serta meminimalkan bias penelitian (Pramono, 2025). *Member check* dilakukan dengan mengonfirmasi data kepada informan, sedangkan triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari remaja, teman sebaya, petugas kesehatan, dan sumber pendukung. Triangulasi metode dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, catatan lapangan, dan dokumentasi sehingga diperoleh data yang konsisten, kaya, dan menggambarkan kondisi nyata. Data dianalisis secara tematik melalui tahapan transkripsi, familiarisasi, pengodean, identifikasi tema, interpretasi, dan penyajian data dalam bentuk narasi serta *verbatim* sebagai penguat temuan (Qomaruddi, 2024). Selanjutnya dilakukan pengumpulan data, reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan berdasarkan tema dan pola yang ditemukan.

Alur penelitian dimulai dari penentuan topik, penyusunan latar belakang, rapat antar peneliti, dan studi pendahuluan untuk mengidentifikasi permasalahan pola asuh dan kondisi mental remaja. Tahap berikutnya meliputi penyusunan draft awal laporan, revisi berdasarkan rapat antar peneliti, pengurusan *ethical clearance* dan izin penelitian, pengumpulan data, analisis, triangulasi, interpretasi, hingga penyusunan hasil penelitian. Penelitian dilaksanakan setelah memperoleh *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Kaltim dan izin dari instansi terkait. Prinsip etika penelitian meliputi *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, *veracity*, dan *justice*, dengan menjamin persetujuan sukarela, kerahasiaan identitas serta informasi, kejujuran dalam pelaporan, dan perlakuan yang adil terhadap seluruh informan. Melalui pendekatan studi kasus dan triangulasi berbagai sumber, penelitian ini diarahkan untuk menghasilkan pemahaman mendalam mengenai pola asuh yang berpotensi memperburuk kondisi mental remaja sekaligus menjadi dasar penguatan pola asuh suportif, komunikasi keluarga, deteksi dini, dan dukungan psikososial bagi remaja.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN.

Hasil Penelitian

1) Pola Asuh Otoriter

Pada tahap ini akan dibahas mengenai pola asuh otoriter yang dialami oleh remaja. Selanjutnya, hubungan remaja dengan orang tua, komunikasi orang tua, pemberian hukuman, serta dampak pola asuh otoriter terhadap kondisi mental remaja akan dibahas pada bagian pola asuh otoriter.

a. Sejak kapan anda mengenal remaja tersebut?

Sejak SMP, karena kami satu sekolah dan mulai akrab sejak itu."

(IU2, 20 tahun)

"Udah lama, dari dia kecil pas masih SD sekitar kelas 3. Soalnya kami tetangga dekat juga."

(IU3, 20 tahun)

"Ya, untuk saat ini masih tinggal dengan orang tua."

(IP2, 19 tahun)

"Iya, masih tinggal sama orang tua."

(IP4, 19 tahun)

"Ya memang benar remaja-remaja tersebut mendapatkan penanganan dan pendampingan di Puskesmas Trauma Center sesuai dengan keluhan yang dialaminya"

(IK1, 35 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan IU2 dan IU3 menjelaskan bahwa kedua informan telah mengenal remaja dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengetahui perkembangan, kondisi, dan keseharian remaja. Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara mendalam dengan IP2 dan IP4 yang menyampaikan bahwa remaja saat ini masih tinggal bersama orang tua.

Hasil tersebut juga diperkuat oleh IK1 yang menjelaskan bahwa remaja telah mendapatkan penanganan dan pendampingan di Puskesmas Trauma Center sesuai dengan keluhan yang dialaminya. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa seluruh informan telah mengenal remaja dalam waktu yang cukup lama sehingga mengetahui perkembangan, kondisi, dan keseharian remaja.

b. Bagaimana hubungan remaja tersebut dengan orang tuanya yang anda ketahui?

Hubungannya kurang baik karena sering terjadi konflik dan komunikasi kurang."

(IU2, 20 tahun)

"Yang saya ketahui kurang baik. Saya juga pernah melihat langsung bagaimana sikap orang tuanya saat di rumah."

(IU4, 20 tahun)

"Kalau hubungannya sama orang tua ya mungkin hanya sekadarnya dan seperlunya saja. Enggak seperti keluarga pada umumnya."

