

**POLA ASUH ORANG TUA DAN KESEHATAN MENTAL REMAJA : IMPLIKASI
BAGI PENGEMBANGAN KONSELING INDIVIDUAL
DAN KELOMPOK BERBASIS ISLAM**

Herwantoro¹, Dina Hajja Ristianti², Sumarto³

^{1,2,3}Institut Agama Islam Negeri Curup, Bengkulu

¹herwanthoro@gmail.com, ²dinahajja@iaincurup.ac.id, ³sumarto@iaincurup.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of parenting styles on the mental health of adolescents in Suka Mulya Village, Sumber Harta District, Musi Rawas Regency. The study employed a quantitative approach with a correlational research design using simple linear regression analysis. The population consisted of adolescents aged 12–15 years in Suka Mulya Village, with a sample of 30 respondents selected through purposive sampling techniques. Data collection was conducted through questionnaires regarding parenting styles and adolescent mental health. The data were analyzed using descriptive statistics, validity tests, reliability tests, normality tests, simple linear regression, t-tests, and the coefficient of determination. The results of the study indicate that parenting styles have an influence on adolescent mental health. Democratic parenting tends to have a positive effect on adolescents' emotional stability, social skills, and self-control. In contrast, authoritarian and permissive parenting styles tend to be associated with increased anxiety, emotional instability, and lower social adaptation abilities among adolescents. The regression analysis results show a significant influence of parenting styles on adolescent mental health.

Keywords: Parenting Styles, Mental Health, Adolescents, Quantitative Research.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja di Desa Suka Mulya Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional menggunakan analisis regresi linear sederhana. Populasi penelitian adalah remaja usia 12–15 tahun di Desa Suka Mulya dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket (kuesioner) mengenai pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji validitas, reliabilitas, uji normalitas, regresi linear sederhana, uji t, dan koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja. Pola asuh demokratis cenderung memberikan pengaruh positif terhadap kestabilan emosional, kemampuan sosial, dan pengendalian diri remaja. Sebaliknya, pola asuh otoriter dan permisif cenderung berhubungan dengan meningkatnya kecemasan, ketidakstabilan emosi, serta rendahnya kemampuan adaptasi sosial remaja. Hasil uji regresi

menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: pola asuh orang tua, kesehatan mental, remaja, kuantitatif

A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang sangat penting dalam kehidupan individu. Pada fase ini remaja mengalami perubahan biologis, psikologis, emosional, dan sosial yang cukup signifikan. Perubahan tersebut sering kali memunculkan tantangan dalam penyesuaian diri sehingga remaja rentan mengalami permasalahan kesehatan mental seperti kecemasan, stres, rendah diri, gangguan emosi, hingga kesulitan berinteraksi sosial(A.A Azzahra et al., 2021).

Kesehatan mental remaja menjadi isu penting karena memengaruhi perkembangan kepribadian, kemampuan belajar, hubungan sosial, serta kualitas hidup seseorang di masa depan. Remaja yang memiliki kondisi mental sehat cenderung mampu mengelola emosi, menyelesaikan masalah, membangun hubungan sosial yang baik, serta memiliki motivasi hidup yang positif(Lutiyah et al., 2023). Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan psikologis ketika individu mampu mengelola emosi, menghadapi tekanan hidup, dan menjalin hubungan sosial secara baik(Nasution, 2023). Indikator Kesehatan Mental meliputi, 1) Stabilitas emosi, 2) Kemampuan adaptasi social, 3) Rasa percaya diri, 4) Pengendalian stress, 5) Kemampuan menyelesaikan masalah(Nasution, 2023).

Dalam konteks keluarga, orang tua memegang peranan penting dalam pembentukan karakter dan kesehatan psikologis anak. Pola asuh yang diterapkan orang tua menjadi salah satu faktor utama yang dapat memengaruhi kondisi mental remaja. Pola asuh yang baik dapat membentuk rasa aman, kepercayaan diri, dan kestabilan emosional, sedangkan pola asuh yang kurang tepat dapat menyebabkan tekanan psikologis pada remaja(URYANI, 2023).

