

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH ORANG TUA DENGAN TINGKAT DEPRESI REMAJA DI SMK 10 NOVEMBER SEMARANG

Yuhanda Safitri¹, Ns Eny Hidayati, S.Kep. M.Kep²

1. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu keperawatan Dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Kampus UNIMUS Kedungmundu, Semarang 50273, Indonesia
2. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu keperawatan Dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Kampus UNIMUS Kedungmundu, Semarang 50273, Indonesia
Email : eni.hidayati82@gmail.com

Abstrak

Remaja perlu dipersiapkan sejak dini baik secara mental maupun secara spiritual. Secara mental remaja diharapkan mampu memecahkan masalah yang dihadapi. Remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan peran barunya tersebut dapat membuat dirinya labil dan emosional bahkan dapat membuat frustrasi dan depresi. Remaja agar tidak mengalami frustrasi dan depresi dalam memikul tugas perkembangannya maka sangat diperlukan peran dan bantuan dari orang tua yang berupa pola pengasuhan. Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja di SMK 10 Nopember Semarang. Rancangan penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK 10 Nopember Semarang kelas X yang berjumlah 130 anak dengan total populasi. Hasil penelitian didapatkan bahwa pola asuh orang tua sebagian besar demokratis (63,8%), yang otoriter sebanyak 6,9% dan yang permisif sebanyak 0,8%, depresi yang dialami responden sebagian besar kategori ringan (80,0%). Terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi siswa ($p=0,000$). Berdasarkan hasil tersebut orang tua diharapkan dapat menerapkan bentuk pola asuh yang tepat sehingga anak tidak mengalami depresi.

Kata Kunci : Pola asuh, Depresi, Remaja, Orang tua

PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk Indonesia cukup pesat. Jumlah penduduk Indonesia saat ini sebanyak 233 juta jiwa dan 26,8% atau 63 juta jiwa adalah remaja (SKRRI, 2010). Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang mempunyai peran penting di masa yang akan datang dimana mereka diharapkan mampu berprestasi dan mampu menghadapi tantangan-tantangan yang ada pada masa sekarang dan yang akan datang. Remaja perlu dipersiapkan sejak dini baik secara mental maupun secara spiritual. Secara mental remaja diharapkan mampu memecahkan masalah yang dihadapi, diantaranya hambatan, kesulitan, kendala dan penyimpangan dalam kehidupan termasuk dalam kehidupan sosial sesuai dengan tugas perlembangan yang dilaluinya. Perkembangan pada hakekatnya adalah usaha penyesuaian diri yaitu untuk secara aktif mengatasi stres dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah (Sarwono, 2011).

Seiring dengan masa perkembangannya maka remaja memiliki tugas perkembangan yaitu dituntut untuk mempersiapkan diri dalam memasuki masa tersebut agar remaja dapat memiliki keutuhan pribadi dalam arti yang seluas-luasnya. Proses perubahan karena pengalaman dan usia merupakan hal yang terjadi karena dalam proses pematangan kepribadiannya, remaja demi sedikit memunculkan ke permukaan sifat-sifat yang sebenarnya, yang harus berbenturan dengan rangsangan-rangsangan dari luar. Berbagai bentuk benturan antara diri individu remaja dengan rangsangan dari luar ini merupakan bagian dari tugas perkembangan yang harus dijalani oleh remaja sebagai bagian dari lingkungannya (Sarwono, 2011).

Adanya tugas-tugas perkembangan bagi remaja tersebut dapat membuat remaja merasakan beban dalam kehidupannya. Sebagaimana dinyatakan oleh Sofia (2009) bahwa pertumbuhan fisik masa remaja akan diikuti oleh adanya gejala dan permasalahan baik secara medis maupun psikososial. Gejala dan permasalahan ini dapat disebabkan oleh kondisi remaja yang sedang mencari jati diri terhadap norma-norma baru yang berlaku di dalam lingkungannya. Remaja yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan peran barunya tersebut dapat membuat dirinya labil dan emosional bahkan dapat membuat frustrasi dan depresi hingga berperilaku yang

merugikan baik bagi diri sendiri maupun orang lain (Sofia, 2009).