(IP2, 19 tahun)

"Untuk hubungan kurang baik sih kalau dilihat dari sudut pandang keluarga."

(IP3, 19 tahun)

"Hubungannya... hmm... kurang dekat."

(IP4, 19 tahun)

"Ya, saat memengaruhi kondisi remaja-remaja tersebut, mereka juga mengeluhkan kurangnya komunikasi antara orang tua dan remaja."

(IK1, 35 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan IU2 menjelaskan bahwa hubungan remaja dengan orang tua kurang baik karena sering terjadi konflik dan komunikasi yang kurang efektif. Hal tersebut juga disampaikan oleh IU4 yang menjelaskan bahwa hubungan remaja dengan orang tua kurang harmonis dan remaja sering mendapatkan perlakuan yang kurang baik di lingkungan keluarga. Selanjutnya, hasil wawancara mendalam dengan IP2 menunjukkan bahwa hubungan remaja dengan orang tua hanya berlangsung seperlunya. Pernyataan tersebut didukung oleh IP3 yang menjelaskan bahwa hubungan remaja dengan orang tua kurang baik jika dilihat dari kondisi keluarganya. Selain itu, IP4 juga menyampaikan bahwa hubungan remaja dengan orang tua kurang dekat. Hasil tersebut diperkuat oleh IK1 yang menjelaskan bahwa kurangnya komunikasi antara orang tua dan remaja menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kondisi psikologis remaja.

c. Kapan remaja tersebut mulai menunjukkan perubahan emosi atau perilaku?

"Sejak masuk SMA."

(IU2, 20 tahun)

"Berubahnya tuh pas dia mulai masuk SMA, sekitar setahun dua tahun belakangan ini. Yang tadinya masih mau main dan cerita-cerita, tiba-tiba berubah jadi pendiam, sering melamun."

(IU3, 20 tahun)

"Kalau dirasakan mungkin dari kecil merasa kayak tertekan karena pas SD sering dimarahin."

(IP1, 19 tahun)

"Kalau saya rasakan itu pada saat mulai masuk SMA. Cuma kalau sudah menyadarinya itu baru sekarang."

(IP2, 19 tahun)

"Tertekan itu dari kecil. Terus kalau emosional itu kayak suka marah-marah. Saya rasa itu semenjak masuk SMK."

(IP4, 19 tahun)

"Kalau dari keluhan yang disampaikan remaja, perubahan emosi maupun perilaku tersebut sudah mulai terlihat sejak usia anak-anak. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai pengalaman dan situasi yang dialami sejak kecil. Seiring bertambahnya usia, keluhan yang dirasakan menjadi semakin jelas dan mulai memengaruhi aktivitas serta kehidupan sehari-harinya."

(IK1, 35 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan IU2 dan IU3 menjelaskan bahwa perubahan emosi dan perilaku remaja mulai terlihat saat memasuki masa remaja, terutama ketika memasuki jenjang SMA. Perubahan tersebut ditandai dengan remaja menjadi lebih pendiam, sering melamun, mudah marah, dan mulai menarik diri dari lingkungan sekitarnya. Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara mendalam dengan IP1, IP2, dan IP4 yang menjelaskan bahwa perasaan tertekan telah dirasakan sejak usia sekolah, baik sejak SD maupun saat memasuki SMA. Informan juga menyampaikan bahwa kondisi tersebut dipengaruhi oleh pengalaman sering dimarahi, kurangnya komunikasi dengan orang tua, serta tekanan yang dialami dalam lingkungan keluarga.

Hasil tersebut juga diperkuat oleh IK1 yang menjelaskan bahwa perubahan emosi dan perilaku remaja telah mulai terlihat sejak usia anak-anak akibat berbagai pengalaman yang dialami sejak kecil. Seiring bertambahnya usia, perubahan tersebut menjadi semakin jelas dan berdampak terhadap aktivitas, interaksi sosial, serta kehidupan sehari-hari remaja.

d. Dimana remaja tersebut mulai menunjukkan perubahan emosional atau perilaku?

"Kadang dia di kamar nangis. Kadang dia keluar jalan-jalan sendiri, atau diem aja di kamar sambil dengar musik."

