Arus Jurnal
Psikologi dan Pendidikan (AJPP)
*Website: http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp*
*Email: jurnal.ajpp@ardenjaya.com*

# Hubungan antara Keterlibatan Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja Di SMPN 4 Tilamuta

**INFO PENULIS**

Taufik Djafar
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
taufikdjafar5@gmail.com

Anik Indarwati
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
anikindarwaty@umgo.ac.id

Zulkarnain
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
zulkarnain@umgo.ac.id

**INFO ARTIKEL**

ISSN: 2963-8933
Vol. 5, No. 2 Juni 2026
http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

***Saran Penulisan Referensi:***

Djafar, T., Indarwati, A., & Zulkarnain. (2026). Hubungan antara Keterlibatan Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja Di SMPN 4 Tilamuta. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan (AJPP), 5*(2), 878-886.

**Abstrak**

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, sosial, dan akademik yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental. Oleh karena itu, dukungan dari lingkungan terdekat, khususnya orang tua, menjadi faktor penting dalam membantu remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan secara adaptif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan orang tua dengan kesehatan mental remaja pada siswa SMP Negeri 4 Tilamuta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 164 siswa dengan sampel sebanyak 62 siswa yang dipilih menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala keterlibatan orang tua dan Skala *Mental Health Continuum-Short Form* (MHC-SF). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara keterlibatan orang tua dengan kesehatan mental remaja, dengan nilai koefisien korelasi sebesar r = 0,360 dan nilai signifikansi sebesar p = 0,004 (p < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat kesehatan mental remaja. Sebaliknya, semakin rendah keterlibatan orang tua cenderung berkaitan dengan rendahnya tingkat kesehatan mental remaja. Dengan demikian, keterlibatan orang tua memiliki hubungan yang penting dengan kesehatan mental remaja dan perlu mendapat perhatian dalam upaya mendukung perkembangan psikologis remaja.

**Kata Kunci:** Kesehatan Mental, Keterlibatan Orang Tua, Remaja.

**Abstract**

*Adolescence is a developmental period marked by significant physical, emotional, social, and academic changes that can influence mental health. Support from the immediate environment, particularly parents, is a critical factor in enabling adolescents to adapt to these developmental challenges. This study examined the relationship between parental involvement and adolescent mental health among students at* SMP Negeri 4 Tilamuta*. A quantitative approach with a correlational design was employed. The research population comprised 164 students, and a sample of 62 students was selected using cluster random sampling. Data were collected using a parental involvement scale and the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF). Data analysis utilized the Pearson Product Moment correlation test. The results demonstrated a positive and significant relationship between parental involvement and adolescent mental health, with a correlation coefficient of r = 0.360 and a p-value of 0.004 (p < 0.05). These findings suggest that higher levels of parental involvement are associated with better adolescent mental health, while lower parental involvement is linked to poorer mental health outcomes. Therefore, parental involvement is an important factor in adolescent mental health and should be prioritized in efforts to support psychological development.*

**Keywords:** Mental Health, Parental Involvement, Adolescents.

## A. Pendahuluan

Kesehatan mental remaja dalam beberapa tahun terakhir menjadi isu yang semakin menonjol dalam kajian psikologi perkembangan dan pendidikan. Remaja, khususnya pada fase remaja awal yang umumnya berada pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), mengalami perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang signifikan. Dalam fase ini, remaja menjadi lebih sensitif terhadap tekanan akademik, ekspektasi sosial, serta dinamika relasi interpersonal, sehingga kerentanan terhadap gangguan kesejahteraan psikologis meningkat (Wu, 2024).

Secara global, persoalan kesehatan mental remaja menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. World Health Organization melaporkan bahwa sekitar 14% remaja di dunia mengalami gangguan kesehatan mental, dengan depresi dan kecemasan sebagai bentuk yang paling umum (WHO, 2025). Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* melaporkan bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental (*Health et a*l., 2022). Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 juga menunjukkan prevalensi masalah kesehatan jiwa di Provinsi Gorontalo sebesar 1,6% (Kemenkes, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental remaja merupakan isu penting yang membutuhkan perhatian keluarga maupun institusi pendidikan.

