

Article

## HUBUNGAN POLA ASUH TERHADAP TINGKAT STRESS, KECEMASAN, DAN DEPRESI PADA REMAJA

Ira Ayu Maryuti<sup>1</sup>, Anindya Arum Cempaka<sup>2</sup>, Kristina Pae<sup>3</sup>, Agustina Chriswinda Bura Mare<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

### SUBMISSION TRACK

Received: December 02, 2023  
Final Revision: December 14, 2023  
Available Online: December 15, 2023

### KEYWORDS

Remaja, pola asuh, stres, kecemasan, depresi

### CORRESPONDENCE

Phone: 08133202777-  
E-mail: iraaayu@ukwms.ac.id

### ABSTRACT

Remaja adalah masa peralihan dari usia kanak-kanak ke dewasa. Menurut WHO remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Kementerian Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014; remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Pada masa remaja ini belum ada kematangan dalam diri remaja dan terjadi banyak perubahan baik secara fisik, psikis dan sosial, sehingga rentan muncul masalah yang bisa datang dari dalam diri remaja sendiri maupun berasal dari luar diri diantaranya adalah: stress, kecemasan dan depresi. Pola asuh orang tua sangat berpengaruh pada proses adaptasi remaja, karena orang tua adalah lingkungan terdekat dalam mempelajari segala sesuatu dan menjadi tempat pertama seorang individu beradaptasi.

Tujuan penelitian ini adalah menganalisa hubungan pola asuh terhadap stres, kecemasan dan depresi pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional *Rank Spearman*. Responden penelitian adalah di Fakultas Keperawatan Universitas Citra Bangsa Kupang sebanyak 170 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel secara purposive sampling. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner *Scale of Parenting*, yang telah dimodifikasi oleh Abdul dan Abidha untuk mengetahui pola asuh, dan kuesioner DASS 42 untuk mengetahui tingkat stress, kecemasan dan depresi. Analisa data penelitian ini menggunakan SPSS.

Hasil penelitian berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan pola asuh terhadap tingkat stres didapatkan hasil  $p= 0,030 (<0,05)$ , polaasuh terhadap kecemasan didapatkan hasil  $p= 0,024 (<0,05)$ , dan pola asuh terhadap depresi  $p= 0,052 (>0,05)$ . Berdasarkan hasil ini maka dapat disimpulkan bahwa pola asuh berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres, kecemasan dan depresi pada remaja.

## I. INTRODUCTION

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun (WHO, 2014).Remaja merupakan

masa adaptasi akan adanya proses peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa. Dimana pada masa ini perubahan tidak hanya berdampak secara

fisik, namun juga psikis dan social. Meningkatnya emosi remaja sangat tergantung dengan dampak perubahan fisik dan kehidupan psikologis. Artinya, jika semakin banyak terjadi perubahannya dan tidak terkendali oleh remaja, maka semakin tinggi pula emosinya (Pieter & Namora 2010, h67-69). Kondisi ini mengakibatkan perasaan cemas, marah dan frustrasi (Priyoto, 2014, h1-2). Remaja yang tidak mampu melakukan adaptasi akan mendapatkan sejumlah masalah, diantaranya adalah: stress, kecemasan dan depresi.

Angka kejadian stres pada remaja meningkat dari tahun ke tahun. Menurut data Sebesar (6,0%) masyarakat Indonesia yang berumur lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional berupa stres, kecemasan, dan depresi (Rikesdas, 2013, h127-128). Sedangkan berdasarkan data sensus penduduk provinsi Jawa Timur kota Surabaya pada tahun 2018, penduduk usia 15-24 tahun yang melakukan kenakalan remaja dengan cara merokok dalam sebulan terakhir sebanyak 20,7%.

Menurut American Psychological Association (APA) dalam (Muyasaroh et al. 2020), kecemasan adalah suatu keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya)

## I. METHODS

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *Purposive sampling* sehingga mendapatkan 170 remaja yang menjadi responden. Kriteria inklusi sebagai berikut: bersedia menjadi responden dan tinggal bersama orang tua, sedangkan kriteria eksklusinya adalah: tidak bersedia menjadi responden dan tidak tinggal bersama orang tua.

## II. RESULT

Hasil penelitian ini disajikan dalam 3 tabel yang menggambarkan hubungan dari pola asuh terhadap stres,kecemasan,dan depresi.

Tabel 1. Uji statistik hubungan pola asuh terhadap tingkat stres

| Correlations   |                         |                         |               |       |
|----------------|-------------------------|-------------------------|---------------|-------|
|                |                         |                         | pola_a<br>suh | stres |
| Spearman's rho | pola_ asuh              | Correlation Coefficient | 1.000         | .167* |
|                |                         | Sig. (2-tailed)         | .             | .030  |
|                |                         | N                       | 170           | 170   |
|                |                         | -----                   |               |       |
| stres          | Correlation Coefficient | Correlation Coefficient | .167*         | 1.000 |
|                |                         | Sig. (2-tailed)         | .030          | .     |
|                |                         | N                       | 170           | 170   |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 2. Uji statistik hubungan pola asuh terhadap ansietas

| Correlations   |                         |                         |               |          |
|----------------|-------------------------|-------------------------|---------------|----------|
|                |                         |                         | pola_a<br>suh | ansietas |
| Spearman's rho | pola_a<br>suh           | Correlation Coefficient | 1.000         | .173*    |
|                |                         | Sig. (2-tailed)         | .             | .024     |
|                |                         | N                       | 170           | 170      |
|                |                         | -----                   |               |          |
| ansietas       | Correlation Coefficient | Correlation Coefficient | .173*         | 1.000    |
|                |                         | Sig. (2-tailed)         | .024          | .        |
|                |                         | N                       | 170           | 170      |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 3. Uji statistik hubungan pola asuh terhadap tingkat depresi

