

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH OTORITER DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA SMPN 2 SEMARANG

Alya Hefana Difa¹, Jati Ariati¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof Soedarto, S.H. Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

Email: alyahefana@students.undip.ac.id

ABSTRAK

Persaingan serta tuntutan akademik yang ada di sekolah dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental remaja. Salah satu hal yang dapat membantu meningkatkan kesehatan mental remaja adalah pola asuh orang tua. Pola asuh otoriter merupakan pola asuh yang digunakan oleh mayoritas orang tua di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja SMPN 2 Semarang. Populasi penelitian ini merupakan siswa kelas VII dan VIII SMPN 2 Semarang yang berjumlah 592 siswa. Pengambilan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan Skala Pola Asuh Otoriter (31 aitem valid dengan $\alpha = 0.914$) dan Skala Kesehatan Mental (14 aitem valid dengan $\alpha = 0.850$). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik non-parametrik *Spearman's Rho* dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental ($r_s = -0.467$, $p = <0.001$). Semakin tinggi pola asuh otoriter, maka semakin rendah kesehatan mental dan semakin rendah pola asuh otoriter, maka semakin tinggi kesehatan mental.

Kata kunci: pola asuh otoriter, kesehatan mental, remaja, tuntutan akademik, SMPN 2 Semarang

THE RELATIOSHIP BETWEEN AUTHORITARIAN PARENTING AND MENTAL HEALTH AMONG ADOLESCENTS IN JUNIOR HIGH SCHOOL 2 SEMARANG

Alya Hefana Difa¹, Jati Ariati¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof Soedarto, S.H. Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

Email: alyahefana@students.undip.ac.id

ABSTRAK

Competition and academic demands at school may affect adolescents' mental health. One of the important things that can help improve adolescents' mental health is parenting. Authoritarian parenting is the pattern of parenting used by the majority of parents in Indonesia. This study aims to determine the relationship between authoritarian parenting and adolescent mental health at SMPN 2 Semarang. The population of this study were students in VII and VIII grades of SMPN 2 Semarang, which totaled 592 students. The subjects in this study used cluster random sampling technique. The data collection used Authoritarian Parenting Scale (31 valid items with $\alpha = 0.914$) and Mental Health Scale (14 valid items with $\alpha = 0.850$). Data analysis used in this study used Spearman's Rho non-parametric technique with the results showed there was a significant negative relationship between authoritarian parenting and mental health ($r_s = -0.467$, $p = <0.001$). The higher authoritarian parenting, the lower mental health and the lower authoritarian parenting, the higher mental health.

Keywords: authoritarian parenting, mental health, adolescents, academic demands, junior high school 2 Semarang

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Survey yang dilakukan oleh Indonesian National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 menampilkan bahwa dari tiga remaja di Indonesia satu di antaranya mengalami kesehatan mental yang buruk, sedangkan dari dua puluh remaja di Indonesia satu di antaranya mengalami gangguan mental dalam 12 bulan terakhir (Gloriabarus, 2022). Masa remaja merupakan rentang waktu peralihan dalam periode hidup seseorang yang melekatkan masa anak-anak dan dewasa (Santrock, 2012). Menurut WHO (2023), fase remaja dimulai dari usia 10-19 tahun. Usia ini memungkinkan remaja untuk mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, sosial, dan emosional. Perubahan-perubahan yang dialami dapat mendorong remaja untuk mengalami banyak konflik batin maupun sosial yang disertai dengan perubahan suasana hati. Fase remaja juga merupakan fase pencarian jati diri yang menyebabkan remaja lebih rentan dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya.