Dalam sudut pandang psikologi, kesehatan mental tidak hanya dipahami sebagai ketiadaan gangguan psikologis, tetapi sebagai kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang memungkinkan individu berfungsi secara optimal. Keyes (2002) menjelaskan bahwa kesehatan mental berada pada spektrum *flourishing, moderate mental health*, dan *languishing*. *Flourishing* menggambarkan kondisi kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang tinggi, sedangkan *languishing* menunjukkan rendahnya fungsi kesejahteraan psikologis, emosional dan sosial. Sementara itu, *moderate mental health* berada pada kondisi di antara *flourishing* dan *languishing*.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki kontribusi signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Hubungan orang tua–anak yang hangat dan suportif terbukti berhubungan dengan tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah pada remaja (Hao et al., 2025). Hasil sintesis penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian sosial remaja (Lei, 2023). Keterlibatan orang tua merujuk pada partisipasi aktif orang tua dalam kehidupan akademik dan emosional anak, termasuk pengasuhan yang suportif, komunikasi yang efektif, pendampingan belajar di rumah, serta kolaborasi dengan sekolah (Epstein, 2001).

Sejumlah penelitian di Indonesia telah mengkaji hubungan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental remaja. Penelitian Magfiroh (2024), menunjukkan adanya hubungan signifikan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental pada siswa SMP. Hasanah et al., (2025), juga menemukan bahwa dukungan orang tua berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis remaja dalam konteks pendidikan berbasis asrama. Selain itu, penelitian Alnodula dan Alnodula & Satriyandari (2025), menemukan adanya hubungan antara peran orang tua dan kesehatan mental siswa di SMA Negeri 1 Mlati. Namun demikian, sebagian besar penelitian

tersebut dilakukan di wilayah perkotaan dan belum secara spesifik mengkaji remaja awal pada jenjang SMP di wilayah kabupaten.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan pada 13 Februari 2026 di SMP Negeri 4 Tilamuta melalui observasi dan wawancara kepada kepala sekolah, wali kelas, serta lima siswa, ditemukan indikasi adanya permasalahan kesehatan mental pada sebagian siswa, seperti kurangnya partisipasi dalam pembelajaran, kecemasan akademik, kesulitan mengontrol emosi, serta rendahnya kepercayaan diri. Beberapa siswa juga menyampaikan bahwa mereka jarang berdiskusi dengan orang tua mengenai masalah pribadi atau akademik karena orang tua sibuk bekerja. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian siswa mungkin berada pada kategori moderate mental health bahkan mengarah pada languishing.

Meskipun hubungan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental telah banyak diteliti, penelitian pada remaja awal jenjang SMP di wilayah Kabupaten Boalemo masih sangat terbatas. Selain itu, belum terdapat penelitian yang secara khusus dilakukan pada siswa SMP Negeri 4 Tilamuta. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental pada siswa SMP Negeri 4 Tilamuta.

## Tinjauan Pustaka

### Kesehatan Mental

Menurut Keyes (2002), kesehatan mental adalah sindrom yang terdiri dari perasaan positif dan fungsi positif dalam hidup seseorang. Kesehatan mental mencakup keadaan puas dengan kehidupan, memiliki tujuan hidup, kemampuan untuk mengembangkan potensi diri, dan kemampuan untuk menjalin hubungan sosial yang positif dengan orang lain. Keyes (2002), juga menjelaskan bahwa kesehatan mental berada pada kontinum flourishing, moderate mental health, dan languishing. Individu dalam keadaan flourishing menunjukkan tingkat kesehatan mental yang tinggi, sedangkan individu dalam keadaan languishing menunjukkan kesejahteraan psikologis, emosional dan sosial yang rendah. Sementara itu, moderate mental health menggambarkan keadaan seseorang yang berada di antara flourishing dan languishing. Menurut Keyes (2002), terdapat tiga aspek dalam kesehatan mental yaitu kesejahteraan emosi, kesejahteraan psikologis, dan kesejahteraan sosial.

