

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. HASIL PENELITIAN**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SMP Negeri II Ngaglik terletak di Jl. Kaliurang Km 10,5, Desa Sinduharjo, Kecamatan Ngaglik, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Lokasinya strategis dan mudah diakses dari pusat kota Yogyakarta, menjadikannya tempat yang ideal untuk kegiatan penelitian pendidikan. Lingkungan sekolah ini asri dan tertata rapi, dengan taman-taman hijau dan pepohonan rindang yang menciptakan suasana sejuk dan nyaman. Bangunan sekolah terdiri dari beberapa gedung bertingkat dengan arsitektur khas sekolah negeri Indonesia, berwarna cerah dan dilengkapi dengan ventilasi yang baik untuk sirkulasi udara. Di bagian tengah sekolah terdapat halaman luas yang sering digunakan untuk upacara, kegiatan olahraga, dan berbagai aktivitas ekstrakurikuler. Lapangan olahraga terletak di sisi kanan area sekolah, dilengkapi dengan fasilitas untuk bermain sepak bola, bola voli, dan kegiatan fisik lainnya.

Lingkungan sekitar sekolah cukup tenang dan jauh dari hiruk-pikuk lalu lintas padat, sehingga mendukung terlaksananya kegiatan belajar-mengajar yang efektif. Selain itu, adanya ruang perpustakaan, laboratorium, dan ruang kelas yang representatif menjadikan SMP Negeri II Ngaglik sebagai tempat yang ideal untuk pelaksanaan penelitian pendidikan.

Di SMP Ngaglik terdapat layanan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang menangani berbagai permasalahan siswa, baik yang bersifat akademik maupun non-akademik. Untuk mendukung kesehatan mental siswa, sekolah juga menyediakan media edukasi seperti poster-poster bertema motivasi dan kesehatan mental yang dipasang di majalah dinding. Selain itu, setiap satu tahun sekali sekolah mengundang orang tua/wali siswa untuk mengikuti pengarahan dan penjelasan mengenai kurikulum serta rencana pembelajaran yang akan dijalani selama satu tahun ke depan. Dalam forum tersebut, orang tua juga

mendapatkan informasi terkait permasalahan yang muncul pada siswa, beserta langkah penanganan yang dilakukan sekolah.

## 2. Karakteristik Responden

Gambaran karakteristik remaja dalam penelitian ini tercantum pada gambar 4.1

**Tabel 4.1 Karakteristik Remaja di SMP Negeri II Ngaglik**

Karakteristik Responden	N = 50	Presentase (%)
Tingkat pendidikan Ayah		
1. SD	3	6,0
2. SMP	4	8,0
3. SMA	28	56,0
4. D3/S1	15	30,0
Pekerjaan Ayah		
1. Swasta	22	44,0
2. Petani	5	10,0
3. Guru	4	8,0
4. PNS	9	18,0
5. Pedagang	10	20,0
Penghasilan Ayah		
1. < UMR = 2.500.000	21	42,0
2. > UMR = 2.500.000	29	58,0
Jenis Kelamin Remaja		
1. Perempuan	32	64,0
2. Laki-Laki	18	36,0

Sumber: Primer (2025)

Berdasarkan table 4.1 Karakteristik Remaja di SMP Negeri II Ngaglik, diketahui bahwa tingkat pendidikan Ayah sebagian besar berada pada jenjang SMA, yaitu sebanyak 28 orang (56,0%). Selain itu Sebagian besar jenis pekerjaan Ayah adalah bekerja di bidang swasta (44%) dengan penghasilan lebih dari Rp 2.500.000 (58%). Sedangkan karakteristik pada remaja, Sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan (64%).