(IU1, 19 tahun)

"Kadang dia main ke rumah saya terus cerita. Kadang dia juga sengaja nyari tempat yang jauh dari rumahnya, kayak nongkrong sendirian sepulang sekolah biar enggak ketahuan."

(IU3, 20 tahun)

"Saya lihat biasanya dia jalan-jalan sendiri sambil dengar lagu. Kalau di rumah ya lebih sering diem di kamar."

(IP1, 19 tahun)

"Biasanya sih lebih banyak diem di kamar. Kadang juga cerita ke teman yang dia percaya."

(IP2, 19 tahun)

"Meluapkannya ya paling di rumah, di dalam kamar. Kalau enggak, pergi ke tempat teman cerita. Kalau lagi ada masalah, kalau enggak ya udah di kamar aja diam, murung, dengarkan musik."

(IP4, 19 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, IU1 dan IU3 menjelaskan bahwa ketika menghadapi masalah remaja cenderung meluapkan perasaannya dengan cara menyendiri, menangis, mendengarkan musik, berjalan-jalan, atau mencari tempat yang membuat mereka merasa lebih tenang. Selain itu, remaja juga memilih pergi ke rumah teman untuk bercerita sebagai upaya mengurangi beban pikiran dan memperoleh dukungan emosional.

Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara mendalam dengan IP1, IP2, dan IP4 yang menyampaikan bahwa remaja lebih sering menyendiri di kamar, mendengarkan musik, atau

bercerita kepada teman yang dipercaya ketika sedang menghadapi masalah. Informan pendukung juga menjelaskan bahwa remaja memilih cara tersebut karena merasa lebih nyaman mengekspresikan perasaannya dibandingkan menceritakan masalah kepada orang tua.

2) Pola Asuh Mengabaikan/Lalai

Pada tahap ini akan dibahas mengenai pola asuh mengabaikan/lalai yang dialami oleh remaja. Selanjutnya, kurangnya perhatian orang tua, respons orang tua terhadap kebutuhan remaja, reaksi remaja ketika diabaikan, serta dampak pola asuh mengabaikan/lalai terhadap kondisi mental remaja akan dibahas pada bagian ini.

a. Apa bentuk kurangnya perhatian orang tua yang sering remaja tersebut kepada Anda?

"Kadang... kayak semisal untuk mmm apa ya... misalnya sebenarnya udah besar ya, kalau untuk makan tuh bisa kita ambil sendiri, tapi kadang ada momen tuh kayak pengen dipeduliiin. Kayak, 'kamu mau makan mau enggak, terserah'."

(IU1, 19 tahun)

"Kurangnya ya? Ya itu sih kurang komunikasi. Hmm... lagi-lagi komunikasi. Ibunya sering marah dan jarang perhatian ke anaknya."

(IU2, 19 tahun)

"Dia sering banget cerita kalau dia merasa kurang diperhatikan dan lebih sering dibanding-bandingkan sama saudara kandungnya."

(IU3, 20 tahun)

"Kalau mood orang tua lagi enggak bagus, mereka sering marah. Kadang mereka juga enggak memperhatikan keadaan anak."

(IP1, 19 tahun)

"Saya lihat situasinya dia merasa kurang diperhatikan. Seharusnya didampingi, tapi komunikasi sama orang tuanya kurang."

(IP2, 19 tahun)

"Mungkin karena sering disalahkan, jadi merasa orang tuanya kurang peduli sama perasaannya."

(IP3, 19 tahun)

"Saya lihat kalau dia butuh, tapi orang tuanya seperti enggak peduli. Makanya dia lebih sering ke rumah teman."

(IP4, 19 tahun)

"Berdasarkan keluhan yang disampaikan remaja, mereka paling sering merasa kurang diperhatikan ketika komunikasi dengan orang tua tidak berjalan dengan baik."