Peran orang tua dalam hal ini dapat berupa bentuk pola asuh yang diterapkan. Pola asuh orang tua adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relative konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan oleh anak, dari segi negatif maupun positif. Pola asuh orang tua merupakan gambaran tentang sikap dan perilaku orang tua dengan anak dalam berinteraksi, serta berkomunikasi selama mengadakan kegiatan pengasuhan. Dalam pengasuhannya, memerlukan sejumlah kemampuan interpersonal dan mempunyai tuntutan emosional yang besar (Monks, dkk, 2007).

Kejadian depresi ini banyak dialami oleh remaja. Di Amerika Serikat tahun 2010 ditemukan 18 juta penduduk mengalami permasalahan depresi dan 20% nya adalah dialami oleh remaja. Di Indonesia belum ada catatan pasti tentang jumlah remaja yang mengalami depresi. Berdasarkan data pada Dinas Kesehatan Kota Semarang tahun 2010 ditemukan terdapat 91.700 (63,84%) dari 143.635 remaja yang memerlukan perawatan konseling yang disinyalir mengalami permasalahan kejiwaan yang salah satunya dalam bentuk depresi (Dinkes Kota Semarang, 2010).

Kejadian depresi pada remaja ini akan sangat berbahaya karena dapat berakibat pada sulitnya remaja untuk konsentrasi atau penurunan daya ingat, hilangnya semangat, perasaan senang dan minat yang tentunya dapat berimplikasi pada pelajaran di sekolahnya (Yosep, 2007). Upaya untuk menetralsir kejadian depresi pada remaja ini maka perlu dukungan dari orang tua dan keluarga besar remaja mampu melewatinya dengan baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Maentiningasih (2008) yang meneliti tentang hubungan *secure attachment* dengan motivasi berprestasi pada remaja mendapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara *secure attachment* dengan motivasi berprestasi pada remaja. *secure attachment* merupakan hubungan keterikatan antara orangtua dan anak dalam hubungan yang nyaman dan aman, dan salah satu bentuk depresi pada remaja adalah adanya penurunan prestasi belajar remaja.

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah diskriptif korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Nursalam, 2008). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan belah lintang (*Cross Sectional*), dimana variabel sebab yaitu pola asuh orang tua dan variabel akibat yaitu depresi remaja diukur dalam waktu yang bersamaan dan sesaat (Notoatmodjo, 2010). Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL

Responden dalam penelitian ini terdiri dari rentang umur antara umur 15 tahun sampai 19 tahun. Hasil selengkapnya disajikan sebagai berikut :

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Remaja Di SMK 10 Nopember Semarang

Umur (tahun)	Frekuensi	Persentase
15	13	10,0
16	69	53,1
17	42	32,3
18	4	3,1
19	2	1,5
Jumlah	130	100

Berdasarkan Tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar umur responden adalah 16 tahun yaitu sebanyak 69 orang (53,1%), dan yang paling sedikit adalah berumur 19 tahun yaitu sebanyak 2 orang (1,5%). Hasil penelitian mendapatkan bahwa semua responden penelitian berjenis kelamin laki-laki.

Pola asuh orang tua dalam penelitian ini ditemukan dalam 4 bentuk pola asuh yaitu otoriter, demokratis, permisif dan campuran. Hasil selengkapnya disajikan pada tabel 2.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Asuh Orang Tua pada Remaja di SMK 10 Nopember Semarang

Pola Asuh	Frekuensi	Persentase
Otoriter	9	6,9
Demokratis	83	63,8
Permisif	1	0,8
Campuran	37	28,5
Jumlah	130	100

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi Remaja di SMK 10 Nopember Semarang

Tingkat Depresi	Frekuensi	Persentase
Ringan	104	80,0
Sedang	26	20,0
Jumlah	130	100

Tabel 4

Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Tingkat Depresi Pada Remaja Di SMK 10 Nopember Semarang

Pola asuh	Depresi				Total	%	X ²	P value
	Ringan	%	Sedang	%				
Otoriter & permisif	1	10,0	9	90,0	10	100	33,38	0,00
Demokratis	72	86,7	11	13,3	83	100		
Campuran	31	83,8	6	16,2	37	100		
Jumlah	104	80,0	26	20,0	130	100		

Hasil uji statistik non parametric dengan uji Chi Square didapatkan nilai p sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja di SMK 10 Nopember Semarang

