

PERAN POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DI SMKN 1 MAJALAYA

Herni Suryani

¹ SMKN 1 Majalaya, ✉ (e-mail) hernisuryano20@gmail.com

Abstrak

Peran pola asuh orang tua merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja dimana nantinya remaja tersebut dengan sadar dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawab. Psychological well-being berkontribusi terhadap keberhasilan remaja untuk mencapai kesuksesan. Remaja yang memiliki psychological well-being yang baik umumnya lebih mampu secara mandiri mendeskripsikan ujuan hidupnya (cita-cita). Sebaliknya, remaja yang memiliki psychological well-being kurang baik cenderung mudah mengalami stres, depresi, kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, cenderung tidak percaya diri (insecure), tidak dapat menerima dirinya dengan baik serta tidak dapat mengendalikan lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Bagaimana dampak pola asuh orang tua terhadap Psychological Well-Being di SMKN 1 Majalaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara. Adapun sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling. Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pola asuh orang tua yang permisif yang diberikan oleh orang tua tidak terlalu berdampak terhadap psychological well-being. Selanjutnya peneliti menyimpulkan bahwa pola asuh demokratis memberikan dampak yang positif terhadap psychological well-being. Adapun pola asuh yang diberikan oleh orang tua otoriter memberikan dampak negatif terhadap psychological well-being.

Kata Kunci: *permisif, demokratis, otoriter, psychological well-being*

How to Cite: Suryani, Herni. (2025). peran pola asuh orang tua terhadap *psychological well-being* di SMKN 1 Majalaya. *Prosiding SEMBIONA* (pp. XX–XX). Kupang: Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusa Cendana. DOI: <https://doi.org/10.24036/XXXXX>



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2018 by author and BK FKIP, Universitas Nusa Cendana.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek penting dari kesejahteraan individu dan masyarakat yang tidak bisa diabaikan. Di era modern seperti sekarang ini, kesehatan mental menjadi isu yang sangat penting dimana tekanan hidup yang semakin meningkat. Masalah ini memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup, produktivitas, dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan,

Menurut WHO (2021) Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu dapat memahami potensinya, bekerja dengan baik, dapat mengatasi tekanan dan mampu berkontribusi dalam komunitasnya. Kesehatan mental juga merupakan dimensi kehidupan yang sangat penting, karena dengan mental yang sehat, kehidupan akan berjalan dengan baik dan wajar. Sehat mental secara umum dapat diartikan sebagai kondisi mental yang normal dan memiliki motivasi untuk hidup secara berkualitas (selaras dengan nilai-nilai agama dan budaya), baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, masyarakat, maupun sisi kehidupan lainnya (Adhyka et al., 2023).

Prevalensi global masalah kesehatan mental di antara orang berusia 10- 19 tahun telah meningkat sebesar 16%, dimana pada umur tersebut paling rentan mengalami masalah kesehatan mental (WHO, 2021). Data survei rumah tangga berskala nasional yang dilakukan oleh Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Tahun 2022 menunjukkan bahwa 1 dari 3 remaja (34,9%) atau setara dengan 15,5 juta remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir; 1 dari 20 remaja (5,5%) atau setara dengan 2,45 juta remaja Indonesia memiliki satu gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Dari jumlah tersebut, hanya 2,6% remaja dengan masalah kesehatan mental yang pernah mengakses layanan yang menyediakan dukungan atau konseling untuk masalah emosi dan perilaku dalam 12 bulan terakhir (<https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTMzOA==>)

Hal ini menunjukkan bahwa masa-masa remaja merupakan masa dengan risiko gangguan mental yang cukup tinggi. Remaja perlu menyadari potensi yang dimiliki untuk menanggulangi tekanan hidup, bekerja secara produktif dan memberikan kontribusi pada lingkungan (Ruswandi & Fitriyani, 2023).