Pola asuh orang tua merupakan cara orang tua membimbing, mendidik, mengarahkan, mengawasi, dan memberikan perhatian kepada anak dalam kehidupan sehari-hari(Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, 2024). Jenis Pola Asuh di antaranya 1) Pola Asuh Demokratis, Pola asuh yang memberikan kebebasan kepada anak dengan tetap adanya pengawasan dan komunikasi dua arah. 2) Pola Asuh Otoriter, Pola asuh yang menekankan kepatuhan mutlak terhadap aturan orang tua. 3) Pola Asuh Permisif, Pola asuh yang memberikan kebebasan penuh kepada anak dengan pengawasan minimal(Imellia et al., 2025).

Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu mengembangkan potensi fitrahnya dan menyelesaikan berbagai permasalahan hidup berdasarkan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah. Dalam pelaksanaannya,

konseling Islam berlandaskan beberapa prinsip utama, yaitu *rahmah* (kasih sayang), *hikmah* (kebijaksanaan), *mau'izhah hasanah* (nasihat yang baik), *mujahadah an-nafs* (pengendalian diri), *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), serta tanggung jawab keluarga dalam *tarbiyah* (pendidikan dan pembinaan). Prinsip-prinsip tersebut memiliki keterkaitan yang erat dengan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling (BK), yaitu fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, dan pengembangan (Rahmasari et al., 2025).

Prinsip *rahmah* menekankan pentingnya kasih sayang, empati, dan penerimaan terhadap individu yang sedang menghadapi masalah. Dalam konteks BK, prinsip ini berkaitan dengan fungsi pemahaman, yaitu membantu peserta didik memahami diri, lingkungan, potensi, serta masalah yang dihadapi. Konselor yang menerapkan *rahmah* akan menciptakan hubungan konseling yang hangat dan penuh penerimaan sehingga remaja merasa aman untuk mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan kesulitannya. Dengan demikian, konselor dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi kesehatan mental peserta didik (Rahmasari et al., 2025).

Hikmah berarti kebijaksanaan dalam memberikan bantuan sesuai dengan kondisi, kebutuhan, dan tingkat perkembangan individu. Prinsip ini sejalan dengan fungsi pencegahan dalam BK yang bertujuan mengantisipasi munculnya masalah sebelum berkembang menjadi lebih

serius. Melalui pendekatan yang bijaksana, konselor dapat memberikan edukasi kepada remaja dan orang tua mengenai pentingnya pola asuh yang sehat, komunikasi keluarga yang efektif, serta pengelolaan emosi yang baik sehingga berbagai gangguan kesehatan mental dapat dicegah sejak dini (Rahmasari et al., 2025).

Mau'izhah hasanah merupakan pemberian nasihat yang baik, santun, dan menyentuh hati. Dalam BK, prinsip ini berhubungan dengan fungsi pengentasan, yaitu membantu peserta didik mengatasi masalah yang sedang dialami. Nasihat yang diberikan tidak bersifat menghakimi, melainkan mendorong individu untuk menemukan solusi yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Pada remaja yang mengalami kecemasan, konflik keluarga, rendah diri, atau masalah sosial, pendekatan *mau'izhah hasanah* dapat membantu memperkuat motivasi dan keyakinan dalam menghadapi permasalahan secara positif (Rahmasari et al., 2025).

Mujahadah an-nafs adalah upaya sungguh-sungguh dalam mengendalikan hawa nafsu, emosi negatif, dan perilaku yang tidak sesuai dengan ajaran Islam. Prinsip ini juga mendukung fungsi pengentasan karena membantu individu mengatasi berbagai masalah psikologis melalui pengembangan kontrol diri. Dalam proses konseling, remaja diarahkan untuk belajar mengelola stres, kemarahan, kecemasan, serta berbagai dorongan negatif yang dapat mengganggu kesehatan mentalnya. Dengan kemampuan pengendalian diri yang baik, individu lebih mampu

menghadapi tekanan hidup secara adaptif (Rahmasari et al., 2025).

Tazkiyatun nafs berarti proses penyucian dan pengembangan jiwa menuju pribadi yang lebih baik. Prinsip ini sangat relevan dengan fungsi pengembangan dalam BK yang bertujuan mengoptimalkan potensi peserta didik. Konseling Islam tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pembentukan karakter, peningkatan kualitas spiritual, serta penguatan kesehatan mental yang positif. Melalui kegiatan refleksi diri, ibadah, dzikir, dan pembiasaan akhlak mulia, peserta didik dapat berkembang menjadi pribadi yang sehat secara psikologis maupun spiritual (Rahmasari et al., 2025).