Banyaknya waktu yang dihabiskan remaja di lingkungan sekolah membuat sekolah memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. Pernyataan tersebut juga didukung oleh adanya *literature review* yang dilakukan oleh Aldridge dan McChesney (2018) terhadap 48 jurnal, yang mana 46 jurnal di antaranya menyatakan bahwa iklim di lingkungan sekolah memiliki efek yang cukup besar terhadap kesehatan mental remaja, khususnya dalam menekan prevalensi masalah kesehatan mental dan perilaku berisiko serta meningkatkan

kesejahteraan siswa. Kesehatan mental juga dapat berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa di kelas. Baiknya kondisi kesehatan mental akan menghasilkan motivasi belajar yang tinggi, sedangkan kesehatan mental yang buruk akan menghasilkan motivasi menimba ilmu yang rendah (Badaruddin dkk., 2016).

Surat Keputusan Direktorat nomor 2986.1/D3/KP/2016 menunjuk SMPN 2 Semarang sebagai sekolah rujukan (PPD Kota Semarang, 2024). Sekolah rujukan diartikan sebagai sekolah yang menjadi contoh bagi sekolah-sekolah lain di sekitarnya dalam menerapkan penjaminan mutu pendidikan secara mandiri. Sekolah ini memenuhi Standar Nasional Pendidikan (SNP), memiliki atau mencapai indikator-indikator pendidikan yang melampaui SNP, serta memiliki prestasi atau keunggulan baik di bidang akademik maupun non-akademik (Amin dkk., 2021). Hingga saat ini SMPN 2 juga masih mempertahankan statusnya sebagai “sekolah favorit” yang diberikan oleh masyarakat. Menurut Khoironi dan Sudrajat (2023), sekolah favorit merupakan sekolah yang didominasi oleh kalangan kelas atas dan golongan anak pandai yang beradu dalam segi kepintaran maupun materi.

Wawancara singkat yang dilakukan kepada 5 guru di sekolah yang berbeda, yaitu SMPN 10, SMPN 24, SMPN 39, dan SMPN 19 Semarang menyatakan bahwa hingga saat ini remaja di SMPN 2 Semarang dianggap lebih unggul daripada remaja di sekolah lain dalam hal prestasi. Hal ini dibuktikan dengan hasil laporan rapor pendidikan SMPN 2 Semarang pada tahun 2024 yang menempatkan SMPN 2 Semarang pada peringkat atas nasional dalam kemampuan literasi, numerasi,

karakter, kualitas pembelajaran, partisipasi warga satuan pendidikan, dan pengalaman pelatihan pengajar .

Tingginya populasi anak pandai di SMPN 2 membuat SMPN 2 tidak lepas dari persaingan. Persaingan tersebut terjadi dengan berbagai cara, mulai dari guru yang memasang “karya terbaik” siswa di dinding kelas, adanya kuis materi sebelum ujian, hingga kompetisi yang lebih berisiko tinggi seperti bersaing untuk mendapatkan peran dalam pidato perpisahan atau penerimaan ke perguruan tinggi (Kowalski & Christensen, 2019). Persaingan tersebut digunakan sebagai sarana untuk mendorong siswa agar berprestasi serta menekan siswa untuk mendapatkan nilai yang lebih tinggi agar sekolah mampu mempertahankan akreditasi dan status mereka (Kristensen dkk., 2015; Subramani & Kadhiravan, 2017). Hal tersebut selaras dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada tujuh siswa SMPN 2 Semarang yang menyatakan bahwa mereka kerap mendapatkan banyak tugas dari sekolah. Tidak jarang tugas-tugas tersebut dimanfaatkan sebagai ajang perlombaan oleh pihak sekolah. Tugas yang diberikan dapat bersifat individual maupun kelompok, seperti pekerjaan rumah, kuis, lomba menghias kelas, lomba tari antar kelas, pertunjukan drama musikal antar kelas, dan masih banyak lagi. Adanya tugas tersebut memicu munculnya persaingan antar siswa SMPN 2 untuk saling berlomba menjadi yang terbaik, baik di kelas maupun di sekolah. Dari perspektif behavioris, jenis persaingan ini dapat dianggap sebagai sumber motivasi yang mendorong upaya menuju imbalan dalam memenangkan persaingan (Kowalski & Christensen, 2019).