## 3. Analisis Univariat

Gambaran distribusi frekuensi pola asuh dan tingkat depresi remaja dalam penelitian ini tercantum pada gambar 4.2 dan 4.3

### a. Pola Asuh

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pola Asuh Keluarga Pada Remaja Di SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta.**

<b>Pola Asuh</b>	<b>n</b>	<b>Presentase (%)</b>
a. Demokratis	19	38,0
b. Otoriter	20	40,0
c. Permisif	11	22,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Sumber: Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar remaja diasuh dengan pola asuh otoriter sebanyak 20 orang (40,0%). Namun beda dengan pola asuh demokratis hanya 1 orang dengan total 38%.

#### b. Tingkat Depresi

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Pada Remaja SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta**

<b>Tingkat Depresi</b>	<b>n</b>	<b>Presentase (%)</b>
a. Tidak depresi	15	30,0
b. Depresi Ringan	14	28,0
c. Depresi Sedang	21	42,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Sumber: Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 4.3 Diketahui bahwa sebagian besar remaja di SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta mengalami depresi sedang sebanyak 21 orang (42,0%).

#### 4. Analisa Bivariat

Gambaran hubungan pola asuh keluarga dengan tingkat depresi remaja SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta dalam penelitian ini tercantum pada gambar 4.4

**Tabel 4.4 Hubungan Pola Asuh Keluarga Dengan Tingkat Depresi Remaja SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta**

		<b>Tingkat Depresi</b>						<b>Total</b>	<b>P-Value</b>	<b>r</b>	
		<b>Tidak</b>		<b>Ringan</b>		<b>Sedang</b>					
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>				
<b>Pola Asuh</b>	<b>Demokratis</b>	12	24,0	2	4,0	5	10,0	19	100	0,001	0,424
	<b>Otoriter</b>	1	2,0	7	14,0	12	24,0	20	100		
	<b>Permisif</b>	2	4,0	5	10,0	4	8,0	11	100		
	<b>Jumlah</b>	15	30,0	14	28,0	21	42,0	50	100		

Sumber: Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 4.4, diketahui bahwa sebagian besar remaja yang diasuh dengan pola asuh demokratis tidak mengalami depresi (24%), sedangkan remaja dengan pola asuh otoriter sebagian besar mengalami depresi sedang (24%) dan sebagian besar remaja dengan pola asuh permisif mengalami depresi ringan (10%).

Dari hasil analisis uji *Fisher's Exact*, diperoleh nilai p-value = 0,001, yang menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$ . Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh keluarga dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta. Selain itu, nilai koefisien korelasi  $r = 0,424$  menunjukkan bahwa hubungan tersebut berada dalam kategori hubungan sedang dan bersifat positif. Artinya, semakin tidak adaptif pola asuh yang diterapkan (seperti otoriter atau permisif), maka cenderung semakin tinggi tingkat depresi yang dialami remaja. Sebaliknya, pola asuh yang lebih demokratis cenderung berasosiasi dengan tingkat depresi yang lebih rendah pada remaja.

## **B. PEMBAHASAN**

### **1. Pola Asuh**

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar remaja diasuh dengan pola asuh otoriter sebanyak 20 orang (40,0%) diikuti oleh pola asuh demokratis sebanyak 19 orang (38,0%), dan sisanya diasuh dengan pola asuh permisif sebanyak 11 orang (22,0%). Hal ini dapat dikatakan bahwa orang tua responden menerapkan pola asuh yang hampir sama jumlahnya antara demokratis dan otoriter. Di sisi lain, pola asuh otoriter, yang ditandai dengan kontrol yang ketat serta komunikasi satu arah, sering kali membatasi kebebasan berekspresi anak.