Menurut (Bobrowski & Ostaszewski, 2022) faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja yaitu dukungan dan kontrol orang tua, viktimisasi kekerasan teman sebaya, pengaruh teman sebaya negatif, ikatan sekolah, dan penggunaan komputer/video game.

Dalam perspektif islam, kesehatan mental juga menjadi peran dari orang tua. Dimana orang tua bertanggungjawab tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik anak, tetapi juga kebutuhan emosional dan spiritual mereka yang menjadi dasar dari kesehatan mental yang baik. Dalam QS. Luqman : 16-19 juga dikisahkan bagaimana Luqman menasihati anaknya dengan kelembutan, menekankan pentingnya iman dan akhlak mulia, yang sangat mendukung kesejahteraan mental anak. Ayat ini mengajarkan bahwa perhatian dan nasihat yang baik sebagai bentuk keterlibatan orang tua memiliki peran penting dalam membangun kekuatan mental anak. Berikut QS. Luqman : 16-19,

"Lukman berkata), "Wahai anakku! Sungguh, jika ada (suatu perbuatan) seberat biji sawi, dan berada dalam batu atau di langit atau di bumi, niscaya Allah akan memberinya (balasan). Sesungguhnya Allah Mahahalus, Mahateliti.(16). Wahai anakku! Laksanakanlah salat dan suruhlah (manusia) berbuat yang makruf dan cegahlah (mereka) dari yang mungkar, dan bersabarlah terhadap apa yang menimpamu, sesungguhnya yang demikian itu termasuk perkara yang penting (17). Dan janganlah kamu memalingkan wajah dari manusia (karena sombong) dan janganlah berjalan di bumi dengan angkuh. Sungguh, Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membanggakan diri (18). Dan sederhanakanlah dalam berjalan dan lunakkanlah suaramu. Sesungguhnya seburuk-buruk suara ialah suara keledai." (19).

Rasulullah SAW juga menekankan pentingnya sebuah kesehatan mental yang harus dijaga oleh orang tua. Dalam sebuah hadist Rasulullah SAW bersabda

"Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap keluarganya, dan aku adalah yang paling baik terhadap keluargaku" (HR Tirmidzi). Hadist ini menjelaskan bahwa pentingnya kasih sayang dan kebaikan orang tua terhadap keluarga mereka, yang akan mendukung kesehatan mental anak.

Keluarga merupakan lingkungan terdekat dengan individu yang berperan besar dalam membentuk karakter serta memengaruhi perkembangannya, baik secara fisik maupun psikis. Di dalam keluarga, orang tua memiliki tugas dan kewajiban terhadap keturunannya. Semua orang tua bercita-cita untuk memiliki anak yang baik secara moral dan agama sejak lahir. Orang tua dituntut untuk memaksimalkan tugas dan tanggung jawab mereka terhadap anak-anak mereka untuk memenuhi keinginannya. Orang tua masa kini menggunakan berbagai gaya pengasuhan anak, yang terburuk adalah kekerasan. Gaya lainnya termasuk bersikap baik, tidak banyak bicara, membebaskan anak, dan ramah. Kepribadian dan pola pikir anak sangat dipengaruhi oleh gaya pengasuhan mereka.

Pola asuh atau parenting merupakan bagian terpenting dalam pembentukan tingkah laku dan karakter anak yang tentunya ini merupakan kewajiban dari setiap orang tua. Tugas orang tua yang memiliki anak tidak cukup hanya dengan bertanggung jawab untuk merawat dan membesarkan anak (Subagia, 2021).

Terdapat tiga jenis pola pengasuhan orang tua yang secara umum yaitu pola pengasuhan demokratis, otoriter, permisif mengabaikan dan permisif memanjakan (Subagia, 2021).

a. Pola Asuh Otoriter

Pola asuh otoriter memiliki tuntutan yang tinggi dan respon yang rendah. Pada pola asuh ini ditandai dengan cara mengasuh anak-anak dengan aturan yang ketat, sering kali memaksa anak untuk berperilaku seperti dirinya (orang tua), kebebasan untuk bertindak atas nama diri sendiri dibatasi, kurangnya komunikasi terbuka, dan aturan ketat yang mereka terapkan pada anak-anak mereka (Ayun, 2017 dan Yanuarti, 2019).

