

POLA ASUH ORANG TUA DENGAN TINGKAT DEPRESI REMAJA KELAS XI SMA NEGERI 2 TUBAN

Eryna Febriyanti¹⁾, Titik Sumiatin²⁾, Su'udi³⁾, Wahyuningsih Triana Nugraheni⁴⁾
Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Kampus Tuban Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya
Email Korespondensi : erynaff.sch@gmail.com

ABSTRAK

Depresi dikategorikan sebagai salah satu isu kesehatan mental yang signifikan di kalangan remaja dan semakin meningkat secara global. Menurut laporan World Health Organization (2023), tingkat prevalensi depresi yang terjadi pada remaja rentang usia 15-19 tahun mencatatkan angka sebesar 3,4%. Sementara di Indonesia, depresi tercatat dialami sekitar 1,4% populasi, dengan rentang usia 15-24 tahun sebagai kelompok masyarakat yang paling berisiko. Di antara beragam faktor psikososial yang ada, pola asuh orang tua memegang peranan penting terhadap munculnya depresi pada remaja. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dan tingkat depresi pada remaja kelas XI di SMA Negeri 2 Tuban. Penelitian ini menerapkan rancangan kuantitatif korelasional melalui pendekatan *cross-sectional* serta pengumpulan data secara retrospektif. Populasi penelitian berjumlah 323 remaja, sampel yang diambil berjumlah 179 remaja. Penentuan sampel dilakukan melalui metode *random sampling* yang memanfaatkan kuesioner Google Form, yang kemudian dianalisis menggunakan pengujian statistik *Chi-Square*. Berdasar dari hasil penelitian diketahui hampir seluruh responden (86,0%) memiliki orang tua yang pola asuhnya demokratis, hampir seluruh responden (84,4%) tidak mengalami depresi dan sebagian kecil (15,1%) mengalami depresi ringan. Adanya hubungan antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja terkonfirmasi melalui hasil uji Chi-Square yang memperoleh nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Hampir seluruh orang tua dari remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban menerapkan pola asuh demokratis sehingga hampir seluruh remaja tidak mengalami depresi. Pola asuh demokratis terbukti berperan dalam menjaga kesehatan mental remaja. Hal ini dipengaruhi oleh layanan sekolah berupa Bimbingan Konseling (BK) yang berperan memberikan edukasi *parenting* dan fasilitas terkait perkembangan akademik murid.

Kata Kunci : Pola asuh, Tingkat depresi, Remaja

ABSTRACT

Depression is classified as one of the most significant mental health issues among adolescents and is on the rise globally. According to a World Health Organization report (2023), the prevalence rate of depression among adolescents aged 15–19 stands at 3.4%. Meanwhile, in Indonesia, depression affects approximately 1.4% of the population, with those aged 15–24 being the group at highest risk. Among the various psychosocial factors, parenting styles play a significant role in the onset of depression in adolescents. Given this, this study

was conducted to examine the relationship between parenting styles and levels of depression among adolescents in grade XI di SMA Negeri 2 Tuban. This study employed a quantitative correlational design using a cross-sectional approach and retrospective data collection. The study population consisted of 323 adolescents, and the sample comprised 179 adolescents. The sample was selected using random sampling via a Google Forms questionnaire, and the data were analyzed using the chi-square test. Based on the research findings, it was found that nearly all respondents (86.0%) had parents who practiced democratic parenting, nearly all respondents (84.4%) did not experience depression, and a small proportion (15.1%) experienced mild depression. The existence of a relationship between parenting styles and levels of depression in adolescents was confirmed by the results of the Chi-Square test, which yielded a p-value of <0.001 ($p < 0.05$). Nearly all parents of 11th-grade students at Tuban State High School No. 2 practice a democratic parenting style, resulting in nearly all of these students being free from depression. A democratic parenting style has been shown to play a role in maintaining adolescents' mental health. This is influenced by the school's Guidance and Counseling (BK) services, which provide parenting education and support for students' academic development.