(IK1, 35 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, IU1, IU2, dan IU3 menjelaskan bahwa remaja sering merasakan kurangnya perhatian dari orang tua. Kurangnya perhatian tersebut ditunjukkan melalui minimnya komunikasi, sikap orang tua yang cenderung mengabaikan kebutuhan emosional remaja, serta adanya perlakuan membandingkan dengan saudara kandung. Kondisi tersebut membuat remaja merasa kurang dipedulikan dan memilih memendam perasaannya. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil wawancara mendalam dengan IP1, IP2, IP3 dan IP4 yang menyampaikan bahwa remaja membutuhkan perhatian, komunikasi, dan dukungan emosional dari orang tua, namun kebutuhan tersebut belum terpenuhi sehingga remaja merasa diabaikan dan lebih memilih mencari kenyamanan di luar

rumah atau kepada teman. Selain itu, informan kunci (IK) menjelaskan bahwa keluhan yang paling sering disampaikan remaja berkaitan dengan kurangnya perhatian, komunikasi yang tidak berjalan dengan baik, serta minimnya dukungan emosional dari orang tua sehingga remaja mengalami kesulitan untuk mengungkapkan perasaan maupun masalah yang dihadapinya.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, dapat disimpulkan bahwa remaja merasa kurang diperhatikan oleh orang tua karena komunikasi yang kurang efektif, minimnya perhatian dan dukungan emosional, serta kurangnya keterbukaan dalam keluarga. Kondisi tersebut menyebabkan remaja merasa diabaikan, kesulitan menyampaikan perasaan maupun masalah yang dihadapinya, dan lebih memilih memendam perasaannya atau mencari dukungan dari teman dibandingkan kepada orang tua.

b. Bagaimana reaksi orang tua ketika Anda meminta kebutuhan atau menyampaikan keinginan?

"Kadang-kadang tuh suka... ekspresinya kurang senang sih. Kayak enggak langsung dipenuhi, kadang-kadang juga malah marah."

(IP1, 19 tahun)

"Reaksinya tuh kadang bikin malas ya. Kalau menyampaikan kebutuhan yang penting, kadang dibilang nanti dulu atau ditunda."

(IP2, 19 tahun)

"Biasanya cuma dibilang suruh ngurus sendiri. Kadang harus minta beberapa kali baru ditanggapi."

(IP3, 19 tahun)

"Kadang kayak, 'Nanti aja, buat apa sih?' Padahal memang lagi butuh, tapi tetap harus menunggu atau disuruh nanti."

(IP4, 19 tahun)

"Respons orang tua yang kurang positif, seperti marah, mengabaikan, atau menunda memenuhi kebutuhan remaja, membuat remaja merasa tidak didengar dan enggan menyampaikan keinginannya."

(IK, 35 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, IP1 menjelaskan bahwa ketika remaja menyampaikan kebutuhan atau keinginannya, respons orang tua sering kali berupa ekspresi yang kurang menyenangkan, seperti menunjukkan kemarahan atau tidak langsung memenuhi kebutuhan remaja. IP2 mengungkapkan bahwa orang tua kerap menunda pemenuhan kebutuhan dengan berbagai alasan sehingga remaja merasa kebutuhannya tidak menjadi prioritas. Selanjutnya, IP3 menyampaikan bahwa setiap kali remaja meminta sesuatu, orang tua cenderung mempertanyakan alasan permintaannya dan tidak segera memberikan tanggapan.

Hal serupa juga disampaikan oleh IP4, yang menjelaskan bahwa orang tua sering menunda atau menganggap kebutuhan remaja tidak terlalu penting sehingga remaja harus menunggu lebih lama untuk memperoleh apa yang dibutuhkan. Pernyataan tersebut diperkuat oleh informan kunci (IK) yang menyatakan bahwa respons orang tua yang kurang positif, seperti marah, mengabaikan, atau menunda pemenuhan kebutuhan remaja, dapat membuat remaja merasa tidak dihargai dan enggan menyampaikan kebutuhan maupun keinginannya kepada orang tua.

c. Bagaimana pengaruh sikap orang tua terhadap aktivitas sehari-hari remaja tersebut?

"Kadang ada beberapa dia kayak enggak didukung. Kadang memang didukung tapi nanti ujung-ujungnya diungkit lagi. Kayak, 'Ngapain sih kamu gitu kemarin?' gitu."

(IU1, 19 tahun)

"Ngaruh ke kelakuannya karena enggak pernah dicek atau diingetin di rumah. Sekolahnya sering ketinggalan, jam tidurnya jadi berantakan karena sering begadang main game atau keluyuran malam, dan dia jadi punya kebiasaan malas pulang ke rumah."