Pola asuh otoriter yang diterapkan oleh orang tua memiliki kelebihan yaitu menjadikan anak lebih patuh kepada orang tua sedangkan kelemahan nya anak

menjadi kurang percaya diri dan kurang bebas, serta cenderung tidak mampu untuk mengeluarkan pendapatnya, anak mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain (Hasanah, 2020).

b. Pola Asuh Demokratis

Menurut Sukanto & Fauziah (2020), pola asuh demokratis adalah tipe pola asuh yang mengutamakan kepentingan anak, namun masih mengontrol anak dalam berperilaku. Orang tua dengan pola asuh demokratis bersikap rasional, selalu mendasari tindakannya pada rasio atau pemikiran (Azizah, 2019). Orang tua tidak berharap yang berlebihan yang melampaui kemampuan anak dan memberikan kebebasan pada anak untuk memilih melakukan suatu tindakan dan pendekatan yang bersifat hangat. Pola asuh demokratis yang dilakukan oleh orang tua ditunjukkan dengan memberikan kebebasan kepada anak tetapi orang tua tetap memberikan batasan-batasan untuk mengendalikan sikap dan tindakan-tindakan anak agar tetap pada aturan yang benar (Azzahra et al., 2021).

Pola asuh demokratis memungkinkan remaja untuk bebas namun tetap menetapkan batasan dan mengatur perilaku mereka. Remaja dapat dengan bebas terlibat dalam percakapan verbal satu sama lain, dan orang tua mendukung dan memberi semangat. Remaja yang mengalami pola asuh otoriter didorong untuk mematuhi peraturan orang tua mereka dan tunduk pada hukuman dan pembatasan. Orang tua yang otoriter tidak banyak berbicara dengan anak remajanya dan memberlakukan aturan dan peraturan yang kaku. Pola asuh permisif melibatkan orang tua yang jarang berinteraksi dengan remaja. Remaja dengan orang tua yang permisif tidak tunduk pada tuntutan atau kontrol (Santrock, 2003).

c. Pola Asuh Permisif

➤ Pola Asuh Permisif Mengabaikan

Pada pola asuh ini biasanya orang tua abai dan lalai serta tidak menetapkan batasan tegas atau menetapkan standar yang tinggi. Pola asuh ini cenderung membebaskan anak, tidak mengendalikan anak, dan tidak memberikan hukuman bila anak melakukan kesalahan. Pola asuh ini biasa terjadi kepada orang tua yang sibuk bekerja. Orang tua yang menerapkan pola pengasuhan ini hanya akan memenuhi kebutuhan anak saja sehingga dapat menyebabkan anak merasa terlalu bebas melakukan hal yang diinginkan (Hazizah, 2019).

Menurut Mardhiah et al., 2022, Anak yang diasuh dengan pola asuh permisif mengatakan bahwa mereka kurang diperhatikan oleh orang tuanya, orang tua tidak peduli jika mereka pulang terlambat dan tidak menanyakan perkembangan remaja disekolah, dan bebas melakukan apapun yang mereka inginkan. Pola asuh permisif akan menghasilkan karakteristik anak yang impulsif, agresif, tidak patuh, kurang mandiri, mau menang sendiri, kurang percaya diri, kurang matang secara sosial dan bisa jadi penyebab masalah mental terhadap remaja, misalnya berkeinginan untuk bunuh diri pada masa remaja (Devita, 2020).

➤ Pola Asuh Permisif memanjakan

Pada pola asuh ini remaja menjadi tidak dewasa, kurang mampu mengontrol diri dan kurang dapat bereksplorasi dengan potensi yang ada dalam dirinya, yang berdampak pada kurangnya kemampuan remaja

mengembangkan kepercayaan diri yang baik dikarenakan orang tua selalu memanjakan anak (Saputri et al., 2020).