Dalam Islam, keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama dan utama bagi anak. Orang tua memiliki tanggung jawab dalam *tarbiyah* untuk membentuk karakter, kepribadian, dan kesehatan mental anak sejak dini. Prinsip ini berkaitan dengan fungsi pencegahan dan pengembangan dalam BK. Melalui pola asuh yang penuh kasih sayang, komunikasi yang efektif, pengawasan yang proporsional, dan keteladanan yang baik, orang tua dapat mencegah munculnya berbagai masalah psikologis sekaligus mengembangkan potensi positif remaja. Oleh karena itu, kolaborasi antara konselor, sekolah, dan keluarga menjadi faktor penting dalam mendukung kesehatan mental peserta didik.

Di Desa Suka Mulya Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas, kondisi sosial keluarga yang beragam menunjukkan adanya perbedaan pola

pengasuhan orang tua terhadap anak. Sebagian orang tua menerapkan pola asuh demokratis dengan memberikan perhatian dan komunikasi yang baik, sementara sebagian lainnya masih menerapkan pola asuh otoriter maupun permisif. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja di Desa Suka Mulya Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa pola asuh orang tua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan kesehatan mental remaja. Penelitian-penelitian tersebut umumnya menyoroti hubungan antara pola asuh demokratis, otoriter, permisif, dan pengabaian dengan aspek-aspek kesehatan mental seperti kepercayaan diri, stabilitas emosi, kemampuan adaptasi sosial, serta kesejahteraan psikologis remaja. Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pengujian hubungan atau pengaruh antarvariabel secara kuantitatif tanpa mengkaji lebih lanjut implikasi hasil penelitian tersebut terhadap pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Selain itu, kajian yang secara khusus mengintegrasikan temuan mengenai pola asuh dan kesehatan mental remaja dengan pendekatan konseling individual dan kelompok berbasis nilai-nilai Islam masih relatif terbatas. Padahal, pendekatan konseling berbasis Islam memiliki potensi besar dalam membantu remaja mengembangkan kesehatan mental

yang seimbang melalui penguatan aspek spiritual, moral, dan psikologis. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang tidak hanya mengidentifikasi hubungan antara pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja, tetapi juga mengkaji implikasinya bagi pengembangan layanan konseling individual dan kelompok berbasis Islam.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada upaya menghubungkan hasil analisis mengenai pengaruh pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja dengan pengembangan model layanan konseling individual dan kelompok berbasis Islam. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya hanya berfokus pada hubungan antarvariabel, penelitian ini memberikan perspektif aplikatif dengan menjadikan temuan empiris sebagai dasar dalam merancang strategi intervensi konseling yang sesuai dengan kebutuhan remaja. Selain itu, penelitian ini mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual Islam sebagai landasan pengembangan layanan konseling, sehingga menghasilkan pendekatan yang lebih holistik dalam mendukung kesehatan mental remaja. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam serta kontribusi praktis bagi guru BK, konselor, orang tua, dan lembaga pendidikan dalam meningkatkan kesehatan mental remaja melalui layanan konseling yang efektif dan bernilai Islami.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk

menganalisis pengaruh pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja serta mengkaji implikasinya bagi pengembangan layanan konseling individual dan kelompok berbasis Islam sebagai upaya preventif dan kuratif dalam mendukung perkembangan psikologis remaja secara optimal.

B. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian dilakukan di Desa Suka Mulya Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas. Sampel penelitian berjumlah 30 responden remaja usia 12–15 tahun.

Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Likert. Kisi-kisi angket pola asuh meliputi: Perhatian orang tua, Komunikasi, Pengawasan, Pemberian aturan, Dukungan emosional. Sedangkan kisi-kisi angket kesehatan mental meliputi: Stabilitas emosi, Interaksi sosial, Pengendalian stress, Kepercayaan diri, Kesejahteraan psikologis.