**Correlations**

|                         | pola_a<br>suh | depre<br>esi |
|-------------------------|---------------|--------------|
| Spearman's rho          | 1.000         | .149         |
| Correlation Coefficient |               |              |
| Sig. (2-tailed)         |               | .052         |
| N                       | 170           | 170          |
| depre<br>si             | .149          | 1.000        |
| Correlation Coefficient |               |              |

|                 |      |     |
|-----------------|------|-----|
| Sig. (2-tailed) | .052 | .   |
| N               | 170  | 170 |

Hasil penelitian berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan pola asuh terhadap tingkat stres didapatkan hasil  $p= 0,030 (<0,05)$ , polaasuh terhadap kecemasan didapatkan hasil  $p= 0,024 (<0,05)$ , dan pola asuh terhadap depresi  $p= 0,052 (>0,05)$ . Berdasarkan hasil ini maka dapat disimpulkan bahwa pola asuh berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres, kecemasan dan depresi pada remaja.

**III. DISCUSSION**

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 150 orang (91,2%) responden memiliki pola asuh demokratis. Berdasarkan teori mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pola asuh orang tua antara lain: tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi dan pekerjaan, lingkungan sekitar, kepribadian serta jumlah anak. Gunarsa mengemukakan upaya orang tua dalam menanamkan disiplin kepada anak, orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis memperlihatkan dan menghargai kebebasan yang tidak mutlak, dengan bimbingan yang penuh pengertian antara anak dan orang tua, memberi penjelasan secara rasional dan objektif jika keinginan dan pendapat anak tidak sesuai, sehingga akan memperjelas batasan-batasan. Dalam pola asuh ini, anak tumbuh rasa tanggung jawab, mampu bertindak sesuai dengan norma yang ada dalam masyarakat.

Pola asuh demokratis ini selain memiliki sisi positif dari anak, terdapat juga sisi negatifnya, di mana anak cenderung merongrong kewibawaan otoritas orang tua, karena segala sesuatu itu harus dipertimbangkan oleh anak kepada orang tua artinya anak harus mengetahui segala sesuai secara detail. Pola asuh demokratis ini menunjukkan kehangatan orang tua dalam mendidik anak. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Syachfitri Luthfiana dkk (2023) yang mengatakan bahwa pola asuh authoritative memberikan pengaruh positif dalam membentuk hubungan yang sehat dengan

anaknyanya sehingga dapat menekan tingkat stres akademik yang lebih rendah pada anaknyanya. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pola asuh terhadap tingkat stres, kecemasan dan depresi pada remaja.

**IV. CONCLUSION**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa pola asuh berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres, kecemasan dan depresi pada remaja.

## REFERENCES

1. Muyasaroh, Hj. Hanifah, Yusuf Hasan Baharudin, Nanda Noor Fadjrin, Tatang Agus Pradana, and Muhammad Ridwan. 2020. "Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19." Lembaga 68 Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Nahdatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap.
2. Santrock, J.W. (2003). *Adolescent- Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
3. Lestari, (2019). Hubungan Pola Asuh terhadap Kemandirian Anak. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/26777>
4. Pieter, Herri Zan & Namora Lumongga Lubis. 2010. *Pengantar Psikologi dalam keperawatan*. Jakarta: Prenada Media Group.
5. Priyoto. 2014. *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.
6. Riskesdas. 2013. *Hasil Riskesdas 2013*. Jakarta: Badan Peneliti dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
7. Lumenta N., Wungouw H.I.S., dan Karundeng M. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kematangan Emosi Remaja Di SMA N 1 Sinonsayang. *e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 7 Nomor 1*.
8. Hurlock, Elizabeth B. (2004). *Developmental Psychology*. Jakarta: Erlangga
9. Hastuti R.Y dan Baiti E.N. (2019). Hubungan kecerdasan emosional terhadap tingkat stress pada remaja. <https://www.ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK/article/view/1057>
10. Puspita, Irma M. dkk. (2021) *Gambaran Kecemasan Dan Kepatuhan Remaja Putri Terhadap Kebiasaan Baru Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Surabaya*. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/1492>
11. Sari, Dera L. dkk. (2019) *Hubungan pola Pikir Pesimistis dengan Risiko Depresi pada Remaja*. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*. Vol.4. no.1.
12. Daud M, Siswanti DN, Jalal NM. *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak pertama*. Media P, editor. Jakarta; 2021. 152 p.
13. Syachfitri Luthfiana dkk (2023) *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Tingkat Stres Akademik pada Remaja*. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jote/article/view/12311>

## BIOGRAPHY

**First Author** Ira Ayu Maryuti adalah dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Menyelesaikan pendidikan Magister Keperawatan di Universitas Airlangga Surabaya dengan peminatan Keperawatan Jiwa..

**Second Author** Anindya Arum Cempaka adalah dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Menyelesaikan pendidikan Magister Keperawatan di Universitas Brawijaya Malang dengan peminatan Keperawatan Jiwa .

**Third Author** Kristina Pae adalah dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Menyelesaikan pendidikan Magister Keperawatan di Universitas Brawijaya Malang dengan peminatan Keperawatan Kegawatdaruratan

**Fourth Author** Agustina Chriswinda Bura Mare adalah dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Menyelesaikan pendidikan Magister Keperawatan di Universitas Diponegoro