Pada pola asuh ini orang tua selalu menuruti apa yang diinginkan oleh anaknya dengan dalih kasih sayang. Akibat dari pola asuh ini anak menjadi manja, egois, keras, dan kaku terhadap orang yang disekitarnya.

Seseorang atau masyarakat dikatakan berada dalam keadaan atau kondisi *psychological well-being* apabila mereka dapat menerima diri sendiri apa adanya, memiliki hubungan yang sehat dengan orang lain, memiliki otonomi, memiliki tujuan hidup, menguasai lingkungannya mengatasi tekanan sosial, menyadari potensinya, dan mengalami pertumbuhan pribadi yang memberikan makna pada kehidupannya (Ryff, 1989).

Teori *psychological well-being* pertama kali dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. *Psychological well-being* merupakan suatu kondisi individu yang memiliki kemampuan dalam menentukan keputusan hidupnya secara mandiri, mampu menguasai lingkungan secara efektif, mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan dan menjalankan arah dan tujuan hidup, mampu menerima diri secara positif, dan mengembangkan potensinya secara kontinu dari waktu ke waktu (Ryff, 1989).

Ryff (1989) mendefinisikan konsep *psychological well-being* dalam enam dimensi, yakni:

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri adalah sikap positif terhadap diri sendiri dan masa lalu individu yang bersangkutan. Menggambarkan evaluasi diri yang positif, kemampuan mengakui aspek diri sendiri, dan kemampuan menerima positif dan negatif kemampuan seseorang.

b. Hubungan yang positif dengan orang lain

Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan menjalin hubungan antar pribadi yang hangat dan saling mempercayai. Menggambarkan orang yang teraktualisasi dirinya mempunyai perasaan empati dan kasih sayang.

c. Otonomi

Dimensi ini merupakan kemampuan untuk menentukan nasib sendiri, mandiri dan mengatur perilakunya sendiri. Dimensi ini meliputi independen dan determinan diri, kemampuan individu menahan tekanan sosial, dan kemampuan mengatur pelakunya dari dalam.

d. Penguasaan lingkungan

Dimensi penguasaan lingkungan meliputi rasa penguasaan dan kompetensi serta kemampuan memilih situasi dan lingkungan yang kondusif. Menekankan perlunya keterlibatan dan dalam aktivitas di lingkungan, kemampuan untuk memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang rumit.

e. Tujuan hidup

Dimensi ini meliputi kesadaran akan tujuan dan makna hidup, serta arah dan tujuan dalam hidup. Keyakinan-keyakinan yang memberikan perasaan pada individu bahwa ada tujuan dan makna dalam hidupnya.

f. Pertumbuhan pribadi

Dimensi ini merupakan kemampuan diri mengembangkan potensi dirinya untuk tumbuh dan berkembang sebagai individu secara efektif pribadi meliputi kapasitas tumbuh mengembangkan meliputi potensi, serta perubahan pribadi dari waktu ke waktu mencerminkan pengetahuan diri, tumbuh dan efektivitas.

Dalam penelitian yang dilakukan (Khusniyah, 2018) menyimpulkan bahwa orang tua memainkan peran penting dalam membentuk perkembangan sosial dan emosional anak-anak mereka. Penelitian serupa yang dilakukan oleh (Stadler et al., 2010) menunjukkan terdapat hubungan antara pola dalam mengasuh anak dan masalah perilaku, seperti masalah hubungan dengan teman sebaya, dan kesehatan mental pada anak-anak di Jerman. Menurut Stadler, remaja berusia antara 15 dan 18 tahun yang menerima dukungan minim dari orang tua untuk pertumbuhan mereka lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental. Hal tersebut menunjukkan pentingnya peran orang tua dalam membangun psychological well-being anak-anaknya.