Teknik analisis data meliputi: Statistik deskriptif, Uji validitas, Uji reliabilitas, Uji normalitas, Regresi linear sederhana, Uji t, Koefisien determinasi (R^2) (Abdullah et al., n.d.).

C. HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Karakteristik Responden

Kategori	Jumlah	Persentase
Laki-laki	14	46,7%
Perempuan	16	53,3%
Usia 12 tahun	7	23,3%

Kategori	Jumlah	Persentase
Usia 13 tahun	8	26,7%
Usia 14 tahun	9	30%
Usia 15 tahun	6	20%

Tabel 2
Statistik Deskriptif

Variabel	Mean	Min	Max
Pola Asuh Orang Tua	76,4	60	90
Kesehatan Mental Remaja	74,2	58	89

Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Persamaan regresi diperoleh:

$$Y = 24,512 + 0,654X$$

Artinya, setiap peningkatan pola asuh positif sebesar 1 poin akan meningkatkan kesehatan mental remaja sebesar 0,654 poin.

Tabel 3
Hasil Uji t

Variabel	t hitung	t tabel	Sig
Pola Asuh Orang Tua	3,862	2,048	0,001

Karena nilai signifikansi $< 0,05$ maka hasil uji t menunjukkan pengaruh signifikan ($t : 3,862 ; p = 0,001$)

Koefisien Determinasi

Nilai $R^2 = 0,462$.

Artinya pola asuh orang tua memberikan pengaruh sebesar 46,2% terhadap kesehatan mental remaja, sedangkan 53,8% dipengaruhi faktor lain.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja menunjukkan

bahwa lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam pembentukan kondisi psikologis remaja. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya konseling individual dan konseling kelompok berbasis Islam. Namun demikian, perlu ditegaskan bahwa penelitian ini tidak secara langsung menguji maupun membuktikan efektivitas konseling Islam dalam meningkatkan kesehatan mental remaja. Temuan penelitian hanya menunjukkan adanya keterkaitan antara pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja yang selanjutnya dapat dijadikan dasar konseptual dalam merancang intervensi konseling berbasis Islam yang relevan dengan kebutuhan peserta didik.

Konseling individual berbasis Islam dapat dikembangkan sebagai layanan yang membantu remaja memahami dan mengatasi dampak psikologis yang muncul akibat pola asuh yang kurang optimal. Layanan ini dapat diawali dengan asesmen relasi orang tua–remaja untuk mengidentifikasi kualitas komunikasi, kedekatan emosional, bentuk pengawasan, serta pola interaksi yang berlangsung dalam keluarga. Asesmen tersebut penting untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai faktor-faktor keluarga yang memengaruhi kesehatan mental remaja.

Selanjutnya, konselor dapat menerapkan restrukturisasi kognitif bernuansa nilai Islam, yaitu membantu remaja mengenali dan mengubah pola pikir negatif menjadi pola pikir yang lebih rasional, optimis, dan sesuai

dengan ajaran Islam. Misalnya, perasaan tidak berharga, putus asa, atau rendah diri diarahkan menuju pemahaman tentang nilai diri sebagai makhluk Allah yang memiliki potensi dan tujuan hidup yang mulia.

Selain itu, layanan konseling dapat memuat latihan regulasi emosi yang bertujuan membantu remaja mengelola kecemasan, kemarahan, stres, maupun konflik interpersonal. Regulasi emosi dapat dipadukan dengan praktik-praktik spiritual seperti dzikir, doa, muhasabah, dan penguatan kesabaran (*sabr*) sebagai strategi coping yang selaras dengan nilai-nilai Islam.

Aspek penting lainnya adalah penguatan dukungan spiritual keluarga, yaitu mendorong keterlibatan orang tua dalam proses pembinaan psikologis dan spiritual anak. Konselor dapat memfasilitasi komunikasi yang lebih positif antara orang tua dan remaja sehingga tercipta lingkungan keluarga yang mendukung perkembangan kesehatan mental secara optimal.

Temuan penelitian juga dapat menjadi dasar dalam merancang konseling kelompok berbasis Islam yang berorientasi pada peningkatan pemahaman remaja mengenai hubungan keluarga dan kesehatan mental. Salah satu bentuk layanan yang dapat dikembangkan adalah psikoedukasi tentang pola asuh, yang memberikan pemahaman mengenai karakteristik pola asuh yang mendukung perkembangan psikologis remaja.