Meskipun demikian, hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa pola asuh demokratis hampir seimbang dengan otoriter yaitu hanya berbeda 1 orang atau 2 %. Pola asuh demokratis memberi kebebasan kepada anak, tetapi tetap dalam batasan pengawasan yang jelas, sehingga dapat melahirkan anak yang mandiri, bertanggung jawab, dan sosial. Lebih lanjut, pola asuh demokratis ditandai dengan komunikasi dua arah, pemberian kesempatan anak untuk berpendapat, serta adanya kehangatan dan dukungan dari orang tua. Lingkungan sangat

berpengaruh dalam perkembangan emosional dan sosial anak, yang dipaparkan dalam berbagai penelitian termasuk yang dilakukan oleh Firdausi dan Ulfa (2022) yang menegaskan pentingnya lingkungan keluarga dalam pembentukan karakter anak (Firdausi & Ulfa, 2022). Penelitian sebelumnya oleh Azalia et al. (2021) yang melakukan penelitian di SMP N 3 Sungai Raya Pontianak mendapatkan hasil bahwa 64.4% orang tua dalam penelitian tersebut menerapkan pola asuh demokratis, 26.5% otoriter, dan 9.1% permisif.

Sementara itu, pola asuh permisif, yang memberikan kebebasan tanpa kontrol yang cukup, bisa berakibat pada kekurangan disiplin anak dan kesulitan dalam pengelolaan diri. Konsekuensi dari pola asuh ini dapat terlihat dalam perilaku sosial anak di kemudian hari, seperti yang diungkapkan oleh Setiawan dan Oktavianti (2023) yang menekankan peranan penting pola asuh orang tua dalam pembentukan perilaku sosial anak (Listyaningsih et al., 2020).

Keberagaman pola asuh dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan sosial seperti tingkat pendidikan orang tua, kondisi ekonomi keluarga, nilai-nilai budaya yang dianut, serta gaya komunikasi dalam keluarga. Orang tua dengan latar belakang pendidikan rendah atau pekerjaan yang menuntut waktu dan energi tinggi mungkin cenderung memilih pola otoriter sebagai cara cepat dalam mendisiplinkan anak (Santrock, 2019). Tingkat Pendidikan orang tua dalam penelitian ini sebagian besar adalah SMA (56%) dan pekerjaan di bidang swasta (44%) dengan penghasilan sebagian besar di atas dua juta lima ratus (58%) Orang tua dengan pendidikan menengah (SMA) umumnya sudah memiliki pemahaman tentang pentingnya disiplin dan aturan, tetapi mungkin belum sepenuhnya mengadopsi pendekatan pengasuhan yang demokratis karena keterbatasan akses terhadap literatur atau informasi mengenai perkembangan psikososial remaja. Ditambah dengan jenis pekerjaan di bidang swasta memberikan tekanan tersendiri karena ketidakpastian pendapatan maupun beban kerja memberikan stressor yang tinggi pada orang tua (Choi & Min, 2024).

## **2. Tingkat Depresi**

Diketahui bahwa sebagian besar remaja di SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta mengalami depresi sedang sebanyak 21 orang (42,0%), diikuti oleh remaja yang mengalami depresi ringan sebanyak 14 orang (28,0%). Sementara itu, remaja yang tidak mengalami depresi tercatat sebanyak 15 orang (30,0%). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azmy & Hartini, (2021), yang menunjukkan bahwa prevalensi depresi di kalangan remaja Sekolah Menengah Pertama cukup tinggi, terutama di kalangan mereka yang mengalami perubahan fisik dan sosial yang signifikan (Annahar & Hendrati, 2022). Selain itu, Prasetya dan Ningsih (2022) menyatakan bahwa faktor-faktor seperti tekanan akademik, konflik keluarga, dan kurangnya dukungan sosial memperbesar risiko depresi di kalangan remaja (Mahendika & Sijabat, 2023).

Faktor internal seperti jenis kelamin juga berperan dalam pembentukan mental anak. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih rentan mengalami depresi dibandingkan laki-laki, seiring dengan perubahan hormonal, tekanan akademik, dan tuntutan sosial yang lebih kompleks (Azalia et.al, 2021). Hal ini dapat menjelaskan proporsi depresi yang cukup tinggi pada remaja di SMP Negeri II Ngaglik, khususnya jika mayoritas responden perempuan yaitu sebesar 64%.