Peran pola asuh orang tua merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja dimana nantinya remaja tersebut dengan sadar dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawab. *Psychological well-being* berkontribusi terhadap keberhasilan remaja untuk mencapai kesuksesan. Remaja yang memiliki *psychological well-being* yang baik umumnya lebih mampu secara mandiri mendeskripsikan ujuan hidupnya (cita-cita). Sebaliknya, remaja yang memiliki *psychological well-being* kurang baik cenderung mudah mengalami stres, depresi, kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, cenderung tidak percaya diri (*insecure*), tidak dapat menerima dirinya dengan baik serta tidak dapat mengendalikan lingkungannya. Maka dari itu, penulis tertarik untuk membahas mengenai Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap *Psychological Well-Being* di SMKN 1 Majalaya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana dampak pola asuh orang tua terhadap *Psychological Well-Being* di SMKN 1 Majalaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian deskriptif kualitatif adalah penelitian mendeskripsikan data apa adanya, menjelaskan data atau kejadian dengan kalimat-kalimat penjelasan dengan cara kualitatif (Moleong, 2012: 6). Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara. Adapun sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling. Purposive sampling merupakan metode penarikan sampel non-random di mana peneliti menentukan identitas spesial yang cocok atau yang sesuai dengan bidang penelitian yang diperlukan oleh peneliti dan diharapkan bisa menanggapi kasus riset (Lenaini, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 5 narasumber, peneliti dapat menguraikan bagaimana peran pola asuh orang tua yang terdiri dari tiga macam pola pengasuhan yaitu pola asuh otoriter, demokratis dan permisif terhadap *psychological well-being* siswa di SMKN 1 Majalaya. Peneliti menyimpulkan bahwa pola asuh yang diberikan orang tua terhadap narasumber pertama J yaitu pola asuh permisif, hal tersebut sesuai dengan apa yang disampaikan oleh J bahwa kedua orang tuanya cenderung tidak memperhatikan, sesekali menanyakan kabar namun yang lebih

seringnya acuh tidak menanyakan kabar Ketika dia main keluar dengan temannya. Dia merasa orang tuanya hanya memberikan materi saja namun sedikit kasih sayang yang dirasakan.

Selanjutnya narasumber kedua yaitu I, peneliti menyimpulkan bahwa pola asuh yang diterima oleh I adalah pola asuh demokratis. Sesuai dengan yang disampaikan I pada saat wawancara, bahwa orang tuanya cenderung mendukung apa yang dilakukan oleh anaknya. Selalu support penuh akan apa yang cita-citakan oleh anaknya, walaupun anaknya berbuat salah orang tuanya selalu mengajaknya berdiskusi. Sesi diskusi inilah yang narasumber I paling senang, karena dia bisa bertukar pikiran dengan orang tuanya mengenai banyak hal. I merasa lebih percaya diri dengan pola asuh orang tuanya yang tersebut.

Hal serupa juga dialami oleh narasumber ketiga yaitu S bahwa ia menerima pola asuh demokratis. Dia menyampaikan bahwa dirinya sangat senang karena orang tuanya bisa mendengarkan ketika bercerita, selalu mengarahkan jikalau sedang kebingungan namun tetap keputusan ada di tangan anaknya. S merasa tenang dan nyaman mempunyai orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis terhadap dirinya.

Begitupun dengan narasumber yang keempat yaitu M, ia membeberkan bahwa pola asuh orang tuanya demokratis. Hal ini ditandai dengan hangatnya perlakuan yang ia dapatkan dari orang tuanya, selalu membimbing dan mengarahkan walaupun keputusannya tetap ada di tangan M. M merasa nyaman karena pola asuh orang tuanya yang tidak mengekang.