Dalam proses kelompok, konselor dapat memfasilitasi diskusi kelompok mengenai pengalaman peserta terkait hubungan dengan orang tua, tantangan

komunikasi dalam keluarga, serta strategi menghadapi konflik secara konstruktif. Diskusi ini memungkinkan peserta memperoleh dukungan sosial dan belajar dari pengalaman anggota kelompok lainnya.

Kegiatan modeling komunikasi empatik juga dapat diterapkan dengan memperagakan cara berkomunikasi yang efektif, penuh penghargaan, dan tidak menghakimi. Melalui pengamatan terhadap model perilaku yang positif, peserta dapat mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik dalam berinteraksi dengan orang tua.

Selanjutnya, konselor dapat menggunakan role-play musyawarah keluarga sebagai sarana latihan penyelesaian masalah. Dalam kegiatan ini, peserta mempraktikkan cara menyampaikan pendapat, mendengarkan sudut pandang orang lain, dan mencapai kesepakatan melalui dialog yang santun sesuai prinsip musyawarah dalam Islam.

Sebagai penguatan nilai, sesi kelompok dapat diakhiri dengan refleksi nilai-nilai Islam tentang kasih sayang (*rahmah*) dan tanggung jawab orang tua dalam mendidik anak (*tarbiyah*). Refleksi ini bertujuan menumbuhkan pemahaman bahwa hubungan harmonis dalam keluarga merupakan bagian dari ajaran Islam yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis seluruh anggota keluarga.

Perlu ditegaskan bahwa rekomendasi layanan konseling individual dan kelompok berbasis Islam tersebut merupakan implikasi teoretis dan praktis yang disusun berdasarkan temuan mengenai hubungan pola asuh

orang tua dan kesehatan mental remaja. Penelitian ini tidak menguji efektivitas intervensi konseling Islam secara empiris, sehingga tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa layanan tersebut terbukti efektif meningkatkan kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, rancangan layanan yang diusulkan masih memerlukan penelitian lanjutan berupa studi eksperimen, penelitian tindakan, atau pengembangan model konseling untuk menguji efektivitasnya dalam konteks pendidikan dan layanan bimbingan konseling di sekolah. Dengan demikian, hasil penelitian ini berfungsi sebagai landasan konseptual bagi pengembangan program konseling individual dan kelompok berbasis Islam yang lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan remaja.

D. KESIMPULAN

Terdapat pengaruh signifikan antara pola asuh orang tua terhadap kesehatan mental remaja di Desa Suka Mulya Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas. Berdasarkan hasil uji regresi dan uji t, hipotesis alternatif diterima.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh orang tua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja di Desa Suka Mulya Kecamatan Sumber Harta Kabupaten Musi Rawas. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kualitas interaksi antara orang tua dan anak, yang tercermin dalam perhatian, komunikasi, pengawasan, pemberian aturan, dan dukungan emosional, berkontribusi terhadap kondisi psikologis remaja. Remaja yang

memperoleh pola asuh yang lebih positif cenderung menunjukkan kesehatan mental yang lebih baik, ditandai dengan stabilitas emosi, kemampuan berinteraksi sosial, pengendalian stres, kepercayaan diri, dan kesejahteraan psikologis yang lebih optimal.

Namun demikian, makna temuan penelitian ini tidak berhenti pada kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja. Hasil penelitian menegaskan bahwa keluarga merupakan faktor fundamental dalam pembentukan kesehatan mental remaja. Dengan demikian, upaya peningkatan kesehatan mental remaja tidak dapat hanya dibebankan kepada sekolah atau individu remaja semata, tetapi memerlukan keterlibatan aktif keluarga sebagai lingkungan pendidikan pertama dan utama. Pola asuh yang hangat, komunikatif, dan suportif berpotensi menjadi faktor protektif terhadap berbagai permasalahan psikologis remaja, sedangkan pola asuh yang kurang tepat dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah emosional dan sosial.