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mempunyai orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 63,8%. Orang tua yang mengambil pilihan dengan menerapkan pola asuh demokratis dikarenakan cara berfikir orang tua yang sudah tidak lagi kolot dimana hal ini dipengaruhi oleh pendidikan dan lingkungan tempat tinggal orang tua, sebagaimana diketahui bahwa orang tua responden bertempat tinggal di wilayah Semarang dengan pola kehidupan yang sudah modern dan terbukanya berbagai macam sumber informasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hapsari (2006) menemukan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua di SMA Negeri 1 Ungaran sebagian besar adalah dalam kategori demokratis yaitu sebanyak 92,5 %. Pola asuh demokratis yang dilakukan oleh orang tua ditunjukkan dengan memberikan kebebasan terhadap anak tetapi orang tua tetap memberikan batasan-batasan untuk mengendalikan sikap dan tindakan-tindakan anak agar tetap pada aturan yang benar.

Pola asuh demokratis sendiri merupakan suatu bentuk pola asuh dimana anak diberikan suatu kebebasan tetapi orang tua tetap memberikan batasan-batasan untuk mengendalikan sikap dan tindakan-tindakan mereka (Sochib, 2008). Dalam metode demokratis ini komunikasi biasanya berlangsung timbal balik dan berlangsung hangat antara kedua belah pihak. Biasanya remaja dengan pola asuh ini akan mempunyai kesadaran dan tanggung jawab sosial yang tinggi. Orang tua membiasakan kepada anak untuk selalu bermusyawarah tentang tindakan-tindakan yang harus diambil dan menerangkan alasan peraturan yang dibuatnya. Selain itu orang tua juga menjawab setiap pertanyaan yang timbul pada anak, hukuman pada anak dalam pola asuh ini hanya diperlukan jika terdapat bukti mereka

melakukan pelanggaran secara sadar dan menolak melakukan apa yang diharapkan oleh orang tua (Ignatius, 2008).

Pola asuh demokratis yang berhasil biasanya akan membawa dampak kepada hubungan yang saling menghargai, kontrol yang tepat, percaya diri meningkat dan sikap yang asertif antara anak dengan orang tua serta lingkungan sekitarnya. Perubahan-perubahan sosiologis dan teknologis yang begitu pesat membawa dampak yang cukup besar dalam hubungan anak dan orang tua. Hal itu membuat orang tua jarang sekali menerapkan satu macam tipe pola asuh saja tetapi kemungkinan dalam proses pengasuhan anak orang tua memakai salah satu tipe pola asuh yang dominan.

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti berpendapat bahwa proses pembentukan pola asuh orang tua yang demokratis akan dapat berlangsung dengan baik apabila didukung oleh pola komunikasi yang baik yang dikembangkan antara orang tua dengan anak. Pola komunikasi dialogis yang terjadi antara orang tua dan anak-anaknya akan dapat membantu anak untuk memecahkan masalahnya serta menambah kedekatan antara orang tua dengan anak. Demikian halnya dengan pola asuh orang tua pada penelitian ini yang sebagian besar adalah dalam kategori campuran yang mengkombinasikan antara pola asuh demokratis dengan pola asuh yang lain, menurut pendapat peneliti akan mampu membantu pembentukan sikap dan perilaku anak menjadi lebih terarah, mandiri dan mempunyai rasa tanggung jawab terhadap dirinya sendiri dengan tetap memandang orang tua sebagai sosok yang dihormati dan patut untuk dijadikan teladan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat depresi remaja dalam kategori ringan yaitu sebanyak 80 %, sisanya adalah tingkat depresi dengan kategori sedang yaitu sebanyak 20%, sementara yang mengalami depresi berat tidak ada. Depresi ringan yang banyak ditemukan dalam penelitian ini berkaitan dengan model koping yang diterapkan oleh remaja dalam menghadapi masalah dimana dengan banyak bertemu teman maka tekanan yang dirasakan oleh remaja menjadi berkurang. Interaksi dengan kelompok teman sebaya dapat mengurangi rasa tertekan dalam diri remaja dengan melampiaskannya dalam bentuk lain bersama dengan teman sebayanya.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hapsari (2006) yang menemukan bahwa tingkat depresi pada remaja sebagian besar dalam kategori ringan yaitu sebanyak 87,5 %, dan 12,5% mengalami depresi sedang dan tidak ada responden yang mengalami depresi berat. Penelitian Hapsari ini sama-sama mendapatkan sebagian besar tingkat depresi responden dalam kategori ringan.

