
FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL REMAJA DI KOTA BATAM

Widya Reza^{1*}, Serly Tri Ananda², Tiara Ivanca³, Alya Fadilah⁴, Steven Jonathan⁵

^{1,2,3,4,5} Jurusan Matematika, Falkutas Teknologi Informasi, Institut Teknologi Batam, Jln Gajah Mada, Kompleks vitka City, Tiban Ayu - Sekupang, Batam 29425, Kepulauan Riau

¹widya@iteba.ac.id ²serlytrianandaa@gmail.com ³tiairaivanca94@gmail.com

⁴alyafadilah2000@gmail.com ⁵stevenjonathan123098@gmail.com

*Corresponding author

ABSTRAK

Sejak pandemi Covid-19 tidak sedikit remaja Indonesia memiliki masalah mental emosional. Untuk mengatasi hal tersebut, perlu diketahui faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variabel pola asuh orang tua, kondisi kesehatan lingkungan dan sosial ekonomi terhadap kesehatan mental remaja di Kota Batam dengan menggunakan analisis regresi linier berganda. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Batam. Penentuan jumlah sampel menggunakan metode *lameshow* dengan hasil 200 responden dan untuk teknik pengambilan sampelnya menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pola asuh orang tua, kesehatan lingkungan dan sosial ekonomi terhadap kesehatan mental remaja di Kota Batam.

Kata Kunci:

Kesehatan Mental; Pola Asuh Orang Tua; Kesehatan Lingkungan; Sosial Ekonomi

ABSTRACT

Since the Covid-19 pandemic, many Indonesian teenagers have had mental and emotional problems. To overcome this, it is necessary to know the factors that affect the mental health of adolescents. The purpose of this study was to determine the effect of parenting style variables, environmental and socio-economic health conditions on adolescent mental health in Batam City by using multiple linear regression analysis. The population in this study were teenagers in Batam City. Determination of the number of samples using the lameshow method with the results of 200 respondents and for the sampling technique using purposive sampling technique. The results of this study indicate that there is a significant influence of parenting patterns, environmental health and socio-economics on the mental health of adolescents in Batam City.

Keywords:

Mental health; Parenting; Environment; Socio-Economic

1. PENDAHULUAN

Menurut *Who Health Organization* (WHO) masa remaja adalah tahap kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun. Ini merupakan tahap unik dari perkembangan manusia dan periode penting untuk meletakkan dasar bagi kesehatan yang baik. Remaja akan mengalami perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial yang cepat. Hal ini mempengaruhi cara, berpikir, membuat keputusan, dan berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Jika perubahan dan masalah yang terjadi dalam kehidupan tidak di kendalikan dengan baik akan dapat memicu masalah emosional pada remaja. Menurut pakar kesehatan Merriam Webster kesehatan mental adalah keadaan emosional dan psikologis kesejahteraan, dimana

individu menggunakan kemampuan kognitif dan emosional mereka untuk berfungsi dalam komunitas mereka dan memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka¹.

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 membuktikan bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental bermanifestasi gejala seperti depresi dan kecemasan pada remaja usia 15 tahun ke atas mencapai 6,1% dari total penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Menurut *sample registry* yang dilakukan Badan Litbangkes pada tahun 2016, sebanyak 1.800 kasus bunuh diri per tahun atau 5 kasus per hari, dimana 47,7% korban bunuh diri adalah anak-anak berusia 10-39 tahun yang merupakan umur anak remaja dan usia produktif.

Data UNICEF tahun 2021 anak usia 10-19 tahun rentan terhadap gangguan kecemasan dan gangguan perilaku dimana gangguan tersebut sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental. Dan sejak Covid-19 berlangsung, remaja di Indonesia mengalami penurunan kontak sosial, dan penurunan keaktifan fisik.

Kesehatan mental remaja di akibatkan oleh beberapa faktor, salah satunya faktor pola asuh orang tua. Pola Asuh Adalah suatu proses mendidik, membimbing, mendisiplinkan dan melindungi anak hingga dewasa sesuai norma sosial. Gaya pengasuhan sangat mempengaruhi bagaimana anak berperilaku dan membentuk karakter mereka secara keseluruhan. Jenis pola asuh pengasuhan ada tiga jenis, yaitu: pola asuh demokratis, pola asuh otoriter, dan pola asuh permisif. Masing-masing pola asuh tersebut berdampak bagi perkembangan anak dan remaja.²