Keywords: Parenting style, Depression level, Adolescent

PENDAHULUAN

Dalam dinamika perkembangan masyarakat modern, kesehatan mental remaja menjadi isu penting di abad ke – 21 ini, hal tersebut sehubungan dengan meningkatnya angka depresi. Menurut *World Health Organization* (2023) setidaknya 3,8% populasi mengalami depresi, populasi remaja usia 15 – 19 tahun diperkirakan sebanyak 3,4% mengalami depresi, dan lebih dari 700.000 orang memutuskan untuk bunuh diri setiap tahunnya. Tingkat depresi di Indonesia tercatat pada angka 2,63% dan berada di urutan ke-184.

Kasus depresi ini menjadi penyebab kematian terbanyak keempat pada rentan usia 15-29 tahun menurut dari WHO (2023) . Di Indonesia, menurut dari Survei Kesehatan Indonesia , tingkat prevalensi terjadinya depresi di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 1,4% dan kelompok usia yang paling rentan pada kelompok usia 15 hingga 24 tahun dengan prevalensi sebesar 2%. Menurut Data Riskesdas tahun 2018 Pada tahun 2018, provinsi Jawa Timur mencatat bahwa tingkat masalah kesehatan mental emosional seperti cemas, depresi, dan gangguan emosi telah mencapai 4,53% di kalangan remaja yang berusia 15 hingga 19 tahun. Sementara itu, kesehatan mental di Jawa Timur untuk warga berusia lebih dari 15 tahun mencatat sekitar 1 juta individu yang mengalami masalah depresi. Di Kabupaten Tuban, Dinas Kesehatan, Pengendalian Penduduk, dan Keluarga Berencana (Dinkes P2KB Tuban) di tahun 2024 melaksanakan skrining kesehatan di masing masing puskesmas yang menyasar usia produktif mulai usia 15 tahun. Hasil skrining tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 254 orang mengalami gejala Orang Dengan Masalah Kesehatan Mental (ODMK) ringan seperti cemas, stres, dan depresi. Namun, data tersebut belum merinci berapa persen remaja (15–19 tahun) yang mengidap depresi, sehingga perlu penelitian lanjutan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa permasalahan kesehatan mental termasuk depresi tidak hanya terjadi di kelompok usia dewasa, tetapi juga muncul di usia remaja. Hal ini diperkuat dengan hasil survei awal yang dilakukan di SMA Negeri 2 Tuban menggunakan kuisioner depresi HAM-D. Dari 17 Remaja kelas XI berusia 16 – 18 tahun yang menjadi responden, diperoleh hasil bahwa sebanyak 15 Remaja tidak mengalami depresi, namun menunjukkan gejala depresi, seperti kadang merasakan sedih, menyalahkan diri sendiri, merasa hidup tidak berarti, kesulitan tidur, serta mengalami cemas dan gelisah. Selain itu, sebanyak 2 Remaja teridentifikasi mengalami depresi ringan dengan gejala yang hampir serupa namun lebih berat serta disertai adanya pikiran untuk

mengakhiri hidup dan riwayat percobaan bunuh diri. Dari hasil survey meskipun hanya 2 Remaja yang terindikasi depresi ringan, kondisi tersebut tetap perlu mendapatkan perhatian serius. Secara presentase, 2 dari 17 Remaja setara dengan 11,8% angka yang tidak dapat dianggap kecil. Dari hasil survey awal juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami gejala depresi, sehingga menandakan adanya kerentanan masalah kesehatan mental pada remaja yang berpotensi berkembang apabila tidak mendapat perhatian dan penanganan yang tepat. Keadaan ini dipengaruhi oleh beragam faktor yang memicu timbulnya depresi pada usia remaja.

Munculnya rasa sedih yang secara terus-menerus, penurunan antusiasme, serta berkembangnya persepsi buruk mengenai kualifikasi diri dan masa depan merupakan indikator utama seseorang dalam mengalami depresi (APA, 2013; Beck, 1987). Terjadinya depresi pada usia remaja dapat dipicu oleh beragam determinan, yang meliputi aspek genetik, biologis, dan faktor psikososial baik lingkungan rumah ataupun lingkungan sosial. Penelitian ini difokuskan pada faktor psikososial lingkungan rumah yaitu bentuk pengasuhan dari orang tua, sebab lingkungan keluarga menjadi fondasi utama yang bersifat lebih stabil dan berkelanjutan dalam kehidupan remaja dan secara konseptual, sebagai unit terkecil dalam masyarakat, keluarga berperan sebagai wahana utama dan paling awal bagi kehidupan anak pada proses tumbuh kembangnya. Rumah menjadi tempat awal pembentukan nilai, karakter, serta perkembangan emosional sebelum anak berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas. Pola asuh membentuk dasar perkembangan kepribadian dan cara remaja menghadapi stres sehingga secara teoritis memiliki hubungan yang kuat dengan tingkat depresi.