Daradjat (2014) menekankan bahwa suasana keluarga dan lingkungan pendidikan memiliki peran sentral dalam membentuk keseimbangan jiwa individu. Kehidupan keluarga yang harmonis, komunikasi yang terbuka, serta dukungan emosional yang konsisten dapat memperkuat kestabilan mental. Sebaliknya, lingkungan yang penuh konflik atau kurang perhatian berpotensi menimbulkan ketegangan batin yang berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja. Semiun (2006) juga menambahkan bahwa kesehatan mental berkaitan erat dengan kemampuan penyesuaian diri dan integrasi kepribadian. Individu yang sehat secara mental mampu mengelola konflik internal, menghadapi frustrasi, serta mempertahankan stabilitas emosi dalam menghadapi tekanan. Pada masa remaja, kemampuan ini menjadi penentu penting dalam menghadapi tuntutan akademik dan dinamika hubungan sosial yang semakin kompleks.

### Keterlibatan Orang Tua

Dalam perspektif Epstein (2001), keterlibatan orang tua ditempatkan dalam kerangka kemitraan antara keluarga, sekolah, dan komunitas. Melalui enam bentuk keterlibatan yaitu *parenting, communicating, volunteering, learning at home, decision making*, dan *collaborating with community*, orang tua tidak hanya berfungsi sebagai pendukung pasif, tetapi sebagai mitra aktif dalam sistem pendidikan. Pendekatan ini menegaskan bahwa kualitas hubungan sekolah dan keluarga memiliki implikasi terhadap perkembangan akademik dan sosial anak.

Hoover-Dempsey & Sandler (2005), menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua dipengaruhi oleh keyakinan terhadap peran dan tanggung jawabnya dalam pendidikan anak, persepsi terhadap kesempatan yang diberikan sekolah, serta motivasi dan efikasi diri untuk berpartisipasi. Dengan demikian, keterlibatan orang tua tidak hanya dipengaruhi oleh program sekolah, tetapi juga oleh kesadaran dan komitmen pribadi orang tua dalam perkembangan anak. Sementara itu, Hill & Tyson (2009), menekankan bahwa pada masa remaja, bentuk keterlibatan yang efektif lebih bersifat *academic socialization*, seperti komunikasi mengenai harapan pendidikan, strategi belajar, dan orientasi masa depan. Pada fase ini, keterlibatan orang tua lebih efektif ketika berfungsi sebagai pemberi makna, pengarah nilai, dan sumber dukungan emosional, bukan sekadar pengawas.

## B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental remaja pada siswa SMP Negeri 4 Tilamuta. Populasi penelitian berjumlah 164 siswa kelas VII, VIII, dan IX. Sampel penelitian terdiri dari 62 siswa yang dipilih menggunakan teknik cluster random sampling. Variabel penelitian meliputi keterlibatan orang tua sebagai variabel independen dan kesehatan mental sebagai variabel dependen.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi berbentuk kuesioner. Variabel keterlibatan orang tua diukur menggunakan skala berdasarkan teori Epstein (2001) yang diadaptasi dari Ramadhan (2022). Sementara itu, kesehatan mental diukur menggunakan *Mental Health Continuum-Short Form* (MHC-SF) dari Keyes (2002), yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Putra (2023). Sebelum digunakan, instrumen penelitian diuji validitas menggunakan teknik korelasi *Product Moment Pearson* dan reliabilitasnya diuji menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* untuk memastikan kelayakan alat ukur.

Data penelitian dianalisis menggunakan bantuan program SPSS. Analisis dilakukan melalui uji statistik deskriptif, uji normalitas, dan uji linearitas. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental remaja pada siswa SMP Negeri 4 Tilamuta.