Menurut Horney dan Ryckman dkk. (dalam Li dkk., 2022), persaingan dapat dibedakan menjadi persaingan yang tidak membahayakan dan persaingan yang membahayakan. Persaingan yang tidak membahayakan dimaknai sebagai persaingan yang dapat meningkatkan motivasi pembelajaran, minat, kompetensi, dan prestasi siswa (Burguillo, 2010). Sebaliknya, persaingan yang membahayakan merupakan persaingan yang dapat membuat beberapa siswa merasa diistimewakan, mendorong siswa untuk mengisolasi diri mereka, menghadirkan pengucilan serta memecah belah siswa, dan membuat siswa menjadi patah semangat yang akhirnya akan berdampak negatif terhadap proses belajar mereka (Olitsky, 2011). Ketatnya persaingan di kelas unggulan membuat siswa menjadi stres yang pada akhirnya berdampak terhadap penurunan motivasi, konsentrasi, suasana hati, dan peningkatan konflik (Hanum dkk., 2016; Rahmawati, 2016). Pada dunia pendidikan, menurunnya motivasi, konsentrasi, dan perilaku negatif disebut dengan stres akademik.

Siswa yang mengalami stres akademik tidak dapat mengatasi tuntutan akademik dan menganggapnya sebagai gangguan (Barseli dkk., 2017). Menurut Izzati dkk. (2020), stres akademik dapat membahayakan keadaan fisik dan mental. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh Nurmalasari dkk. (2016) mengenai stres akademik pada salah satu sekolah Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI) di Lembang, menunjukkan hasil bahwa anak-anak di sekolah RSBI memiliki stres akademik yang cukup tinggi karena banyaknya tugas sekolah yang harus dikerjakan. Hosseinkhani dkk. (2020) melaporkan bahwa stres akademik yang

disebabkan oleh kondisi keluarga dapat berimbas serius terhadap kesehatan mental siswa.

Kesehatan mental merupakan keadaan kesejahteraan individu yang membuat individu dapat berani dalam menghadapi tantangan hidup, mengenali kapabilitas yang dimiliki, memiliki dedikasi tinggi terhadap kegiatan belajar dan bekerja, dan berpartisipasi dalam kegiatan kelompoknya (World Health Organization, 2022). Menurut Lyons (dalam Deasyanti & Muzdalifah, 2021), indikator sehat mental dari perspektif psikologi positif secara umum adalah kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being*. Diener (dalam Effendy, 2016), mengemukakan *subjective well-being* sebagai bagian evaluasi kognitif (kepuasan hidup) dan afektif (kebahagiaan) dalam kehidupan seseorang. Artinya, individu dengan kesehatan mental yang baik adalah individu yang menunjukkan kepuasan hidup, kebahagiaan, dan absen dari gejala psikologis negatif.

Riset yang dikerjakan Haniyah dkk. (2022), menegaskan bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh pola asuh orang tua. Peran pola asuh orang tua dalam mengasuh anak adalah aspek fundamental dalam menjaga kesehatan mental remaja karena remaja tumbuh dan dibesarkan oleh orang tuanya, sehingga kepribadian mereka bergantung pada bagaimana orang tua mereka membesarkan mereka. Menurut Baumrind (dalam Assyifa & Herwanto, 2023), bimbingan serta dukungan yang diberikan orang tua kepada anak hingga mereka berkembang menjadi dewasa disebut pola asuh. Dukungan terhadap pertumbuhan berbagai aspek perkembangan anak, seperti prinsip moral dan keagamaan, bahasa, kecerdasan, psikomotorik, artistik, dan sosio-emosional dapat diwujudkan melalui

pemberian pola asuh (Fadlillah & Fauziah, 2022). Menurut Baumrind (1966), ada tiga jenis gaya pengasuhan, di antaranya adalah permisif, otoritatif, dan otoriter.