(IU3, 20 tahun)

"Saya melihat remaja jadi kurang mendapat dukungan dan komunikasi dari orang tua sehingga hubungannya menjadi terbatas."

(IP1, 19 tahun)

"Remaja merasa kurang perhatian dan pengawasan dari orang tua sehingga aktivitas sehari-harinya, seperti sekolah, pola tidur, dan kebiasaan di rumah menjadi terganggu."

(IP3, 19 tahun)

"Remaja merasa perlakuan orang tua memengaruhi kondisi emosinya sehingga menjadi tidak stabil, kurang percaya diri, menarik diri dari lingkungan, bahkan pada kondisi tertentu muncul keinginan menyakiti diri dan meninggalkan rumah."

(IP4, 19 tahun)

"Pengabaian orang tua memengaruhi perilaku dan aktivitas remaja sehari-hari. Remaja menjadi lebih tertutup, kurang percaya diri, menurun semangat dan fokusnya, sering menyendiri, serta mencari kenyamanan di luar rumah bersama teman sebaya."

(IK, 35 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, IP1 menjelaskan bahwa kurangnya dukungan dan komunikasi dari orang tua membuat hubungan dengan remaja menjadi terbatas. Selanjutnya, IP3 menyampaikan bahwa kurangnya perhatian dan pengawasan orang tua menyebabkan aktivitas sehari-hari remaja, seperti sekolah, pola tidur, dan kebiasaan di rumah menjadi terganggu.

Hal serupa juga disampaikan oleh IP4 yang menjelaskan bahwa perlakuan orang tua memengaruhi kondisi emosional remaja sehingga menjadi tidak stabil, kurang percaya diri, menarik diri dari lingkungan, bahkan pada kondisi tertentu muncul keinginan menyakiti diri dan meninggalkan rumah.

Pernyataan tersebut diperkuat oleh informan kunci (IK) yang menyatakan bahwa pengabaian orang tua berdampak pada perubahan perilaku dan aktivitas sehari-hari remaja, seperti menjadi lebih tertutup, kurang percaya diri, menurunnya semangat dan fokus, sering menyendiri, serta mencari kenyamanan di luar rumah bersama teman sebaya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan observasi terhadap informan utama, pendukung, dan kunci, penelitian menunjukkan bahwa remaja mempersepsikan pola asuh orang tua cenderung berbentuk otoriter dan mengabaikan/lalai. Pola asuh otoriter ditandai hubungan keluarga yang kurang harmonis, komunikasi satu arah, tuntutan dan kontrol tinggi, kemarahan,

bentakan, hinaan, serta pemberian hukuman ketika remaja melakukan kesalahan. Kondisi tersebut menimbulkan rasa takut, cemas, rendah diri, kesulitan mengungkapkan pendapat, kecenderungan memendam masalah, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Sementara itu, pola asuh mengabaikan/lalai ditandai rendahnya perhatian, dukungan emosional, komunikasi, dan keterlibatan orang tua dalam kehidupan remaja. Akibatnya, remaja merasa tidak dipahami, tidak dihargai, kesepian, serta lebih memilih memendam masalah atau mencari dukungan dari teman sebaya. Temuan ini menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak menyeimbangkan kontrol, kehangatan, perhatian, dan responsivitas dapat meningkatkan kerentanan psikologis remaja.

Temuan mengenai pola asuh otoriter sejalan dengan teori Baumrind yang dikembangkan oleh Martin (1983), yang menjelaskan pola asuh berdasarkan dimensi *demandingness* (tuntutan/kontrol) dan *responsiveness* (kehangatan, perhatian, dan respons terhadap kebutuhan anak). Pola asuh otoriter memiliki *demandingness* tinggi tetapi *responsiveness* rendah, sehingga orang tua lebih menekankan kepatuhan, aturan, dan hukuman daripada komunikasi terbuka serta dukungan emosional. Kondisi ini sesuai dengan hasil penelitian, yaitu remaja sering dimarahi, dibentak, dihina, bahkan mengalami hukuman fisik maupun verbal sehingga merasa takut, sedih, kecewa, kehilangan kepercayaan diri, dan kesulitan mengekspresikan perasaan. Temuan tersebut diperkuat Raziansyah et al. (2025) yang menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dan komunikasi keluarga yang kurang efektif berkaitan dengan meningkatnya masalah mental emosional, stres, kecemasan, dan rendahnya kepercayaan diri remaja. Jeong (2025) juga menjelaskan bahwa rendahnya dukungan emosional dan dominannya perilaku menghakimi orang tua meningkatkan risiko kecemasan, depresi, serta kesulitan regulasi emosi. Demikian pula Ningrum et al. (2023) menemukan bahwa pola asuh keras dan penuh tekanan meningkatkan risiko kecemasan, stres, depresi, rendah diri, serta kesulitan membangun hubungan sosial.