Selanjutnya narasumber kelima yaitu T, peneliti menyimpulkan bahwa pola asuh yang diterima oleh T adalah pola asuh otoriter. Hal ini Sesuai dengan yang disampaikannya pada saat wawancara, bahwa selama ini dia merasa tidak bebas mengekspresikan apa yang ia inginkan, di kekang, bahkan ketika ia berprestasi jarang mendapatkan apresiasi dari orang tuanya terutama dari Ayahnya. Selama ini ia berusaha mendapatkan prestasi tanpa sepengetahuan dari orang tuanya. Ia merasa tidak nyaman dengan pola asuh yang diterapkan oleh orang tuanya selama ini. Menurutny Emosi yang kurang terkendali menjadi salah satu akibat dari pola asuh orang tua yang otoriter.

Psychological well-being pada siswa SMKN 1 Majalaya dapat dilihat melalui 6 (enam) dimensi yang telah diuraikan di atas. sehingga secara keseluruhan peneliti menemukan bahwa *psychological well-being* pada siswa SMKN 1 Majalaya ada yang baik dan ada yang kurang baik (perlu bimbingan). Dari hasil wawancara Peneliti menemukan ini bahwa kelima subjek penelitian memiliki *psychological well-being* yang baik ada pada dimensi

hubungan positif dengan orang lain, dimensi tujuan hidup, dan dimensi pertumbuhan pribadi. Adapun kelima subjek penelitian dalam penelitian ini memiliki *psychological well-being* yang kurang baik pada dimensi penerimaan diri, dimensi otonomi/kemandirian, dan dimensi penguasaan lingkungan.

Dimensi <i>psychological well-being</i>	Narasumber	Hasil Wawancara
Penerimaan diri	J, I S, M T	Subjek memandang dirinya secara positif (tidak membandingkan diri dengan orang lain) Subjek menyukai dirinya tapi masih belum terlalu puas (kadang masih suka membandingkan diri dengan orang lain) Subjek menyukai dirinya tapi masih belum terlalu puas (merasa kepercayaan dirinya berkurang dan suka membandingkan diri dengan orang lain)
Hubungan Positif dengan Orang Lain	J, I, S, M, T	Subjek sudah bisa membangun hubungan baik dengan orang lain, membangun empati, dan mulai berdamai dengan diri sendiri
Otonomi/Kemandirian	J, I, T S, M	Bisa mengambil keputusan sendiri, mampu menyuarakan pendapat namun masih merasa khawatir dengan penilaian orang lain. Introspeksi diri menjadi jalan terakhir apabila ada penilaian negatif terhadap diri mereka. Selalu meminta pendapat dari orang tua/orang lain walaupun keputusan akhirnya ada pada diri mereka sendiri. Merasa khawatir dengan penilaian orang lain. Introspeksi diri menjadi jalan terakhir apabila ada penilaian negatif terhadap diri mereka.
Penguasaan Lingkungan	J, I S, M T	Merasa cocok dengan lingkungan tempat tinggalnya, bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Merasa kurang cocok dengan lingkungan sekitar rumahnya. Ia merasa lingkungan terdekatnya memberikan pengaruh negatif bagi dirinya.

		Merasa kurang cocok dengan lingkungan sekitarnya, T menganggap bahwa lingkungan sekitar rumahnya memiliki pemikiran tertutup terutama mengenai pendidikan.
Tujuan Hidup	J, I, S, M, T	Mulai merancang masa depan, walaupun terkadang ada perasaan kecewa karena hasil yang didapat tidak sesuai dengan ekspektasi.
Pertumbuhan Pribadi	J, I S, M T	Merasa disiplin dan mulai tertarik dengan acara seminar untuk upgrade diri walaupun mengikuti seminarnya jikalau topiknya menarik menurut mereka. Merasa lebih disiplin dan mulai mengagendakan untuk upgrade diri dengan mengikuti seminar. Regulasi emosinya mulai terkendali dan merasa lebih disiplin.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pola asuh orang tua yang permisif yang diberikan oleh orang tua J tidak terlalu berdampak terhadap *psychological well-being* narasumber. Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh narasumber bahwa ia merasa biasa saja karena sudah terbiasa dengan pola asuh orang tuanya.