Pola pengasuhan di Indonesia sering kali bersifat patriarkial yang mana Ayah lebih memegang peran dominan dalam keluarga, termasuk pengasuhan (Riany dkk., 2017). Riany dkk. (2017) menambahkan bahwa pola asuh yang diberikan Ayah di Indonesia, terutama Ayah yang bersuku Jawa dan Ayah yang bersuku Sunda adalah pola asuh otoriter. Penelitian lain yang dilakukan Joewono (2002), menunjukkan bahwa Ibu di Indonesia yang bekerja sebagai profesional memiliki kecenderungan untuk menerapkan pola asuh otoriter pada anaknya. Oleh sebab itu, penelitian yang dilakukan akan berfokus pada pola asuh otoriter, yaitu pola asuh yang mengacu pada gaya asuh orang tua yang cukup ketat.

Van Vleet dan Bodman (2016), mencirikan pola asuh otoriter dengan perilaku kontrol yang dominan dan minimnya tingkat kedekatan serta dukungan orang tua. Pola asuh otoriter akan menempatkan orang tua pada posisi teratas dalam hierarki keluarga dengan harapan anak akan memberikan rasa patuh serta hormat yang tinggi (Van Vleet & Bodman, 2016). Diana Baumrind (dalam Singh Jadon & Tripathi, 2017) berpendapat bahwa anak yang diasuh secara otoriter lebih banyak murung, kurang ceria, dan lebih rentan terhadap stres serta depresi. Riset yang dilakukan Ilham (2022), juga menunjukkan adanya pengaruh pola asuh otoriter terhadap rendahnya kemampuan akademik anak, ketakutan anak dalam mengambil keputusan, sulitnya anak untuk diatur, anak menjadi penakut dan tidak percaya diri, anak suka bicara sendiri, dan anak senang berlama-lama di luar rumah.

Pola asuh otoriter juga berkontribusi dalam munculnya gangguan psikopatologis pada anak (Ghosh, 2021). Studi pendahuluan yang dilakukan oleh Lubis dan Mahendika (2023), terhadap 500 remaja yang berasal dari beragam institusi pendidikan tinggi di wilayah Jawa Barat menunjukkan hasil bahwa pola asuh otoriter berdampak terhadap buruknya kesehatan mental, harga diri yang negatif, dan terpengaruh tekanan teman sebaya. Hal ini bertentangan dengan temuan penelitian Devita (2020) pada 266 remaja di Kelurahan Tuah Karya, Riau, yang menemukan bahwa orang tua yang otoriter dapat terus menggunakan pola asuh otoriter untuk menjaga anak dari masalah mental emosional, terutama ketika remaja mulai menunjukkan perilaku negatif yang dapat menyebabkan masalah mental emosional.

Ketidakcocokan antara temuan penelitian sebelumnya mendorong peneliti untuk mencari hubungan pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja di SMPN 2 Semarang yang dipenuhi oleh remaja berprestasi. Tidak adanya penelitian khusus yang membahas mengenai hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja yang bersekolah di SMPN 2 Semarang juga menjadi alasan lain yang membuat peneliti tertarik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran yang ada, rumusan permasalahan dalam riset ini yaitu, apakah terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja di SMPN 2 Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja yang bersekolah di SMPN 2 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Harapannya, penelitian ini dapat memberi solusi serta memberikan peran dalam perluasan materi dalam studi psikologi positif mengenai variabel kesehatan mental, psikologi keluarga mengenai variabel pengasuhan orang tua, dan psikologi pendidikan mengenai isu kesehatan mental yang ada di SMPN 2 Semarang sebagai sekolah rujukan yang dipenuhi oleh remaja berprestasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Menyediakan informasi serta analisis mendalam tentang kaitan antara pola asuh otoriter dan kesehatan mental remaja, agar para remaja lebih peka dan bijak dalam mengelola kesehatan mental mereka.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan landasan teoretis serta metodologis bagi peneliti yang ingin meneliti mengenai hubungan antara pola asuh otoriter dengan kesehatan mental remaja serta topik yang terkait.

c. Bagi Lokasi Penelitian

Riset ini dapat menjadi referensi bagi SMPN 2 Semarang untuk dapat memperhatikan kesehatan mental para siswanya.