Pola asuh demokratis ialah gaya asuh mendorong remaja untuk bebas namun tetap memberikan Batasan dan kontrol atas komunitas verbal timbal balik adalah gratis, dan orang tua bersikap hangat dan memberi semangat kepada remaja. Pola asuh otoriter adalah gaya pengasuhan yang membatasi dan menghukum yang mendesak remaja untuk mengikuti instruksi orang tua mereka. Orang tua yang otoriter menetapkan Batasan dan kontrol yang ketat terhadap remaja dengan sedikit komunikasi verbal. Pola asuh permisif adalah gaya asuh dimana orang tua kurang peduli terhadap anak remajanya. Orang tua yang permisif tidak menuntut atau mengontrol remaja.²

Selain itu kondisi kesehatan lingkungan juga merupakan salah satu faktor dalam mempengaruhi kesehatan mental. Sebab kondisi rumah yang berkaitan dengan kondisi lingkungan apabila tidak memenuhi syarat, dapat menimbulkan gangguan kesehatan, baik itu kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Salah satu kondisi lingkungan yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan ialah tinggal di pemukiman padat penduduk, daerah kumuh, ventilasi yang buruk, konstruksi rumah yang rusak dan lain-lain. Kondisi tersebut tidak hanya membuat gangguan kesehatan mental saja tetapi kondisi tersebut dapat menyebabkan gangguan kecemasan hingga gangguan jiwa.³

Salah satu faktor lainnya yang mempengaruhi kesehatan mental adalah sosial ekonomi. Lingkungan sosial merupakan lingkungan yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia, karena tanpa dukungan sekitarnya, seseorang tidak dapat berkembang secara normal. Dengan demikian lingkungan sosial merupakan masyarakat dan berbagai system normative yang ada di sekitarnya.⁴ Sedangkan pengaruh ekonomi yang tidak mencukupi dapat menyebabkan kurangnya kesempatan orang tua untuk bersama anak-anaknya, karena orang tua selalu sibuk mencari nafkah, dan pendapatan keluarga yang tidak mencukupi sehingga orang tua kurang memperhatikan kondisi kesehatan mental anak. Tujuan penelitian ini yaitu

menganalisis pengaruh pola asuh orang tua, kondisi kesehatan lingkungan dan sosial ekonomi terhadap kesehatan mental remaja di Kota Batam.

2. METODE

Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi untuk penelitian ini meliputi:

1. Kriteria inklusi:

- a. Remaja yang berusia 10-19 tahun
- b. Remaja yang bertempat tinggal di wilayah Kota Batam, Provinsi Kepulauan Riau
- c. Masih tinggal bersama orang tua
- d. Bersedia menjadi responden

2. Kriteria Eksklusi:

- a. Memiliki keterbatasan fisik atau gangguan mental
- b. Telah menikah
- c. Responden mengundurkan diri dari proses penelitian

Sampel yang dijadikan objek penelitian adalah remaja di Kota Batam dengan populasi yang tidak diketahui jumlahnya. Maka dari itu jumlah sampel yang ditentukan dari banyaknya populasi remaja di Kota Batam menggunakan metode *Lameshow*, yaitu:

$$n = \frac{Z_a^2 pq}{d^2} = \frac{Z^2 p(1-p)}{d^2} \quad (1)$$

Keterangan:

n: jumlah sampel

p: proporsi subyek dari penelitian sebelumnya. Proporsi remaja di Kota Batam sebelumnya pada tahun 2020 diketahui sebesar 12,7%. Jika tidak menemukan dari penelitian sebelumnya, gunakan 0,5.

q: 1 - p (1 - 0,127 = 0,873)

d: tingkat presepsi/batas kesalahan (0.05)

Z: tingkat kepercayaan sebesar 95%

Sehingga di peroleh hasil

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,127 \times 0,873}{0,05^2} = 170,36$$

Jadi, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 170,36 sampel dibulatkan sebanyak 200 sampel.

Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah:

H₁ : Terdapat pengaruh yang signifikan dari pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja

H₂: Terdapat pengaruh yang signifikan dari kondisi kesehatan lingkungan terhadap kesehatan mental remaja

H₃: Terdapat pengaruh yang signifikan dari sosial ekonomi terhadap kesehatan mental remaja

H₄: Terdapat pengaruh yang signifikan dari pola asuh orang tua, kondisi kesehatan lingkungan dan sosial ekonomi secara simultan terhadap kesehatan mental remaja.