Secara teoritis, depresi pada remaja merupakan gangguan suasana hati yang ditandai oleh perasaan sedih yang mendalam, kehilangan minat dalam aktivitas, kesulitan tidur, kelelahan, dan gangguan konsentrasi (Dianovinina, 2020). Menurut teori psikososial Erikson yang berfokus pada pencarian identitas diri, masa remaja adalah periode di mana individu sangat rentan terhadap konflik emosional akibat ketidakstabilan peran serta tekanan dari lingkungan sekitar (Arini, 2021). Ketika kebutuhan untuk diterima, dihargai, dan memiliki arah dalam hidup tidak terpenuhi, remaja rentan mengalami stres berkepanjangan yang dapat menyebabkan depresi (Chairani et al., 2023).

Dukungan sosial, baik dari keluarga maupun teman sebaya, memainkan peranan penting dalam mengatasi gejala depresi. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial positif berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis remaja Wijayanti et al., (2020) dan dapat membantu mereka membangun keterampilan coping yang efektif untuk mengurangi dampak

negatif dari stres (Gusbet, 2023). Dengan demikian, perhatian dari orang tua dan lingkungan sekitar sangat dibutuhkan untuk membantu remaja menghadapi tantangan emosional selama masa transisi ini (Cahaya et al., 2023).

Lebih lanjut, seperti tekanan akademik yang tinggi, minimnya komunikasi terbuka dengan orang tua, dan terbatasnya fasilitas konseling di sekolah. Selain itu, pergaulan sebaya, penggunaan media sosial yang intens tanpa kontrol, dan pola asuh orang tua yang tidak mendukung secara emosional juga dapat memperparah kondisi psikologis remaja. Oleh karena itu, penting bagi sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan untuk memberikan perhatian lebih terhadap kesehatan mental remaja melalui program edukasi, konseling, dan pendekatan psikososial yang komprehensif (Choi & Min, 2024).

### **3. Hubungan Pola Asuh Keluarga Dengan Tingkat Depresi Remaja SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta**

Diketahui bahwa sebagian besar remaja yang diasuh dengan pola asuh otoriter mengalami depresi sedang sebanyak 12 orang (24,0%), sedangkan hanya 1 orang (2,0%) dari kelompok ini yang tidak mengalami depresi. Pada remaja yang diasuh dengan pola asuh demokratis, sebagian besar tidak mengalami depresi sebanyak 12 orang (24,0%), dan hanya 5 orang (10,0%) yang mengalami depresi sedang. Sementara itu, pada pola asuh permisif, distribusi tingkat depresi relatif seimbang, dengan 5 orang (10,0%) mengalami depresi ringan, 4 orang (8,0%) mengalami depresi sedang, dan hanya 2 orang (4,0%) yang tidak mengalami depresi.

Dari hasil analisis uji *Fisher's Exact*, diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,001$ , yang menunjukkan bahwa nilai  $p < 0,05$ . Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh keluarga dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Negeri II Ngaglik Yogyakarta. Selain itu, nilai koefisien korelasi  $r = 0,424$  menunjukkan bahwa hubungan tersebut berada dalam kategori hubungan sedang dan bersifat positif. Artinya, semakin tidak adaptif pola asuh yang diterapkan (seperti otoriter atau permisif), maka cenderung semakin tinggi tingkat depresi yang dialami remaja. Sebaliknya, pola asuh yang lebih

demokratis cenderung berasosiasi dengan tingkat depresi yang lebih rendah pada remaja.

Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh keluarga dan tingkat depresi pada remaja, dengan nilai p-value yang ditemukan sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) (Septyawati & Aslamawati, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Maulidya dan Nurhayati (2020), yang menyoroti bahwa remaja yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan otoriter dan permisif cenderung memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang mengalami pola asuh demokratis (Kusumastuti & Fatimah, 2021). Selain itu, penelitian Jannah & Cahyono. (2021) juga memperkuat temuan ini, yang menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak responsif atau terlalu ketat dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan mental remaja, termasuk meningkatkan risiko depresi (Kartika & Budisetyani, 2020).

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh otoriter lebih banyak berhubungan dengan depresi, terdapat sebagian kecil siswa dengan pola asuh demokratis yang justru mengalami depresi sedang (10%) dan siswa dengan pola asuh otoriter yang tidak mengalami depresi (2%). Temuan ini mengindikasikan bahwa pola asuh bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesehatan mental remaja. Depresi remaja dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor, termasuk kerentanan psikologis individu, tingkat resiliensi, dukungan sosial, tekanan akademik, serta kualitas hubungan dengan teman sebaya (Meda et al., 2021; Werner-Seidler et al., 2022). Remaja yang diasuh secara demokratis tetap dapat mengalami depresi apabila memiliki kerentanan emosional atau menghadapi stresor eksternal yang berat, seperti perundungan atau masalah akademik (Zhou et al., 2020). Sebaliknya, remaja dengan pola asuh otoriter mungkin tidak menunjukkan gejala depresi karena memiliki resiliensi yang baik atau mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial di luar keluarga (Shi et al., 2023). Dengan demikian, hasil ini menegaskan pentingnya melihat depresi remaja sebagai fenomena multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi pola asuh, tetapi juga kondisi individu dan lingkungannya.

Pola asuh demokratis ditandai oleh komunikasi terbuka, kasih sayang, dan batasan yang jelas, yang berkontribusi pada perkembangan emosional yang

sehat serta resiliensi remaja terhadap stres (Aritonang & Soetjningsih, 2024). Di sisi lain, pola asuh otoriter, yang ditandai dengan kontrol yang tinggi dan komunikasi yang rendah, berpotensi menciptakan ketidaknyamanan psikologis, ketakutan, dan rendahnya harga diri pada remaja (Septyawati & Aslamawati, 2024). Sementara itu, pola asuh permisif, yang cenderung membebaskan tanpa batasan yang jelas, dapat menyebabkan kebingungan dan berkontribusi terhadap gangguan emosional, termasuk depresi (Kusumastuti & Fatimah, 2021).

Secara keseluruhan, temuan ini menekankan pentingnya pengasuhan yang bersifat suportif dan responsif bagi perkembangan kesehatan mental remaja. Penelitian dari Septyawati dan Aslamawati (2024) menyatakan bahwa pola asuh otoriter sering dikaitkan dengan perkembangan perilaku negatif pada remaja, disebabkan oleh kontrol yang tinggi tetapi kedekatan emosional yang rendah (Septyawati & Aslamawati, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa pola pengasuhan yang hangat dan responsif sangat berkontribusi terhadap kesehatan emosional dan sosial remaja, sementara pengasuhan yang otoriter dapat menciptakan suasana yang tidak mendukung bagi perkembangan positif mereka (Aritonang & Soetjningsih, 2024).

Peneliti berpendapat bahwa hasil ini menunjukkan pentingnya pola asuh demokratis dalam membentuk kesehatan mental remaja. Orang tua yang menerapkan pola otoriter cenderung menekan pendapat dan kebebasan anak, sehingga remaja menjadi mudah stres dan merasa tidak dihargai, yang dapat berkembang menjadi depresi. Sedangkan pada pola permisif, kurangnya struktur dan arahan bisa menyebabkan remaja merasa kurang mendapat perhatian atau pengawasan, yang juga berdampak pada kestabilan emosi mereka. Sementara itu, remaja yang dibesarkan dengan pola demokratis cenderung memiliki rasa aman, percaya diri, dan lebih terbuka untuk mengungkapkan masalah yang dihadapi, sehingga lebih terlindungi dari risiko depresi.