Pada pola asuh mengabaikan/lalai, hasil penelitian menunjukkan bahwa rendahnya perhatian, dukungan emosional, komunikasi, dan keterlibatan orang tua menyebabkan remaja merasa tidak menjadi prioritas, tidak memiliki ruang aman untuk bercerita, serta harus menghadapi permasalahan secara mandiri. Situasi tersebut mendorong remaja menjadi tertutup, menyendiri, kehilangan semangat, mengalami penurunan konsentrasi dan kepercayaan diri, serta lebih rentan terhadap stres dan kecemasan. Temuan ini sesuai dengan konsep *neglectful/uninvolved parenting* yang dicirikan oleh rendahnya *demandingness* dan *responsiveness*, sehingga kebutuhan emosional anak kurang terpenuhi. Jeong (2025) menegaskan bahwa dukungan keluarga, komunikasi terbuka, dan perhatian merupakan faktor protektif terhadap masalah kesehatan mental, sedangkan Maulia et al. (2024) menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak konsisten dan minim perhatian dapat memperburuk kondisi psikologis dan perilaku anak. Temuan ini juga sejalan dengan Haniyah et al. (2022) yang mengaitkan kurangnya perhatian, komunikasi, dan dukungan emosional orang tua dengan peningkatan risiko stres, kecemasan, rendah diri, dan kesulitan sosial, serta Azizah et al. (2022) yang menunjukkan bahwa *neglectful parenting* dapat menghambat kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan mengelola emosi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian memperkuat penelitian terdahulu bahwa pola asuh merupakan salah satu faktor penting yang berkaitan dengan kesehatan mental remaja. Putriyani et al. (2025) menunjukkan hubungan pola asuh otoriter dengan meningkatnya masalah mental emosional remaja, sedangkan Safira Afifah et al. (2025) menegaskan bahwa pola asuh merupakan salah satu faktor eksternal yang memengaruhi kesehatan mental. Maulia et al. (2024) juga menunjukkan bahwa keterlibatan, perhatian, dan komunikasi orang tua yang konsisten membantu anak menghadapi masalah secara lebih adaptif. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kontrol dan tuntutan tanpa kehangatan maupun pengabaian kebutuhan emosional sama-sama berpotensi memperburuk kondisi psikologis

remaja. Berdasarkan teori Baumrind yang dikembangkan oleh Maccoby dan Martin (1983), pola asuh yang sehat perlu menyeimbangkan *demandingness* dan *responsiveness* melalui aturan yang jelas, kehangatan, perhatian, komunikasi terbuka, dan dukungan emosional.

Novelty penelitian ini terletak pada penggambaran secara mendalam persepsi remaja dengan gangguan mental mengenai pengalaman pola asuh otoriter dan mengabaikan/lalai dalam konteks kehidupan nyata di Kecamatan Loa Janan, termasuk bagaimana kontrol berlebihan maupun minimnya keterlibatan orang tua dipersepsikan dan dikaitkan dengan perubahan emosional serta perilaku remaja. Penelitian ini menunjukkan bahwa permasalahan tidak hanya berupa keberadaan aturan atau kurangnya perhatian, tetapi terutama terletak pada ketidakseimbangan antara kontrol dan responsivitas orang tua yang menyebabkan remaja kehilangan rasa aman untuk berkomunikasi dan memperoleh dukungan. Berdasarkan temuan tersebut, solusi yang diperlukan adalah penguatan pola asuh suportif melalui komunikasi dua arah, perhatian dan dukungan emosional yang konsisten, penghargaan terhadap pendapat remaja, serta penerapan disiplin tanpa kekerasan. Intervensi tersebut perlu didukung edukasi bagi orang tua, deteksi dini masalah psikologis, dan kolaborasi keluarga, sekolah, serta layanan kesehatan jiwa agar remaja memiliki lingkungan yang aman untuk mengungkapkan masalah dan mengembangkan kemampuan regulasi emosi.