Data yang telah dikumpulkan di uji dengan menggunakan analisis regresi linier berganda untuk mengetahui apakah hipotesis diterima atau ditolak. Persamaan analisis regresi pada penelitian ini adalah:⁵

$$Y = \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \varepsilon \tag{2}$$

Dimana:

- Y : variabel dependen
- X₁, X₂, X₃ : variabel independen
- β₁, β₂, β₃: : koefisien masing-masing variabel independen

Uji parsial untuk menguji pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen adalah:

$$t_{hitung} = \frac{\beta_j}{S\beta_j} \tag{3}$$

Dimana:

- β_j : koefisien variabel independen ke-j
- Sβ_j : kesalahan baku koefisien regresi

Untuk menguji pengaruh seluruh variabel independen secara simultan terhadap variabel dependen digunakan uji F.

$$F_{hit} = \frac{R^2/k}{(1-R^2)/(n-k-1)} \tag{4}$$

Dimana:

- R² : koefisien determinasi
- n : jumlah sampel
- k : jumlah variabel independen

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil analisis regresi linier berganda pada penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Koefisien Regresi

<i>Variabel</i>	B	<i>t</i>	Sig.
(Constant)	0.355	2.022	0.045
Pola asuh orang tua (X ₁)	0.242	5.491	0.000
Kondisi kesehatan lingkungan (X ₂)	0.480	13.565	0.000
Sosial ekonomi (X ₃)	0.137	3.566	0.000

Berdasarkan Tabel 1, model analisis regresi linier berganda adalah:

$$Y = 0.355 + 0.242X_1 + 0.480X_2 + 0.137X_3$$

Untuk menjawab hipotesis uji parsial dalam penelitian ini, dapat dilihat berdasarkan nilai uji *t* atau nilai signifikansi pada Tabel 1. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa variabel independen mempengaruhi variabel dependen secara signifikan. Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa masing-masing variabel independen (Pola asuh orang tua, Kondisi kesehatan lingkungan dan Sosial ekonomi) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen (kesehatan mental remaja). Berdasarkan hasil ini, dapat dikatakan bahwa hipotesis penelitian H₁, H₂ dan H₃ dapat diterima.

Hasil pengujian hipotesis untuk uji simultan (H₄) dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Simultan

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	26.809	3	8.936	105.350	0.000
	Residual	16.626	196	0.085		
	Total	43.435	199			

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang nilainya lebih kecil dari 0,05. Ini berarti bahwa hipotesis uji simultan (H₄) dapat diterima. Jadi dapat dikatakan bahwa seluruh variabel independen (Pola asuh orang tua, Kondisi kesehatan lingkungan dan Sosial ekonomi) secara simultan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen (kesehatan mental remaja).

Untuk melihat seberapa besar kontribusi dari seluruh variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen dapat dilihat berdasarkan nilai *Adjusted R-Square* pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil R Square

		Model Summary		
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.786	0.617	0.611	0.29125

Dari Tabel 3 dapat dilihat besarnya nilai *Adjusted R Square* adalah 0.611. Nilai ini berarti bahwa proporsi varians pada variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen sebesar 61.1%. Dengan kata lain, variabel pola asuh orang tua, kondisi kesehatan lingkungan dan sosial ekonomi dapat menjelaskan variabel kesehatan mental remaja sebesar 61.1%. sisanya sebesar 38.9% dijelaskan oleh variabel diluar model ini.

Pembahasan

Indonesia merupakan negara dengan gangguan kesehatan mental ke empat dan kecemasan ke lima di dunia.⁶ Masalah ini perlu diwaspadai karena peluang gangguan kesehatan mental akan semakin memburuk jika penyebabnya tidak segera ditanggulangi dengan baik.

Pada penelitian ini, pola asuh orang tua berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Hoskins mengemukakan bahwa para peneliti menemukan fakta orang tua yang

demokratis menunjukkan pemantauan yang tinggi selama masa kanak-kanak dan sedikit menurun ketika anak mereka masuk usia remaja.⁷

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian bahwa terdapat pengaruh signifikan dari pola asuh demokratis terhadap kesehatan mental remaja. Semakin menurun pola asuh demokratis maka masalah kesehatan mental remaja semakin meningkat.⁸

Selain pola asuh orang tua, persentase penduduk yang mengalami gangguan mental pada lingkungan tidak sehat dan lingkungan kurang sehat masih cukup tinggi.⁹ Hal ini disebabkan karena mereka merasa lingkungan tidak aman, tidak nyaman dan tidak layak untuk ditempati karena berada di lingkungan kumuh sehingga menyebabkan seseorang menjadi stres, cemas, panik dan depresi. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kondisi lingkungan dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan kondisi kesehatan lingkungan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja di Kota Batam. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan di Malaysia dan Inggris oleh Zainal et al., Barners et al., dan Liddell & Guiney, menyatakan bahwa kondisi kesehatan lingkungan berdampak pada kesehatan mental yang terkait dengan kecemasan dan depresi seseorang.^{10,11,12}