## C. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

### Karakteristik Responden

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

| Karakteristik | Frekuensi | % |
|---|---|---|
| **Usia** | | |
| 12 | 2 | 3.2% |
| 13 | 9 | 14.5% |
| 14 | 23 | 37.1% |
| 15 | 22 | 35.5% |
| 16 | 6 | 9.7% |
| **Kelas** | | |
| 7 | 21 | 33.9% |
| 8 | 20 | 32.3% |
| 9 | 21 | 33.9% |
| **Jenis Kelamin** | | |
| L | 26 | 41.9% |
| P | 36 | 58.1% |
| **Total** | **62** | **100%** |

Berdasarkan tabel karakteristik dengan jumlah 62 responden di atas, dapat dilihat mayoritas usia dari responden adalah 14 tahun (37,1%) dan usia 15 tahun (35,5%). Hal ini menunjukkan bahwa seluruh reponden berada pada rentang usia remaja awal hingga menengah. Sementara itu jumlah responden dari masing-masing kelas yang relatif seimbang yaitu: kelas 7 (33,9%), kelas 8 (32,3%) dan kelas 9 (33,9%) sehingga menandakan data penelitian mewakili seluruh tingkatan kelas. Jika dilihat dari jenis kelamin responden perempuan lebih dominan, yaitu sebesar 58,1%, dengan perbandingan responden laki-laki sebanyak 41,9%. Artinya, penelitian ini lebih banyak mempresentasikan kondisi responden perempuan.

### Uji Deskriptif

Dari hasil analisis deskriptif data variabel keterlibatan orang tua dan variabel kesehatan mental menggunakan aplikasi SPSS, maka diperoleh data statistik sebagai berikut :

**Tabel 2. Analisis Deskriptif**

| Variabel | N | Min | Max | Mean | SD |
|---|---|---|---|---|---|
| Keterlibatan Orang Tua | 62 | 100 | 150 | 120,24 | 10,79 |
| Kesehatan Mental | 62 | 14 | 67 | 38,68 | 13,96 |

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil dari statistik deskriptif pada variabel keterlibatan orang tua menunjukkan nilai minimum sebesar 100 dan maksimum 150, dengan nilai rata-rata 120,24 serta standar deviasi 10,79. Sedangkan untuk variabel kesehatan mental

didapatkan nilai minimum 14 dan maksimum 67, dengan nilai mean sebesar 38,68 serta standar deviasi 13,96.

**Kategorisasi Variabel**

Dalam penelitian ini tingkat keterlibatan orang tua dan kesehatan mental dikategorikan menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Pembagian tingkatan ini dilakukan setelah nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD) diketahui. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti kemudian menetapkan batasan kategori Keterlibatan Orang Tua dan Kesehatan Mental dengan menggunakan standar klasifikasi sebagai berikut:

**Tabel 3. Rumus Kategorisasi**

| | |
|---|---|
| Rendah | X<(M-1SD) |
| Sedang | (M-1SD≤X≥M+1SD) |
| Tinggi | X>(M+1SD) |

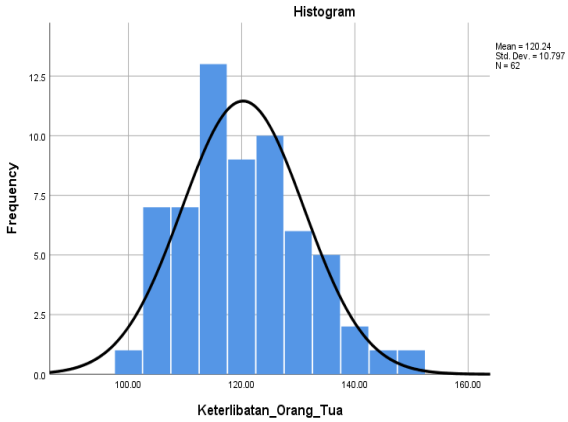
Ket :
X : Total Skor
M : Mean
SD : Standar Deviasi