Penelitian ini penting untuk dilaksanakan karena tren meningkatnya kasus depresi di kalangan remaja dapat berdampak serius pada berbagai bidang kehidupan, termasuk pendidikan, interaksi sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Adanya penatalaksanaan pola asuh yang lebih baik dapat Penelitian ini penting untuk dilaksanakan karena tren meningkatnya kasus depresi di kalangan remaja dapat berdampak serius pada berbagai bidang kehidupan, termasuk pendidikan, interaksi sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Adanya penatalaksanaan pola asuh yang lebih baik dapat dirancang untuk mendukung orang tua dalam megasuh serta mendidik anak-anak mereka. Kesadaran dan pemahaman mengenai pola asuh yang efektif serta dukungan keluarga dapat membantu mengurangi tingkat depresi dan meningkatkan kualitas kesehatan mental remaja (Kurniawati *et al.*, 2025). Untuk mengatasi depresi remaja terdapat upaya yang dapat diwujudkan melalui pendekatan promotif serta prefentif. Upaya dalam promotif bisa di laksanakan melalui kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan mental pada remaja yang bertujuan memperkuat pemahaman, kesadaran, dan kapasitas remaja dalam mendeteksi serta merespons masalah kesehatan jiwa sedini mungkin. Sedangkan upaya preventif bisa diwujudkan dengan melalui skrining dini kesehatan mental remaja, sehingga gejala depresi dapat terdeteksi lebih awal dan mendapatkan penanganan yang lebih tepat sebelum berkembang menjadi kondisi lebih berat.

METODE PENELITIAN

Metode analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional dan retrospektif digunakan dalam penelitian ini.

A. Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (Independen)
Pola asuh orang tua.
2. Variabel terikat (Dependen)
Tingkat depresi remaja.

B. Rancangan Sampel

1. Populasi

Seluruh remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban sebanyak 323 Remaja,

2. Sampel

Besar sampel dihitung dengan rumus Slovin. Sampel pada penelitian pada sebagian remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban, yang diambil menggunakan rumus besar sampel.

3. Besar Sampel

Sampel yang digunakan sebanyak 179 responden yang diperoleh dari perhitungan rumus Slovin

4. Teknik Sampling

Teknik sampling dengan cara *probability sampling*.

C. Instrumen Penelitian

Penelitian ini mengukur variabel pola asuh orang tua menggunakan kuesioner *Parental Authority Questionnaire* (PAQ), sedangkan tingkat depresi diukur menggunakan instrumen *Hamilton Depression Rating Scale* (HDRS).

Kuisisioner *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) berisi 30 pertanyaan, pada tiap-tiap bentuk pola asuh, baik otoriter, demokratis, maupun permisif memiliki 10 pertanyaan. Pertanyaan no 1 – 10 adalah pertanyaan mengenai pola asuh otoriter, pertanyaan no 11 – 20 adalah pertanyaan tentang pola asuh demokratis, pertanyaan no 21 – 30 adalah pertanyaan tentang pola asuh permisif. Tiap pertanyaan diberi skor 1 – 5, dan akan di total untuk menentukan kategori pola asuh yang cenderung paling dominan. Untuk kuisisioner tingkat depresi menggunakan *Hamilton Rating Scale for depression*, dengan jumlah 17 soal dan tiap soal memiliki nilai yang berbeda, hasilnya akan empat kategori berdasarkan rentang skornya, yaitu depresi minimal atau tidak ada depresi (skor di bawah 17), depresi ringan (skor 18–24), depresi sedang (skor 25–34), dan depresi berat (skor 35–52).