Dalam konteks Bimbingan dan Konseling (BK) serta Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI), hasil penelitian ini memberikan dasar bagi pengembangan layanan yang lebih responsif terhadap kondisi keluarga peserta didik. Konselor sekolah perlu memperhatikan aspek pola asuh sebagai salah satu faktor penting dalam asesmen masalah peserta didik. Temuan penelitian ini

juga dapat menjadi landasan konseptual dalam merancang layanan konseling individual berbasis Islam melalui asesmen relasi orang tua–remaja, restrukturisasi kognitif bernuansa nilai-nilai Islam, pelatihan regulasi emosi, serta penguatan dukungan spiritual keluarga. Selain itu, layanan konseling kelompok berbasis Islam dapat dikembangkan melalui psikoedukasi pola asuh, diskusi kelompok, modeling komunikasi empatik, role-play musyawarah keluarga, dan refleksi nilai-nilai Islam tentang kasih sayang (*rahmah*) serta tanggung jawab orang tua dalam *tarbiyah*. Pengembangan layanan tersebut sejalan dengan fungsi BK dan BKPI, yaitu fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, dan pengembangan.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, jumlah sampel penelitian relatif terbatas dan hanya berasal dari satu wilayah, yaitu Desa Suka Mulya, sehingga generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas perlu dilakukan secara hati-hati. Kedua, data penelitian diperoleh melalui instrumen self-report yang bergantung pada persepsi dan kejujuran responden, sehingga masih terdapat kemungkinan munculnya bias subjektivitas dalam pengisian angket. Ketiga, penelitian ini hanya mengkaji hubungan dan pengaruh pola asuh terhadap kesehatan mental remaja tanpa mempertimbangkan faktor-faktor lain yang juga berpotensi memengaruhi kesehatan mental, seperti lingkungan sekolah, teman sebaya, kondisi sosial ekonomi keluarga, maupun

penggunaan media digital. Keempat, penelitian ini belum menguji secara empiris efektivitas layanan konseling individual maupun kelompok berbasis Islam yang direkomendasikan.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas dan beragam, menggunakan pendekatan mixed methods atau longitudinal untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif, serta mengembangkan penelitian eksperimen guna menguji efektivitas model konseling individual dan kelompok berbasis Islam dalam meningkatkan kesehatan mental remaja. Dengan demikian, hasil penelitian di masa mendatang tidak hanya mampu menjelaskan hubungan antarvariabel, tetapi juga menghasilkan model intervensi yang terbukti efektif dan dapat diterapkan secara praktis dalam layanan BK dan BKPI di sekolah maupun masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal :

- A.A Azzahra, H. Shamhah, N.P Kowara, & M.B Santoso. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461–472. <https://jurnal.unpad.ac.id/jppm/article/view/37832/0>
- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, N., Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (n.d.). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Imellia, D. H., Mardaniarti, D. A. P., & Anggriani, D. (2025). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap

- Kesehatan Mental Anak. *Lektur: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(1), 21–28.
<https://doi.org/10.21831/lektur.v8i1.23724>
- Lutiyah, Novryanthi, D., Hamidah, E., Dewi, S., Bahroen, Siti Um-Um, A., & Hartanti, S. (2023). Pola Asuh Orang Tua dan Kesehatan Mental Remaja. *E-Journal STIKES YPIB Majalengkan*, 11(1), 65–73.
<https://www.e-journal.universitaspib.ac.id/index.php/JK/article/view/187%0Ahttps://www.e-journal.universitaspib.ac.id/index.php/JK/article/download/187/161>
- Nasution, R. (2013). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Beragama Anak Dalam Keluarga Muslim Di Kelurahan Palopat Maria. In *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Beragama Anak Dalam Keluarga Muslim Di Kelurahan Palopat Maria* (pp. 36–72).
- Rahmasari, S., Santika, V., & Fariq, W. M. (2025). *Pendidikan Keluarga Dalam Islam: Kewajiban Orang Tua Berdasarkan Al- Qur ' an Family Education in Islam: Obligations of Parents Based on the Qur ' an*. 2, 12828–12842.
- Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I. I. J. (2024). *HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA DI SMA NEGERI 2 LUBUK BASUNG*. 2, 306–312.
- URYANI. (2023). Fenomena Pola Asuh Orang Tua Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental Anak. *Sebaya*, 29–39. <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/sebaya/article/download/6957/5297>