**Tabel 4. Kategorisasi Variabel**

| Kategori | Keterlibatan Orang Tua | | Kesehatan Mental | |
|---|---|---|---|---|
| | Frekuensi | Persentase | Frekuensi | Persentase |
| Rendah | 10 | 16.1% | 13 | 21.0% |
| Sedang | 43 | 69.4% | 39 | 62.9% |
| Tinggi | 9 | 14.5% | 10 | 16.1% |
| **Total** | **62** | **100%** | **62** | **100.%** |

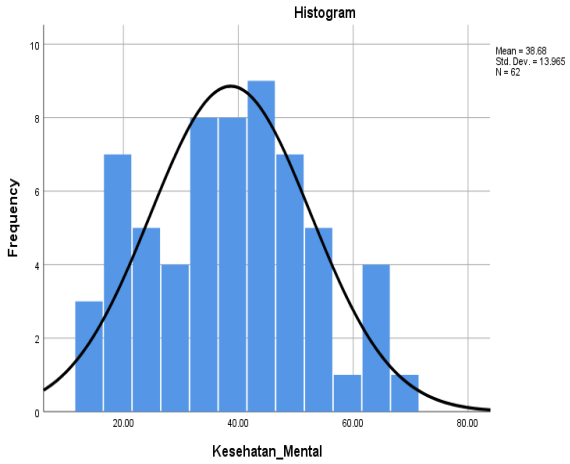
Tabel di atas memperlihatkan persentase keterlibatan orang tua terbesar berada di kategori sedang (69,4%) dan kesehatan mental terbesar berada pada kategori sedang (62,9%).

**Gambar 1. Histogram Keterlibatan Orang Tua**




Histogram menunjukkan bahwa distribusi keterlibatan orang tua cenderung terpusat pada kategori sedang. Sebagian besar responden memiliki skor keterlibatan orang tua pada rentang nilai menengah, sedangkan responden dengan skor sangat rendah maupun sangat tinggi jumlahnya lebih sedikit. Distribusi data yang relatif merata dan membentuk pola mendekati kurva normal menunjukkan bahwa tingkat keterlibatan orang tua pada responden cukup bervariasi, namun mayoritas berada pada tingkat sedang. Hal tersebut memperlihatkan orang tua telah berpartisipasi dalam beberapa bentuk keterlibatan pada anak, misalnya pengawasan dan komunikasi tetapi belum merata pada seluruh bentuk keterlibatan, seperti belum rutin mendampingi anak belajar atau belum sepenuhnya terlibat dalam kegiatan sekolah.

**Gambar 2. Histogram Kesehatan Mental**




Histogram menunjukkan bahwa sebaran skor kesehatan mental responden lebih banyak berada pada tingkat sedang. Sebagian besar responden memiliki nilai yang terkonsentrasi pada rentang skor menengah, sementara jumlah responden dengan skor rendah maupun tinggi terlihat lebih sedikit. Bentuk histogram yang mengikuti pola kurva normal memperlihatkan bahwa data kesehatan mental tersebar cukup baik dan tidak mengalami penyimpangan yang terlalu jauh. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental responden memiliki variasi yang beragam, namun secara umum mayoritas berada pada kategori sedang. Dapat diartikan kondisi kesehatan mental siswa sudah cukup baik pada beberapa kondisi, namun belum maksimal dan menyeluruh. Misalnya siswa mampu menjalani aktivitas sehari-hari, berinteraksi dengan teman, dan mengelola emosi, tetapi masih sesekali mengalami stres, kecemasan, atau kesulitan mengontrol emosi saat menghadapi tekanan akademik atau sosial.