Peneliti berasumsi bahwa pola asuh otoriter dan mengabaikan/lalai bukan satu-satunya penyebab gangguan mental karena kesehatan mental remaja juga dipengaruhi lingkungan pertemanan, pengalaman hidup, kondisi sosial ekonomi, tekanan akademik, dan karakteristik individu. Namun, keluarga merupakan lingkungan utama dalam pembentukan perkembangan emosional dan psikologis remaja. Oleh karena itu, hubungan keluarga yang harmonis, komunikasi terbuka, perhatian, penghargaan, dan dukungan emosional menjadi faktor penting dalam mengurangi kerentanan terhadap stres, kecemasan, depresi, rendah diri, dan penarikan diri sosial. Dengan demikian, penerapan pola asuh yang seimbang antara kontrol dan kasih sayang menjadi strategi penting untuk mendukung kesehatan mental remaja dan mencegah berkembangnya gangguan psikologis yang lebih berat.

4. KESIMPULAN

Pola asuh otoriter ditandai dengan hubungan yang kurang harmonis antara orang tua dan remaja, komunikasi yang cenderung satu arah, sikap keras ketika remaja melakukan kesalahan, serta pemberian hukuman secara verbal maupun fisik. Pola asuh tersebut berdampak terhadap kondisi mental remaja, yang ditunjukkan melalui munculnya rasa takut, kecemasan, rendah diri, kesulitan mengungkapkan perasaan, dan menurunnya kepercayaan diri. Sementara itu, pola asuh mengabaikan atau lalai ditandai dengan kurangnya perhatian, minimnya komunikasi, rendahnya dukungan emosional, serta kurangnya keterlibatan orang tua dalam kehidupan remaja. Kondisi tersebut menyebabkan remaja merasa kesepian dan kurang diperhatikan, cenderung memendam perasaan, serta mengalami perubahan pada kondisi psikologis dan aktivitas sehari-hari.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ardyanti, D., Rahayu, E. P., Amanda, A. A., & Kamiliya, N. (2025). Studi kualitatif: Perilaku remaja akibat broken home. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3), 11412–11419.
- Aji Pamungkas, B., & Dzil Kamalah, A. (2021). Gambaran tingkat depresi pada remaja: Literature review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 2021.
- Amir, L. A. (2024). Perspektif global kesehatan mental kaum pemuda (remaja, adolesen & dewasa awal) di Amerika Serikat, Eropa, Negara Persemakmuran & Asia Tenggara tahun 2024: Sebuah tinjauan pustaka sistematis. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 10(2).