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.2 Distribusi Pola Asuh Orang Tua Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Tuban Bulan Maret 2026

Jenis Pola Asuh Orang Tua	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Pola Demokratis	154	86,0
Pola Asuh Otoriter	18	10,0
Pola Asuh Primitif	7	3,9
Total	179	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui hampir seluruh remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban memiliki pola asuh demokratis sebanyak 154 (86,0%), dan sebagian kecil memiliki pola asuh otoriter dan permisif sebanyak 25 (13,9%).

Tabel 4.3 Distribusi Tingkat Depresi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Tuban Bulan Maret 2026

Tingkat Depresi Remaja	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak Ada Depresi	151	84,3
Depresi Ringan	26	14,5
Depresi Sedang	2	1,1

Depresi Berat	0	0
Total	179	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui hampir seluruh remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban tidak mengalami depresi sebanyak 151 (84,3%), dan tidak ada satupun yang mengalami depresi berat.

Tabel 4.4 Tabulasi Silang Jenis Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Depresi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Tuban Bulan Maret 2026

Jenis Pola Asuh Orang Tua	Tingkat Depresi Remaja								Total	
	Tidak Depresi	Ada	Depresi Ringan		Depresi Sedang		Depresi Berat			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Pola Asuh Otoriter	13	72,2	4	22,2	1	5,6	0	0	18	100
Pola Asuh Demokratis	135	87,7	19	12,3	0	0	0	0	154	100
Pola Asuh Permisif	3	42,9	4	57,1	0	0	0	0	7	100
Total	151	84,4	27	15,1	1	0,6	0	0	179	100
Uji Chi Square $p < 0.001 (< 0.05)$ N = 179										

Uji Chi Square $p < 0.001$ (< 0.05) $N = 179$

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa hampir seluruh remaja yang pola asuh nya demokratis tidak mengalami depresi yaitu sebanyak 135 responden (87,7%), sedangkan pada pola asuh yang otoriter sebagian kecil mengalami depresi ringan sebanyak 4 responden (5,1%), dan pada pola asuh otoriter sebagian kecil mengalami depresi sedang sebanyak 1 (5,6%)

PEMBAHASAN

A. Jenis Pola Asuh Orang Tua Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Tuban

Pola asuh demokratis teridentifikasi diterapkan oleh sebagian besar orang tua siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tuban. Di sisi lain, variasi pola asuh seperti otoriter dan permisif hanya ditemukan pada sebagian kecil responden, yang menandakan adanya variasi meskipun tidak signifikan

B. Tingkat Depresi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Tuban

Berdasarkan hasil penelitian mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban berada dalam keadaan kesehatan mental yang optimal. Hal ini didukung oleh data yang menunjukkan sebagian besar tingkat depresi yang sangat rendah dan nihilnya kasus depresi tingkat berat pada kelompok tersebut.

C. Analisis Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Depresi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Tuban

Hasil analisis statistik menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan nilai signifikansi $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini membuktikan adanya hubungan yang bermakna antara bentuk pola asuh yang diterapkan orang tua dengan tingkat depresi pada remaja. Namun, karena terdapat *expected count < 5* maka hasil uji alternatif *Fisher-Freeman-Halton Exact Test*, diperoleh nilai p sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara jenis pola asuh orang tua dan tingkat depresi pada remaja.

KESIMPULAN

1. Hampir seluruh remaja di kelas XI SMA Negeri 2 Tuban mempunyai pola asuh orang tua yang demokratis .
2. Hampir seluruh remaja kelas XI SMA Negeri 2 Tuban tidak mengalami depresi dan sebagian kecil mengalami depresi ringan.
3. Terdapat hubungan signifikan pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja yang berdasarkan hasil uji *Chi-square* yang nilainya $p < 0,001$ ($p < 0,05$) .

SARAN

1. Bagi institusi sekolah dapat meningkatkan perhatian terhadap kesehatan mental remaja dengan cara: Mempertahankan program edukasi mengenai kesehatan mental dan pencegahan depresi pada remaja melalui peran guru BK dalam melakukan deteksi dini terhadap remaja yang mengalami masalah emosional.
2. Bagi siswa dapat : Melatih kecakapan dalam mengendalikan emosi serta tekanan psikologis secara konstruktif. Aktif dalam mengikuti aktivitas yang mendukung kesehatan mental seperti kegiatan sosial, olahraga, dan hobi. Mencari bantuan profesional apabila mengalami gejala depresi
3. Bagi peneliti selanjutnya bisa : Menambahkan variabel lain yang dapat mempengaruhi depresi, seperti dukungan sosial, stres akademik, atau faktor ekonomi. Menggunakan desain penelitian yang lebih mendalam seperti longitudinal untuk melihat perubahan kondisi psikologis remaja dari waktu ke waktu

DAFTAR PUSTAKA

- Aviva Ainur Rohma, Siti Sholikhah, A.M. (2025) 'Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Remaja'. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)* 11, no. 3 (2025): 556–562.
- Baumrind, D. (1927) 'Child Care Practices Antecedent Three Patterns of Preschool Behavior'. *Genetic Psychology Monographs* 75, no. 1 (1967): 43–88.
- Billy Nugroho¹, Lydia Suliyanto Wijaya^{2*}, Tia Melandri³, D.I.R. and Soetikno, N. (2024) 'Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Kecemasan Anak Berhadapan Hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak'. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 8, no. 1 (2024): 131–151.
- Cahaya, A.L. *et al.* (2026) 'Dampak Pola Asuh Orang Tua terhadap Pembentukan Perilaku Remaja'. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 4, no. 1 (2026): 143–153
- Fira Mutiara Anugrah, L.O.M. (2025) 'The Relationship Between Authoritarian Parenting And Stress Levels Among Indonesian Adolescents: A Cross-Sectional Study Hubungan Pola Asuh Otoriter dengan Tingkat Stres pada Remaja di Indonesia: Studi Cross- Sectional'. *Journal of Community Mental Health and Public Policy* 7, no. 2 (2025): 108–116.
- Herman, F., Ulfa, M. and Amalia, W. (2023) 'Hubungan Jenis Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kejadian Depresi Pada Remaja Usia 16–18 Tahun Di SMA Negeri 2 Bondowoso', *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(1), pp. 38–52. DOI :

<https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss1.668>.

- Hidayanti, D., Febriana, B. and Setyowati, W.E. (2023) 'Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua'. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung* 2, no. 1 (2023): 393–401.
- Ilmiah, J. *et al.* (2025) 'Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Kesehatan Mental Anak Usia Sekolah'. *Jurnal Ilmiah Keperawatan* (2025)
- Jannah, K., Hastuti, D. and Riany, Y.E. (2022) 'Parenting style and depression among students : The mediating role of self-esteem'. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 7, no. 1 (2022): 39–50. DOI : <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.9885>.
- Kurniawati, R. *et al.* (2025) 'Peran Dukungan Keluarga Pada Kesehatan Mental Remaja: Implementasi dalam Bimbingan dan Konseling', *PENSOS: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Pendidikan Sosiologi* 3, no. 1 (2025): 27–37 DOI: <https://doi.org/10.59098/pensos.v3i1.2090>.
- Lani, T., Silviah, N. and Martapura, S.I. (2025) 'Pola Asuh Orang Tua Mencegah Masalah Mental Emosional Remaja Awal'. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan* (2025): 25–32
- PUTRI, M.F. (2025) 'Dampak Pola Asuh Permisif terhadap Regulasi Emosi pada Remaja SMP'. *Jurnal Psikologi dan Konseling* 5, no. September (2025): 137–145.
- Shobbriti, A.P., Wibisono, A. and Faridah, I. (2023) 'Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tingkat Stres Pada Anak Usia Remaja di SMAN 6 Kota Tangerang'. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(3), pp. 125–127.
- Suryandari, S. (1994) 'Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Kenakalan Remaja'. *Jurnal Psikologi* (1994): 98–110.
- Suteja, J. (2017) 'Dampak Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak'. *Jurnal Pendidikan Anak* 3, no. 1 (2017).
- Wang, Y. and Ci, F. (2024) 'The Effect of Parenting Style on Depression : The Mediating Role of Life History Strategies'. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences* 13, no. 5 (2024): 214–221.