**Hasil Uji Normalitas**

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas**

| Variabel | Signifikansi | Keterangan |
|---|---|---|
| Keterlibatan Orang Tua | 0,200 | Normal |
| Kesehatan Mental | 0,200 | Normal |

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas di atas dengan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov, data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Maka didapatkan hasil untuk variabel keterlibatan orang tua dan variabel kesehatan mental masing-masing 0,200>0,05, yang artinya data berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan menggunakan uji korelasi *Product Moment*

**Hasil Uji Linearitas**

**Tabel 6. Hasill Uji Linearitas**

| Variabel | Sig. Linearity | Sig. Deviation | Keterangan |
|---|---|---|---|
| Keterlibatan Orang tua & Kesehatan Mental | 0,010 | 0,840 | Linear |

Berdasarkan hasil uji linearitas di atas maka diperoleh nilai sig dari *linearity* pada variabel keterlibatan orang tua dan kesehatan mental sebesar 0,010<0,05 dan untuk nilai sig *devitiation from linearity* sebesar 0,840>0,05, sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel.

**Hasil Uji Hipotesis**

**Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis**

| Variabel | Koefisien Korelasi | (P-Value) | Keterangan |
|---|---|---|---|
| Keterlibatan Orang Tua & Kesehatan Mental | 0,360 | 0,004 | Signifikan |

Dari hasil di atas diperoleh nilai korelasi sebesar 0,360 dengan signifikansi 0,004 < 0,05 yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental. Hubungan positif pada hasil penelitian ini mengartikan bahwa semakin tinggi keterlibatan orang tua, maka semakin tinggi pula kondisi kesehatan mental siswa dan Sebaliknya. Hasil nilai koefisien korelasi sebesar 0,360 jika mengacu pada Sugiyono (2025),

nilai tersebut termasuk dalam kategori lemah,yang artinya hubungan itu ada namun tidak terlalu kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara keterlibatan orang tua dan kesehatan mental pada siswa di SMPN 4 Tilamuta tetapi dengan kategori hubungan yang lemah. Berdasarkan pada hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima.

**Pembahasan**

**Tingkat Keterlibatan Orang Tua dan Kesehatan Mental**

Berdasarkan hasil analisis univariat, mayoritas responden berusia 14 tahun (37,1%) dan 15 tahun (35,5%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada masa awal remaja, periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan (Hurlock, 2011). Distribusi responden yang merata pada seluruh tingkatan kelas menunjukkan bahwa data cukup mewakili populasi siswa. Dari sisi gender, responden perempuan lebih banyak (58,1%) dibandingkan laki-laki (41,9%).

Pada variabel keterlibatan orang tua, skor rata-rata sebesar 120,24 menunjukkan bahwa tingkat keterlibatan orang tua berada pada kategori sedang. Hasil kategorisasi menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang (69,4%), diikuti kategori rendah (16,1%) dan tinggi (14,5%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Magfiroh (2024), yang juga menemukan mayoritas responden berada pada kategori sedang. Dominasi kategori sedang menunjukkan bahwa orang tua telah terlibat dalam beberapa bentuk kehidupan anak, seperti pengawasan dan komunikasi, tetapi keterlibatan tersebut belum optimal secara menyeluruh. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh keterbatasan waktu, kesibukan pekerjaan, atau pola interaksi yang belum intens. Responden pada kategori rendah menunjukkan keterlibatan orang tua yang masih terbatas, sedangkan kategori tinggi menunjukkan adanya sebagian kecil siswa yang memperoleh perhatian dan dukungan orang tua secara lebih intens dan konsisten. Hal ini sesuai dengan teori Epstein (2001), yang menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua yang baik idealnya *meliputi parenting, communicating, volunteering, learning at home, decision making*, dan *collaborating with community.*

Pada variabel kesehatan mental, skor rata-rata sebesar 38,68 menunjukkan adanya variasi kondisi kesehatan mental responden. Hasil kategorisasi menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang (62,9%), diikuti kategori rendah (21%) dan kategori tinggi (16,1%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Priasmoro (2020), yang juga menemukan mayoritas responden berada pada kategori sedang. Dominasi kategori sedang menunjukkan bahwa kondisi emosional, psikologis, dan sosial siswa sudah cukup baik, tetapi belum berkembang secara optimal. Responden pada kategori rendah menunjukkan adanya siswa yang belum sepenuhnya mampu menjaga kestabilan emosi dan menghadapi tekanan secara efektif, sedangkan kategori tinggi menunjukkan adanya sebagian kecil siswa yang telah memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih baik dan stabil.

Secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dan kesehatan mental siswa cenderung berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan orang tua dan anak telah terjalin, tetapi masih dapat ditingkatkan, serta kondisi kesehatan mental siswa masih membutuhkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekolah agar dapat berkembang secara lebih optimal.

**Hubungan Antara Keterlibatan Orang Tua dan Kesehatan Mental**

Berdasarkan hasil analisis korelasi *Pearson Product Moment*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,004 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar 0,360. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara keterlibatan orang tua dengan kesehatan mental siswa, dengan kekuatan korelasi yang tergolong lemah. Hubungan positif tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterlibatan orang tua, maka semakin tinggi pula kondisi kesehatan mental siswa, sedangkan rendahnya keterlibatan orang tua cenderung diikuti oleh kondisi kesehatan mental yang lebih rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Magfiroh (2024), Hasanah et al. (2025), Yu & Ho (2018), serta Hao et al. (2025), yang menunjukkan bahwa keterlibatan dan kualitas hubungan orang tua memiliki hubungan signifikan dengan kesehatan mental remaja, kecemasan, dan depresi pada siswa. Temuan ini menegaskan bahwa orang tua merupakan salah satu faktor yang berperan dalam kesehatan mental remaja.

Temuan ini juga selaras dengan teori kesehatan mental Keyes (2002), yang memandang kesehatan mental sebagai keadaan kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial. Kualitas hubungan sosial, termasuk hubungan dengan keluarga, menjadi faktor penting dalam

membentuk kesejahteraan individu. Selain itu, menurut Epstein (2001), keterlibatan orang tua dalam kehidupan akademik dan emosional anak dapat memberikan dukungan emosional, bimbingan, pengawasan, dan rasa percaya diri yang membantu remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan. Keterlibatan orang tua yang positif juga dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi tingkat stres pada remaja.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa aspek *communicating* dan *parenting* merupakan aspek keterlibatan orang tua yang paling sering berhubungan dengan kesehatan mental remaja. Penelitian Oktavia & Sahputra (2025) dan Daulay et al. (2023) menunjukkan bahwa komunikasi orang tua memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental remaja, sedangkan penelitian Lestari & Yumra (2022) serta Ishak et al. (2025) menunjukkan bahwa pola asuh yang baik memiliki hubungan positif dengan psychological well-being dan kesehatan mental remaja.

Meskipun hubungan yang ditemukan bersifat signifikan, keterlibatan orang tua bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi kesehatan mental siswa. Hal ini terlihat dari kekuatan hubungan yang tergolong lemah, sehingga kesehatan mental juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial dan aktivitas fisik sebagaimana ditemukan dalam penelitian Priasmoro (2020) dan Jayanti, (2023). Oleh karena itu, peningkatan kesehatan mental remaja tidak hanya bergantung pada peran orang tua, tetapi juga dukungan dari lingkungan sekolah, teman sebaya, dan faktor internal individu.

## D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas siswa di SMPN 4 Tilamuta memiliki keterlibatan orang tua pada tingkatan sedang, yang menunjukkan bahwa orang tua telah terlibat dalam kehidupan anak tetapi belum sepenuhnya optimal. Mayoritas siswa juga memiliki kesehatan mental pada tingkatan sedang atau *moderate mental health*, yaitu tidak berada pada kondisi bermasalah tetapi belum mencapai kondisi kesehatan mental yang optimal. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara keterlibatan orang tua dengan kesehatan mental pada remaja di SMPN 4 Tilamuta dengan arah hubungan positif, yang berarti semakin tinggi tingkat keterlibatan orang tua maka semakin tinggi pula tingkat kesehatan mental remaja, dan sebaliknya semakin rendah keterlibatan orang tua maka semakin rendah pula kesehatan mental remaja.