- Arianto, B. (2024). *Triangulasi metoda penelitian kualitatif*. Borneo Novelty Publishing. <https://doi.org/10.70310/q>
- Atiqah, N., Sulhan, A. A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1), 9–36.
- Asri, A. H., & Ernaysiah. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental remaja: Literature review. *AN-NUR: Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 131–145.
- Aisyah, I. K., Adhyka, N., & Yurizal, B. (2024). Analisis kesehatan mental remaja berdasarkan Global School Based Student Health Survey (GSHS) siswa di pesantren modern. *Jurnal Pembangunan Nagari*, 8(2), 198–209.
- Azizah, W. P. (2022). Dinamika psikologis penderita depresi mayor dengan tipe pengasuhan neglectful parenting. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 7(1), 61–68.
- Damayanti, A. N. (2023). Fenomena pola asuh orang tua dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental anak. *Prosiding Seminar Sastra Budaya dan Bahasa (SEBAYA)*, 3.
- Dea, R. G. (2024). Pendekatan metode studi kasus dalam riset kualitatif. *Journal of Local Architecture and Civil Engineering*, 2(2), 50–58. <https://doi.org/10.59810/localengineering>
- Haniyah, F. N., Novita, A., & Ruliani, S. N. (2022). Hubungan antara pola asuh orangtua, teman sebaya, lingkungan tempat tinggal dan sosial ekonomi dengan kesehatan mental remaja. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(7), 242–250. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i7.51>
- Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran kesehatan mental emosional remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 2721–8007.
- Ilham, L. (2022). Dampak pola asuh otoriter terhadap perkembangan anak. *Islamic EduKids: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 63–72.
- Intan Ningrum, R., Ari K, M., & Patemah. (2023). Hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Keperawatan UNPAD*, 10(3), 18.
- Kurniawan, D., Elvi, N., Mu'arifah, I., Robhil, A., & Shum, M. (2022). Analisis eskalasi panic attack and anxiety disorder terhadap kesehatan mental remaja. *BUSYRO: Journal of Broadcasting and Islamic Communication Studies*, 3(2), 89–98.
- Khasanah, P., & Kalifia, A. D. (2024). Hubungan antara kesehatan mental bagi aktivitas sehari-hari. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 333–335.
- Maulia, D. A., Mutias, A. S., Pratama, F. Y., & Kurniawati, D. A. (2024). Studi kasus pola asuh orang tua pada anak yang mengalami gangguan perilaku. *Journal of Professional Elementary Education*, 3(1), 82–90.
- Novita, R., Dian, A., & Bernadetha, B. (2024). Hubungan durasi penggunaan media sosial TikTok dengan tingkat kecemasan pada remaja SMAN 7 Samarinda. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4), 11309–11315. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.34870>
- Nurwela, T. S., & Israfil. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres pada remaja: Literatur review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(4), 697–704.
- Pramono, J. S. (2025). *Langkah cerdas menyusun laporan penelitian kualitatif (Teori dan praktik)*. https://www.google.co.id/books/edition/Langkah_Cerdas_Menyusun_Laporan_Penelit/ptVIEQAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Putriyani, N. K. A., Sawitri, N. K. A., Krisnawati, K. M. S., & Utami, P. A. S. (2025). Hubungan pola asuh orang tua dengan masalah kesehatan mental emosional remaja di SMP Negeri 9 Denpasar. *Community of Publishing in Nursing*, 13(1).

- Qomaruddin, H., & Sa'diyah. (2024). Kajian teoritis tentang teknik analisis data dalam penelitian kualitatif. *Journal of Management, Accounting and Administration*, 1(2), 77–84.
- Rachmadani, A., Sari, H. E., & Freecyilia, G. (2024). Healthcare attitude towards using electronic medical records: Meta analysis. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(6), 4149–4158.
- Rahmawaty Fetty, S. R. P. T. B. M. B. (2022). 4522-Article Text-17301-2-10-20230111. *Jurnal Surya Medika*, 8(2015), 276–281.
- Raziansyah, R., Lani, T., & Silviah, N. (2025). Pola asuh orang tua mencegah masalah mental emosional remaja awal. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 13(1), 2531.
- Roosinda, Lestari, U. (2016). *Metode penelitian kuantitatif* (Vol. 19, Issue 5).
- Simangunsong, D. P., Sihalo, L., Sitanggang, R., Simanjuntak, R., & Naibaho, D. (2024). Memahami perkembangan remaja peka terhadap kesehatan mental. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 3(3), 940–951.
- Suryati, Yelliza Gusti, J. (2024). Kecemasan berbicara di depan umum di kalangan remaja saat ini. *Jurnal Edu Research Indonesian Institute for Corporate Learning and Studies (IICLS)*, 6, 28–35.
- Tasya. (2024). Promosi kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan*, 1(1), 69–77. <https://doi.org/10.70109/jupenkes.v1i1.10>
- URYANI. (2023). Fenomena pola asuh orang tua dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental anak. *SEBAYA*, 29–39. <https://ejournal.unmas.ac.id/index.php/sebaya/article/download/6957/5297>
- Wahyudi, W., Mahesa, A. P., Putri, A. L., Dalimunthe, A. N. A., Widitya, D., & Afifah, S. (2025). Faktor yang mempengaruhi kesehatan remaja di Indonesia: Studi literatur. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1), 503–509. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol4.iss1.1587>
- Yasinta Maria. (2022). Pola asuh orang tua terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. Program Studi PGPAUD STKIP Citra Bakti, 2(1), 56–.