Selanjutnya peneliti menyimpulkan bahwa pola asuh demokratis memberikan dampak yang positif terhadap *psychological well-being*. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan narasumber I, S dan M, mereka mendapatkan dukungan penuh dari orang tua mereka untuk melakukan hal-hal yang positif.

Adapun pola asuh yang diberikan oleh orang tua T yaitu otoriter dimana pola asuh ini memberikan dampak negatif terhadap *psychological well-being* narasumber. Hal ini dipertegas dengan hasil wawancara dengan narasumber, ia mengungkapkan bahwa pola asuh tersebut berdampak pada psikologisnya, yang ditandai dengan tidak bebasnya mengekspresikan apa yang ia inginkan, dikekang, bahkan ketika ia berprestasi jarang mendapatkan apresiasi dari orang tuanya terutama dari Ayahnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan terimakasih kepada siswa yang terlibat dalam penelitian ini.

Ucapan terimakasih juga juga disampaikan kepada Tim BK SMKN 1 Majalaya atas dukungan, semangat serta motivasi yang diberikan selama proses penelitian kepada penulis.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemahannya. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Badan Litbang dan Diklat Kementrian Agama RI, 2019.
- Adhyka, Intan, et al. (2023). Analisis Kesehatan Mental Remaja Berdasarkan Global School Based Student Health Survey (GSHS) Siswa di Pesantren Modern. *Jurnal Pembangunan Nagari*. 8(2), 198-209.
- Ayun, Q. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Metode Pengasuhan dalam Membentuk Kepribadian Anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1), p. 102. doi: 10.21043/thufula.v5i1.2421
- Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461.
- Azizah, I. N. (2019). Pengaruh Pola Asuh Demokratis Orang Tua terhadap Cara Bergaul Anak: Studi di Desa Derik, Susukan, Banjarnegara. *Yinyang: Jurnal Studi Islam Gender Dan Anak*, 14(2), 329-345.
- Bobrowski, K., & Ostaszewski, K. (2022). *Risk and protective factors associated with internalizing and externalizing mental health problems among 13-15- year-old youth. Psychiatria Polska*, 56(5), 1033–1048. <https://doi.org/10.12740/PP/139519>
- Devita, Y. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 503-512. <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/967>
- Fadilla, Aisyah Raihan (2023). Gambaran Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. *Skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*.
<https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/33070/>
- Hazizah, N. (2019). Permisivve parenting effect toward emotional development of early childhood. <https://doi.org/10.24036/kolokium-pls.v7i1.17>
- Khusniyah, N. L. (2018). Peran orang tua sebagai pembentuk emosional sosial anak. *QAWWAM*, Vol.11 No., 87–102. <https://doi.org/https://doi.org/10.20414/qawwam.v12i1.782>
- Kholifah, N., & Sodikin, S. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dan lingkungan teman sebaya dengan masalah mental emosional remaja di SMP N 2 Sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).

- Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. *Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33–39.
- Moleong, Lexy J. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Ruswandi, U., & Fitriyani, L. (2023). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja Di Wilayah Curug Topik Bojongsari Kota Depok Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6421-6426.
- Ryff, C.D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology*, 6 (57), 1069-1081.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja* (Ed. 6). Jakarta: Erlangga
- Saputri, L. K., Lestari, D. R., & Zwagery, R. V. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja di SMK Borneo Lestari Banjarbaru. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(1), 34-42.
- Subagia, N. I. (2021). *Pola Asuh Orang Tua*. Bali: Nilacakra
- Sukamto, R. N., & Fauziah, P. (2020). Identifikasi Pola Asuh di Kota Pontianak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 923-930.
- Stadler, C., Feifel, J., Rohrmann, S., Vermeiren, R., & Poustka, F. (2010). *Peer-victimization and mental health problems in adolescents: are parental and school support protective?* *Child Psychiatry Hum Dev* (2010) 41 371–386.
<https://doi.org/10.1007/s10578-010-0174-5>
- WHO. (2020). *Mental Health Of Adolescents*.
<https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTMzOA==>)