## E. Referensi


Alnodula, R., & Satriyandari, Y. (2025). Hubungan Peran Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Mlati. *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *9*(1), 1968–1974.

Daulay, W., Nasution, M. L., & Marlindawani, J. (2023). *Pola Komunikasi Keluarga : Studi Kasus Pada Remaja dengan Kategori Resiko dan Gangguan Masalah Kesehatan Jiwa*. *01*(01), 34–41.

Epstein, J. L. (2001). *School, Family, And Community Partnerships: Preparing Educators and Improving Schools*. Westview Press.

Hao, S., Xu, X., Wang, X., Lei, V. N. L., & Weng, J. (2025). Impact of Parent-Adolescent Relationship, Parental Education, and Family Income on High School Students'Anxiety and Depression. *Frontiers in Artificial Intelligence and Applications*, *403*, 507–514. https://doi.org/10.3233/FAIA250057

Hasanah, U., Mulyani, M. A., & Fitri, H. U. (2025). Hubungan Keterlibatan Orang Tua dan Kesehatan Mental Remaja di MA Pondok Pesantren Ar-Rahman Palembang. *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, *7*(1), 273–284.

Health, C. for R., Queensland, U. of, & Health, J. H. B. S. of P. (2022). National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. In *Pusat kesehatan reproduksi*. https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Edisi ke-5). Erlangga.

Ishak, R. E. P., Rahma, S., & Salawali, S. H. (2025). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMA Negeri 2 Limboto*. *8*(5), 2196–2211. https://doi.org/10.56338/jks.v8i5.7452

Jayanti, L. &. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *14*(1), 11–19.

Kemenkes. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023: Dalam Angka*.

Keyes, C. L. M. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life.

*Journal of Health and Social*, *43*, 207–222.

Lei, S. (2023). Parenting Style and Its Effect on Adolescents Psychological Well-being. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, *13*(1), 304–308. https://doi.org/10.54254/2753-7048/13/20230919

Lestari, Y. I., & Yumra, M. A. (2022). *Pola Asuh Otoritatif dan Psychological Well-Being Pada Remaja*. *3*(2), 80–92.

Magfiroh, N. H. (2024). *Hubungan Keterlibatan Orang Tua Dan Kesehatan Mental Remaja Pada Siswa Di Smpn 1 Dau*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Oktavia, I., & Sahputra, D. (2025). *Pengaruh Komunikasi Interpersonal Orangtua terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Akhir FDK UIN-SU*. 3410–3418.

Organization, W. H. (2025). *Mental Health of Adolescents*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Priasmoro, D. P. (2020). Korelasi Dukungan Sosial Dengan Kesehatan Jiwa Santri Putra Di Pondok Pesantren Lumajang. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *8*(3), 424. https://doi.org/10.33366/jc.v8i3.1941

Putra, R. F. N. P. (2023). *Adaptasi Mental Health Continuum – Short Form*. *5*(2), 86–96. https://doi.org/10.26539/pcr.521768

Ramadhan, M. (2022). *Hubungan Antara Keterlibatan Orang Tua Dan Lingkungan Belajar Dengan Prestasi Belajar Fisika Siswa Kelas X Mipa Sma Negeri Di Kota Amlapura*. Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja.

Sugiyono, P. D. (2025). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (M. Dr. Ir. Sutopo. Spd (ed.); 2nd ed.). ALVABETA, cv.

Wu, Y. (2024). Analysis of the Impact of Multidimensional Stressors on Adolescent Mental Health. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, *75*(1), 163–168. https://doi.org/10.54254/2753-7048/2024.17951

Yu, Y., & Ho, H. (2018). *Parental Involvement and Adolescent Mental Health in Taiwan : Gender and Mediational Effects*. *10*(1), 111–123.