Banyaknya tuntutan baik di dalam maupun di luar sekolah membuat remaja menjadi tertekan dan hal ini menyebabkan rasa depresi, namun tingkat depresi ini masih kategori ringan, yang dengan tingkat depresi ringan ini diharapkan kepada remaja dapat mencoba mencari solusi terhadap setiap permasalahan yang dihadapi. Depresi dapat diartikan sebagai salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (*affective/mood disorder*) yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan yang tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya (Yosep, 2007). Depresi pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain faktor genetik, faktor biologis serta faktor-faktor sosial seperti masalah perkawinan orang tua, Masalah dengan orang tua, hubungan interpersonal dengan orang tua yang terbentuk dalam pola asuh orang tua maupun teman sebaya, keuangan, penyakit fisik dan lain-lain (Sochib, 2008).

Depresi cenderung banyak terjadi pada remaja karena masa remaja merupakan masa yang penuh kebingungan. Pada saat ini remaja masih dalam tahap pencarian identitas diri sehingga mereka mudah terpengaruh lingkungan sekitar. Selain itu remaja cenderung mudah berubah sikap dan sangat sensitif terhadap suatu informasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Sarwono (2011) yang menyatakan bahwa populasi paling banyak untuk mendapat resiko untuk mengalami depresi adalah golongan usia muda. Peralihan dari anak-anak menjadi remaja, dari remaja menjadi dewasa, dari sekolah ke masa kuliah semuanya terjadi pada saat usia muda. Sehingga tingkat emosional remaja masih tergolong labil dan bias menyebabkan remaja lebih mudah mengalami gangguan kesehatan jiwa atau psikologis khususnya depresi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja sebagian besar hanya mengalami depresi ringan dan untuk sisanya mengalami depresi sedang. Faktor yang menyebabkan timbulnya depresi dalam taraf ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari sehingga menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya (Stuart, 2007). Selain itu depresi ringan juga dipengaruhi oleh adanya kemampuan responden dalam mengelola stress yang ditimbulkan dari situasi yang mengancam. Sistem pola asuh disini juga ikut menyumbangkan peran dalam mempengaruhi tingkat depresi yang timbul, karena dengan adanya pola asuh yang tepat dari orang tua, menyebabkan remaja dapat mengaktualisasikan dirinya dengan baik (Maslim, 2008).

Berdasarkan analisis dengan uji statistik chi-square didapatkan hasil bahwa orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter dan permisif sebagian besar remaja mengalami depresi sedang yaitu sebanyak 90,0%. Orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis sebagian besar remaja mengalami depresi ringan yaitu 86,7%, dan orangtua yang menerapkan pola asuh campuran sebagian besar remaja juga mengalami depresi ringan yaitu sebanyak 83,8%. Hasil uji Chi Square didapatkan nilai sebesar 33,318 dengan nilai p sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja di SMK 10 Nopember Semarang. Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua memberi pengaruh terhadap tingkat depresi pada remaja dimana orang tua yang memiliki kecenderungan menerapkan pola asuh yang otoriter biasanya memberikan tekanan yang berat kepada anaknya sehingga berpeluang terhadap kejadian depresi pada remaja, demikian halnya dengan orang tua yang terlalu permisif dikhawatirkan anak tidak memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi, sementara orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis dapat mengajak anak untuk mendiskusikan setiap permasalahan yang dihadapi anak sehingga dapat sesegera mungkin permasalahan tersebut diselesaikan dan tidak menimbulkan depresi pada remaja.

Pola asuh orang tua didalam keluarga turut berpengaruh terhadap perkembangan psikologis dan perkembangan sosial pada remaja. Melalui pola asuh orang tua dapat

membantu tumbuhnya kemampuan penyesuaian diri pada remaja, sejak awal sebaiknya anak diajarkan untuk lebih memahami dirinya baik kekurangan maupun kelebihan agar ia mampu mengendalikan dirinya sehingga dapat bereaksi secara wajar dan normative dalam proses perkembangannya (Sochib, 2008).