Apabila keadaan ini terus berlanjut, maka mungkin akan menyebabkan gangguan jiwa yang nantinya akan berdampak pada kehilangan pekerjaan, kesulitan dalam membiayai kebutuhan hidup, dan pengobatan hingga menyebabkan kehilangan rumah tinggal. Pada akhirnya, dapat menjadi kerugian berganda yaitu gangguan kesehatan mental, kondisi permukiman yang buruk, dan kehilangan pekerjaan.¹³

Kondisi kesehatan lingkungan berkaitan dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat. Masyarakat dengan status sosial ekonomi rendah umumnya tinggal di pemukiman kumuh dan tidak sehat. Gambaran permukiman kumuh erat kaitannya dengan keadaan permukiman yang tidak layak huni, tingkat kepadatan yang tinggi, kualitas bangunan dengan sarana dan prasarana yang tidak memenuhi syarat.¹⁴ Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi sosial ekonomi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja di Kota Batam. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andina dan Evans, bahwa kelompok masyarakat yang berisiko mengalami gangguan kesehatan mental, salah satunya adalah kelompok masyarakat miskin.^{15,16} Hasil ini juga sejalan dengan penelitian bahwa keterlibatan seseorang dalam suatu kelompok sosial dapat berawal dari tingkat pendidikan, dan kelompok sosial ini dapat berperan dalam kesehatan mental seseorang.¹⁵

4. KESIMPULAN

Pola asuh orang tua, kondisi kesehatan lingkungan dan sosial secara signifikan mempengaruhi kesehatan mental remaja di Kota Batam. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan adanya perhatian pemerintah dalam menangani masalah kesehatan mental remaja di Kota Batam dengan memperhatikan faktor yang mempengaruhi kesehatan mental tersebut.

5. REFERENSI

- [1] Zulkarnain., & Fatimah, S. (2019). Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam. *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, vol. 10, no. 1 Tahun 2019, pp 18-38, 20.
- [2] Devita, Yeni. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 505.
- [3] Dharmayanti, Ika. Tjandrarini, Dwi H. Hidayangsih, Puti S. Nainggolan, Olwin. (2018).

- Pengaruh Kondisi Kesehatan Lingkungan dan Sosial Ekonomi Terhadap Kesehatan Mental Indonesia. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, vol 17 no.2 Desember 2018, 64-65.
- [4] Replita. (2018). Pengaruh Lingkungan Sosial dan Keadaan Ekonomi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Remaja di Kelurahan Aek Tempang. *Jurnal Kajian Gender dan Anak*, vol. 02 no. 2 Tahun 2018, 148-150.
- [5] Ghozali, I. (2013). *Aplikasi analisis multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Penerbit Badan Penerbit Undip.
- [6] World Health Organization (2014a) WHO | Mental disorders, Who. Available at: <http://web.archive.org/web/20150518090215/>
- [7] Hoskins, D.H. (2014). Consequence of Parenting on Adolescent Outcomes. *Journal of Societies, USA*.
- [8] Tam, Cai-Lian., Chong, Amanda., Kadirvelu, Amudha., Khoo, Yoon-Ting. (2012). Parenting Style and Self Efficacy of Adolescent: Malaysian Scenario. *Global Jorunal of Human Social Science*, Vol 12.
- [9] Mason, K. E., Baker, E., Blakely, T. and Bentley, R. J.(2013). Housing affordability and mental health: Does the relationship differ for renters and home purchasers?. *Social Science and Medicine*, pp. 91–97.
- [10] Zainal, N. R., Kaur, G., Ahmad, N. ‘Aisah and Khalili, J. M. (2012). Housing Conditions and Quality of Life of the Urban Poor in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 50(July 2012), pp. 827–838.
- [11] Barners, M., Cullinane, C., Scott, S. and Silvester, H. (2013). People living in bad housing -numbers and health impacts, Shelter. London. Available at: https://england.shelter.org.uk/__data/assets/pdf_file/0010/726166/People_living_in_bad_housing.pdf%0Awww.natcen.ac.uk.liioul
- [12] Liddell, C. and Guiney, C. (2015). Living in a cold and damp home: frameworks for understanding impacts on mental well-being. *Public Health. Elsevier*, 129(3), pp. 191–199.
- [13] World Health Organization. (2013). Investing in mental health: Evidence for action, Investing in mental health: Evidence for action. Geneva, Switzerland.
- [14] Republik Indonesia. (2011). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2011 tentang Perumahan dan Kawasan Permukiman.
- [15] Andina, E. (2013). Protection of Mental Disorders Risk Group. *Aspirasi*, 4(2), pp. 143–154.
- [16] Evans, S. S. M. (2016). Examining the relationship between socioeconomic status and mental health quality of life in a rural neighborhood context. University of Iowa. Available at: <http://ir.uiowa.edu/etd/3081>.