Adanya pola asuh demokratis yang diterapkan pada anak diharapkan anak akan memperoleh perasaan aman, terhindar dari kesepian, tidak ketakutan, tidak memendam tekanan batin yang berlarut-larut. Sehingga akan tercipta iklim persahabatan yang hangat antara anak dengan orang tuanya. Walaupun dapat disadari bahwa tidak ada orang tua yang menerapkan salah satu tipe pola asuh secara mutlak, tapi biasanya orang tua menerapkan salah satu pola asuh yang paling dominan terhadap anak-anaknya. Dengan demikian pola asuh orang tua memegang peranan yang cukup penting pada seorang anak dalam bersikap dan berperilaku dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar serta menghadapi stressor yang dapat timbul akibat ketegangan-ketegangan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat menurunkan faktor resiko terjadinya depresi pada remaja (Drey, 2006).

CONCLUSION

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan, maka disimpulkan bahwa remaja sebagian besar memiliki tingkat depresi ringan yaitu sebanyak 80,0%, dan yang depresi sedang sebanyak 20%, hal tersebut menunjukkan bahwa hasil penelitian tidak ada yang mengalami depresi berat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua sebagian besar dalam kategori demokratis yaitu sebanyak 63,8% dan pola asuh yang sedikit adalah permisif yaitu sebanyak 0,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pola asuh demokratis lebih dipilih orang tua dalam model pengasuhan. Ada hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja di SMK 10 Nopember Semarang.

Remaja diharapkan mampu mengatasi berbagai permasalahan yang timbul dengan baik dan mampu bersikap serta berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku dimasyarakat. Untuk mengatasi permasalahan yang ada sebaiknya remaja melibatkan orang

tua dan kerabat dekat untuk menyatakan isi hatinya secara jujur dan terbuka. Dengan demikian komunikasi yang efektif antara keduanya dapat menumbuhkan tercapainya suasana yang hangat, aman dan nyaman antara orang tua dengan anak. Anak remaja dapat menceritakan setiap permasalahan yang dihadapi dengan orang tua dan keluarganya sehingga dapat memberikan solusi setiap permasalahan yang dihadapi dan dapat terhindar dari depresi.

Sebaiknya orang tua menjadikan remaja sebagai sosok teman dan mengakui sebagai seorang individu yang menginjak dewasa, menghargai perbedaan pendapat dan mengajak berdiskusi secara terbuka. Orang tua diharapkan juga dapat menerapkan pola asuh yang tepat bagi putra-putri mereka sehingga remaja dapat merasa nyaman, aman dan penuh dengan limpahan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya. Penerapan pola asuh orang tua dapat memberikan kebebasan kepada anak untuk memilih setiap keinginannya namun tetap dengan memberikan bimbingan yang benar.

KEPUSTAKAAN

Dinkes Kota Semarang, (2010). *Rekap laporan program kesehatan remaja tahun 2010*.

Drey, C. Edward. (2006). *Ketika anak sulit diutus : panduan orangtua mengubah masalah perilaku anak*. Bandung : PT. Mizan Pustaka.

Ignatius, B. (2008). *Gaya pola asuh orangtua*. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496

Maentiningasih, D. (2008). *Hubungan antara secure attachment dengan motivasi berprestasi pada remaja*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.

Maslim R. (2008). *Diagnosis Gangguan Jiwa, PPDGT-III*, Dep Kes M. New York : Prentice Hall.

Mongks, K.N. dan Haditomo, SR. (2007). *Psikologi perkembangan : pengantar dalam berbagai bagiannya*.

Yogyakarta : Gadjah Mada
university Press.

Sarwono, S.W. (2011). *Psikologi remaja*. Edisi
revisi. Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Scohib M. (2008). *Pola Asuh Orang Tua*.
Jakarta : Rineka Cipta.

Sofia, R. (2009). *Peranan Keberfungsian
Keluarga pada Pemahaman dan
Pengungkapan Emosi*. Jurnal
Psikologi.

Yosep, Iyus (2007). *Keperawatan Jiwa*.
Bandung : Refika Aditama.

¹ Yuhanda Safitri : Program Studi S1
Keperawatan Fikkes Universitas
Muhammadiyah Semarang

² Ns. Eny Hidayati, S.Kep. M.Kep: Dosen
Kelompok Keilmuan Keperawatan Jiwa
Fakultas Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang