

Hubungan Penggunaan Media Sosial, Lingkungan Sosial, Dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 BAE Kudus

Rinuf Eviati Devita¹, Indanah², Ashri Maulida Rahmawati³, Sukarmin⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Kudus

e-mail: devitarinuf@gmail.com¹, indanah@umkudus.ac.id²,
arahmawati@umkudus.ac.id³, sukarmin@umkudus.ac.id⁴

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara penggunaan media sosial, lingkungan sosial, dan pola asuh orang tua dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan siswa sebagai populasi dengan sampel yang dipilih secara proporsional berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan meliputi PSC-17 untuk mengukur masalah psikososial, BSMAS untuk menilai penggunaan media sosial, CASSS untuk mengukur dukungan lingkungan sosial, serta PSDQ untuk mengidentifikasi pola asuh orang tua. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik non-parametrik karena data berskala ordinal. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial, lingkungan sosial, dan pola asuh orang tua dengan masalah psikososial remaja. Penggunaan media sosial yang berlebihan berkaitan dengan meningkatnya gangguan emosional dan perilaku. Lingkungan sosial yang kurang mendukung dari teman sebaya, keluarga, dan sekolah juga berkontribusi terhadap meningkatnya masalah psikososial. Selain itu, pola asuh orang tua yang tidak tepat, seperti otoriter dan permisif, meningkatkan risiko gangguan dibandingkan pola asuh demokratis. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya peran ketiga faktor tersebut serta perlunya keterlibatan aktif orang tua, sekolah, dan tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan, pengawasan, dan pembinaan guna mendukung perkembangan mental remaja secara optimal.

Kata Kunci: Penggunaan Media Sosial, Lingkungan Sosial, Pola Asuh Orang Tua, Psikososial

Abstract

This study aims to analyze the relationship between social media use, social environment, and parenting styles with psychosocial problems in adolescents at SMP 3 Bae Kudus. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach, involving students as the population with samples selected proportionally based on inclusion and exclusion criteria. The instruments used included the PSC-17 to measure psychosocial problems, BSMAS to assess social media use, CASSS to measure social environmental support, and PSDQ to identify

parental parenting styles. Data analysis was conducted using non-parametric statistical tests because the data were ordinal scale. The results showed a significant relationship between social media use, social environment, and parenting styles with adolescent psychosocial problems. Excessive social media use is associated with increased emotional and behavioral disorders. A less supportive social environment from peers, family, and school also contributes to increased psychosocial problems. In addition, inappropriate parenting styles, such as authoritarian and permissive, increase the risk of disorders compared to democratic parenting styles. Overall, this study emphasizes the importance of these three factors and the need for active involvement of parents, schools, and health professionals in providing support, supervision, and guidance to promote optimal adolescent mental development.

Keywords: Social Media Use, Social Environment, Parenting Styles, Psychosocial

LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) telah mengamati bahwa terdapat proporsi yang signifikan, hingga 16%, dari masalah kesehatan global disebabkan oleh gangguan kesehatan mental di kalangan remaja berusia antara 15 dan 18 tahun. Selain itu, perlu dicatat bahwa kondisi kesehatan mental tertentu bermanifestasi selama masa remaja, khususnya sekitar usia 15 tahun; namun, sebagian besar dari kasus-kasus ini masih belum terdiagnosis dan tidak diobati, seperti yang dilaporkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (2020). Pernyataan ini diperkuat oleh pernyataan resmi Aliansi Nasional Kesehatan Jiwa, yang menyatakan bahwa 50% gangguan kesehatan jiwa yang bertahan lama berawal dari masa remaja, khususnya pada usia 15 tahun (Ali & Karyani, 2020). Depresi diakui secara luas sebagai masalah kesehatan mental utama yang mempengaruhi remaja di seluruh dunia (Juliawan et al., 2020; WHO, 2020).

Menurut temuan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2020, diketahui bahwa remaja berusia 15 tahun ke atas di Indonesia menunjukkan angka prevalensi sebesar 6% terkait gangguan emosional. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mubasyiroh dkk. (2017), persentase yang cukup besar dari siswa sekolah menengah atas, yaitu 60,17%, mengindikasikan adanya gangguan mental dan emosional. Penelitian ini meneliti berbagai gangguan psikologis, termasuk perasaan kesepian, yang dilaporkan oleh 44,54% peserta, kecemasan, yang dialami oleh 40,75% siswa, dan niat bunuh diri, yang dilaporkan oleh 7,33% responden. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) melaporkan bahwa survei Riskesdas 2018 mengungkapkan total 157.695 kasus depresi dan gangguan emosional pada individu berusia 15-24 tahun. Data yang disajikan di atas menggambarkan pentingnya mengatasi masalah kesehatan mental mahasiswa karena potensi dampaknya terhadap prestasi akademik (Ali & Karyani, 2020).

Dinas Provinsi Jawa Tengah, 2018). Berdasarkan data Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah, terdapat 325 penyandang disabilitas mental (psikotik) dan 67 anak penyandang disabilitas mental (psikotik) yang dilaporkan masyarakat dan belum mendapatkan pelayanan kesehatan secara optimal (Jepara, 2018; Gondohutomo, 2023). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2019), orang yang menderita gangguan jiwa berat tercatat

81.983 jiwa dan yang memperoleh layanan dari fasilitas kesehatan berdasarkan standar yang telah ditetapkan sejumlah 68.090 atau sebesar 83,1%. Pada tahun 2020, terjadi penambahan kasus ODGJ berat (skizofrenia) sebanyak 11.025 jiwa dari tahun sebelumnya dan pada tahun 2020 ODGJ berat skizofrenia tercatat 93.008 orang. (Profil Kesehatan Jateng, 2021).

Selain itu, prevalensi gangguan jiwa berat di Jawa Tengah mencapai sekitar 0,7% atau 7 per mil dari total populasi. Gangguan ini meliputi gangguan mental yang serius seperti skizofrenia dan psikosis, yang membutuhkan penanganan medis intensif dan dapat menimbulkan disabilitas berat jika tidak ditangani dengan optimal. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan data sebelumnya dan menunjukkan kebutuhan mendesak untuk layanan kesehatan mental yang lebih baik di provinsi ini. (Kemenkes., 2020)

Fenomena psikososial pada remaja merupakan kondisi yang muncul akibat ketidakseimbangan antara perubahan psikologis, biologis, dan sosial yang berlangsung cepat selama masa transisi menuju kedewasaan. Pada masa ini, remaja berada dalam posisi yang sangat rentan karena harus menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan baru, baik dari keluarga, sekolah, maupun lingkungan sosial di sekitarnya. Berbagai data nasional yang tercantum dalam dokumen ini menunjukkan bahwa gangguan emosional pada remaja terus mengalami peningkatan, sebagaimana ditunjukkan oleh laporan WHO dan Riskesdas yang menggambarkan tingginya prevalensi kecemasan, kesepian, rendah diri, serta perubahan perilaku. Kondisi-kondisi tersebut juga sangat mungkin dialami oleh remaja di SMP 3 Bae Kudus, mengingat mereka berada pada rentang usia 12–15 tahun yang merupakan fase awal remaja, saat perubahan emosi dan identitas diri mulai berkembang dengan kuat. Selain itu, karakteristik siswa di sekolah ini yang aktif dalam penggunaan media sosial, memiliki pergaulan luas, serta berasal dari latar belakang keluarga dan pola asuh yang beragam membuat mereka semakin rentan mengalami tekanan psikososial. Penggunaan media sosial yang intens, hubungan dengan teman sebaya, serta pola asuh orang tua yang tidak selalu selaras dengan kebutuhan perkembangan remaja dapat memicu munculnya masalah seperti kecemasan, kesulitan beradaptasi, konflik dengan teman, hingga perubahan perilaku di sekolah. Jika tidak mendapatkan dukungan emosional yang memadai, remaja dapat mengalami kesulitan mengatur emosi, menarik diri dari lingkungan, atau bahkan mengalami penurunan prestasi belajar. Fenomena ini menegaskan bahwa remaja di SMP 3 Bae Kudus berada dalam fase perkembangan yang memerlukan perhatian dan pemahaman yang komprehensif dari keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial agar masalah psikososial dapat dicegah dan ditangani secara optimal.

Media sosial merupakan suatu sarana untuk berinteraksi secara sosial antar manusia dalam berbagi, memproduksi dan saling bertukar informasi yang berisi gagasan serta berbagai konten di dalam komunitas virtual (Aziz, (2020) preferensi penggunaan konten media sosial merupakan pilihan baik secara kuantitas, perhatian, frekuensi dan ketertarikan dalam penggunaan media sosial yang ditinjau berdasarkan kedalaman dan kekuatannya didalam penggunaan media sosial. Menurut Lasmini (2020) preferensi penggunaan konten media sosial merupakan pilihan kegiatan yang dilakukan dengan melibatkan perhatian, minat dan ketertarikan kepada media sosial sehingga membentuk perilaku yang terus berulang ketika seseorang terhubung dengan media sosialnya.

Penggunaan internet dan media sosial sudah menjadi hal yang lumrah di era digital saat ini. Data statistik pada laporan Digital 2021 menunjukkan bahwa terdapat 4,66 juta (59,5%) pengguna internet dari 7,83 juta total populasi di dunia. Sementara di Indonesia, jumlah pengguna internet mencapai 73,7% dari total populasi. Laporan Digital 2021 juga menunjukkan bahwa terdapat 170 juta orang dari 274,9 juta jumlah populasi di Indonesia (61,8%) merupakan pengguna aktif media sosial. Jumlah ini meningkat sebesar 6,3% dibandingkan tahun sebelumnya (Kusumaningrum and Azinar, 2021)

Menurut hasil survei dijelaskan bahwa penggunaan media sosial semakin meningkat pada berbagai generasi di masyarakat. Alasan tertinggi masyarakat menggunakan internet adalah untuk menggunakan media sosial dengan angka 51,5% dari total pengguna. Media sosial yang paling banyak dikunjungi adalah facebook sebesar 65,8% dan urutan selanjutnya adalah instagram sebesar 42,3% (APJII, 2020). Oleh karena itu, berdasarkan data tersebut terlihat bahwa penggunaan media sosial semakin meningkat pada berbagai generasi di masyarakat.

Selain penggunaan media sosial, lingkungan sosial juga menjadi salah satu factor yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan mental remaja. Lingkungan sosial adalah lingkungan dimana aktivitas sehari-hari dilakukan. Di manamana keadaan lingkungan sosial yang berbeda mempengaruhi perilaku dan disiplin seseorang, karena perilaku dan disiplin seseorang mencerminkan lingkungan tempat tinggalnya. Lingkungan sosial saling berhubungan, sehingga lingkungan sosial memiliki tugas atau peran dalam interaksi tersebut. Padahal, lingkungan sosial harus bertindak atau berperan sesuai dengan aturan yang berlaku. Tujuannya adalah untuk membentuk kepribadian individu secara positif dan menciptakan lingkungan sosial yang menguntungkan. Lingkungan sosial mempengaruhi cara berpikir seseorang baik secara langsung maupun tidak langsung, dan pengaruh ini seringkali tidak diketahui oleh semua orang. Sehingga masih ada masyarakat yang kurang mengetahui pengaruh lingkungan sosial terhadap cara berpikir dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari, termasuk pendidikan. (Sapara et al., 2020)

Pola asuh yang diimplementasikan orang tua untuk membentuk karakter anak di setiap keluarga akan berbeda-beda. Banyak faktor yang mempengaruhinya. Berdasarkan penjelasan Maccoby & Mcloby. Sejumlah aspek yang turut mempengaruhi ketidaksamaan pola asuh tersebut yaitu ekonomi; sosial; pendidikan; agama; kepribadian; dan jumlah anak yang dimiliki. Meskipun pola asuh orang tua di tiap keluarga bervariasi, akan tetapi tujuan mereka adalah ingin membentuk karakter tertentu pada anaknya sebagai modal hidup dimasa depan. Hal tersebut tentu menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua. Mengingat dampak pola asuh begitu krusial bagi anak, sehingga orang tua harus betul-betul memperhatikan tugas pengasuhan tersebut (Sukanti & Widiastuti, 2022). Hingga hari ini masih dijumpai sejumlah orang tua yang belum menganggap penting pola asuh yang tepat pada anak usia dini sebagai langkah awal pembentukan karakter seseorang di masa depan.

Beberapa penelitian terdahulu memberikan hasil penelitian cukup menarik dan bervariasi terkait pembentukan karakter pada anak usia dini yang dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, seperti hasil penelitian Darmawanti (2023) yang menjelaskan bahwa orang tua membentuk karakter sopan, religius, mandiri, menghormati dan disiplin melalui contoh atau teladan. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Lubis et al. (2022) menunjukkan hasil

bahwa pola asuh otoritatif adalah pola asuh yang dianggap paling baik dalam membentuk karakter anak. Penelitian lainnya yakni oleh Kusmiati et al. (2021) menunjukkan bagaimana dalam beberapa keadaan, pola asuh demokratis dan juga otoriter dapat digunakan untuk membentuk karakter disiplin seorang anak. Berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu penulis meyakini bahwa tidak ada satu pun pola asuh tunggal yang paling tepat digunakan untuk membentuk karakter tertentu pada seseorang.

Perawat memiliki peran penting dalam penelitian yang meneliti hubungan antara penggunaan media sosial, lingkungan sosial, pola asuh orang tua, dan masalah psikososial pada remaja. Sebagai tenaga kesehatan, perawat berperan dalam deteksi dini tanda-tanda gangguan psikososial akibat pengaruh media sosial dan lingkungan sekitar. Selain itu, perawat juga berfungsi sebagai edukator, yang memberikan penyuluhan kepada remaja dan orang tua tentang penggunaan media sosial yang sehat serta penerapan pola asuh yang positif. Dalam praktiknya, perawat dapat menjadi konselor dan pendamping bagi remaja yang mengalami stres, kecemasan, atau tekanan sosial. Di sisi lain, perawat juga berperan sebagai peneliti yang mengkaji hubungan faktor-faktor tersebut untuk mengembangkan intervensi keperawatan berbasis bukti, serta sebagai advokat dalam memperjuangkan lingkungan sosial yang mendukung kesehatan mental remaja. Dengan peran-peran ini, perawat berkontribusi besar dalam upaya promotif dan preventif terhadap masalah psikososial remaja di era digital.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara penggunaan media sosial, lingkungan sosial, dan pola asuh orang tua dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Populasi penelitian berjumlah 252 siswa kelas VII, dengan sampel sebanyak 155 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik proportional sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstandar, yaitu Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) untuk mengukur penggunaan media sosial, Child and Adolescent Social Support Scale (CASSS) untuk mengukur lingkungan sosial, Parenting Style and Dimension Questionnaire (PSDQ) untuk mengidentifikasi pola asuh orang tua, serta Pediatric Symptom Checklist-17 (PSC-17) untuk menilai masalah psikososial remaja. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian, serta secara bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank guna mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen. Hubungan antarvariabel dinyatakan signifikan apabila nilai $p\text{-value} < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Bivariat

Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Tabel 1. Menganalisis Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Penggunaan Media Sosial	Masalah Psikososial Remaja				Total		r	P value
	Tidak ada masalah		Ada masalah		n	%		
	n	%	N	%				
Sedang	10	6,5	30	19,4	40	100%	0,183	0,023
Tinggi	12	7,7	103	66,5	115	100%		
Total	22	14,2	133	85,5	155	100%		

Sumber : (Data Primer, 2026)

Berdasarkan tabel hasil tabulasi silang antara penggunaan media sosial dengan masalah psikososial remaja menunjukkan penggunaan media sosial sedang didapatkan 10 responden tidak mengalami masalah psikososial (6,5%) dan 30 responden mengalami masalah psikososial (19,4%). Sedangkan penggunaan media sosial tinggi didapatkan 12 responden tidak mengalami masalah psikososial (7,7%) dan 103 responden mengalami masalah psikososial (66,5%). Hasil uji spearman rank menunjukkan p-value $0,023 < \alpha 0,05$ artinya ada hubungan penggunaan media sosial dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Keeratan hubungan: 0,183 (hubungan lemah), arah hubungan yaitu positif.

Hubungan Lingkungan Sosial Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Tabel 2. Menganalisis Hubungan Lingkungan Sosial Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Lingkungan Sosial	Masalah Psikososial Remaja				Total		r	P value
	Tidak ada masalah		Ada masalah		n	%		
	n	%	N	%				
Rendah	2	1,3	28	18,1	30	100%	0,194	0,015
Sedang	14	9	94	60,6	108	100%		
Tinggi	6	3,9	11	7,1	17	100%		
Total	22	14,2	133	85,5	155	100%		

Sumber : (Data Primer, 2026)

Berdasarkan tabel hasil tabulasi silang antara lingkungan sosial dengan masalah psikososial menunjukkan lingkungan sosial rendah didapatkan 28 responden mengalami masalah psikososial (18,1%) dan 2 responden tidak mengalami masalah psikososial (1,3%), lingkungan sosial sedang didapatkan 94 responden mengalami masalah psikososial (60,6%) dan 14 responden tidak mengalami masalah psikososial (9%), sedangkan lingkungan sosial tinggi didapatkan 11 responden mengalami masalah psikososial (7,1%) dan 6 responden tidak mengalami masalah psikososial (3,9%). Hasil uji spearman rank menunjukkan p-value $0,015 < \alpha 0,05$ artinya ada hubungan lingkungan sosial dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Keeratan hubungan: 0,194 (hubungan lemah), arah hubungan negative.

Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Tabel 3. Menganalisis Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Psikososial Pada Remaja Di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Pola Asuh Orang Tua	Masalah Psikososial Remaja				Total		r	P value
	Tidak ada masalah		Ada masalah		n	%		
	n	%	n	%				
Pesimif	0	0	0	0	0	100%		
Otoriter	4	2,6	7	4,5	11	100%	0,176	0,029
Autoritatif	18	11,6	126	81,3	144	100%		
Total	22	14,2	133	85,8	155	100%		

Sumber : (Data Primer, 2026)

Berdasarkan tabel hasil tabulasi silang antara lingkungan sosial dengan masalah psikososial menunjukkan pola asuh orang tua otoritatif didapatkan 126 responden mengalami masalah psikososial (81,3%) dan 18 responden tidak mengalami masalah psikososial (11,6%). Sedangkan pola asuh otoriter didapatkan 7 responden mengalami masalah psikososial (4,5%) dan 4 responden tidak mengalami masalah psikososial (2,6%). Hasil uji spearman rank menunjukkan p-value $0,029 < \alpha 0,05$ artinya ada hubungan pola asuh

orang tua dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus keeratan hubungan: 0,176 (hubungan lemah), arah hubungan positif.

Pembahasan

Mendeskripsikan Masalah Psikososial Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel sebagian besar responden (85,8%) mengalami masalah psikososial dan 14,2% tidak mengalami masalah psikososial. Hasil ini menunjukkan bahwa masalah psikososial pada remaja masih tergolong tinggi dan memerlukan perhatian dari keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan.

Secara teori, masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap masalah psikososial. Menurut Erikson, remaja berada pada tahap Identity vs Role Confusion, di mana kegagalan dalam pembentukan identitas dapat memicu rendahnya kepercayaan diri dan berbagai masalah psikososial. Faktor yang memengaruhi kondisi psikososial meliputi faktor internal seperti regulasi emosi, efikasi diri, dan strategi koping, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga, teman sebaya, sekolah, dan lingkungan sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial, kondisi keluarga, dan status sosial ekonomi berkontribusi terhadap munculnya masalah psikososial pada remaja. Berdasarkan asumsi peneliti, tingginya masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus dipengaruhi oleh penggunaan media sosial, tekanan akademik, pergaulan teman sebaya, dan pola asuh orang tua. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan mental, peningkatan peran keluarga, dan program pembinaan psikososial di sekolah.

Mendeskripsikan Penggunaan Media Sosial Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel sebagian besar responden (74,2%) memiliki penggunaan media sosial tinggi dan 25,8% berada pada kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan remaja.

Secara teori, media sosial digunakan sebagai sarana komunikasi, pencarian informasi, dan ekspresi diri. Pada masa remaja, kebutuhan akan penerimaan sosial dan pencarian identitas membuat penggunaan media sosial meningkat. Namun, penggunaan yang berlebihan dapat berdampak pada kesehatan mental, kualitas tidur, prestasi akademik, dan interaksi sosial.

Teori Social Learning Bandura menjelaskan bahwa remaja mudah meniru perilaku yang dilihat melalui media sosial. Selain itu, kebutuhan validasi sosial dan social comparison dapat memengaruhi kepercayaan diri serta kesejahteraan psikologis remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan tingginya penggunaan media sosial pada remaja akibat kemudahan akses internet dan kepemilikan smartphone.

Berdasarkan asumsi peneliti, tingginya penggunaan media sosial dipengaruhi oleh perkembangan teknologi, kebutuhan bersosialisasi, dan pencarian pengakuan sosial. Oleh karena itu, diperlukan edukasi literasi digital, pembatasan penggunaan gadget, serta pengawasan orang tua untuk meminimalkan dampak negatif penggunaan media sosial.

Mendeskripsikan Lingkungan Sosial Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel sebagian besar responden (69,7%) berada pada kategori lingkungan sosial sedang, 19,4% kategori rendah, dan 11% kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja memperoleh dukungan sosial yang cukup, namun belum optimal.

Lingkungan sosial mencakup interaksi dalam keluarga, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat yang berperan penting dalam perkembangan psikologis remaja. Menurut teori ekologi Bronfenbrenner, perkembangan remaja dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi. Lingkungan sosial yang positif dapat meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan adaptasi, dan kesehatan mental, sedangkan lingkungan yang kurang mendukung dapat meningkatkan risiko masalah psikososial.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang baik berhubungan dengan kemampuan adaptasi yang lebih baik dan tingkat stres yang lebih rendah. Berdasarkan asumsi peneliti, dominannya lingkungan sosial kategori sedang dipengaruhi oleh kualitas komunikasi keluarga, pengaruh teman sebaya, dan perkembangan teknologi digital. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan sosial yang positif dan suportif.

Mendeskripsikan Pola Asuh Orang Tua Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel sebagian besar responden (92,9%) memiliki pola asuh otoritatif dan 7,1% memiliki pola asuh otoriter. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua menerapkan pola asuh yang seimbang antara kontrol dan dukungan emosional.

Menurut teori Baumrind, pola asuh otoritatif ditandai dengan komunikasi terbuka, pemberian aturan yang jelas, serta dukungan emosional yang baik. Pola asuh ini terbukti membantu perkembangan regulasi emosi, keterampilan sosial, dan kepercayaan diri remaja. Sebaliknya, pola asuh otoriter cenderung meningkatkan tekanan psikologis dan menghambat kemandirian anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pola asuh otoritatif merupakan pola asuh yang paling efektif dalam mendukung perkembangan psikologis dan sosial remaja. Berdasarkan asumsi peneliti, dominannya pola asuh otoritatif dipengaruhi oleh meningkatnya kesadaran orang tua tentang pentingnya komunikasi dan pengasuhan positif. Oleh karena itu, penguatan peran keluarga tetap diperlukan untuk mendukung perkembangan psikososial remaja secara optimal.

Menganalisis Hubungan Media Sosial dengan Masalah Psikososial Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel diperoleh nilai p-value 0,023 ($<0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,183$ yang menunjukkan hubungan positif dan lemah antara penggunaan media sosial dan masalah psikososial. Artinya, semakin tinggi penggunaan media sosial, semakin tinggi kecenderungan munculnya masalah psikososial.

Hasil ini dapat dijelaskan melalui teori Erikson, Social Comparison Theory, dan Uses and Gratifications Theory yang menjelaskan bahwa media sosial dapat menjadi sumber

validasi sosial sekaligus memicu kecemasan, perbandingan sosial, dan ketergantungan apabila digunakan secara berlebihan.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi berhubungan dengan depresi, kecemasan, kesepian, dan gangguan interaksi sosial. Namun, kekuatan hubungan yang lemah menunjukkan bahwa masalah psikososial juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti lingkungan sosial, pola asuh, dan karakteristik individu. Peneliti berasumsi bahwa dampak media sosial dipengaruhi oleh pola penggunaan, dukungan sosial, kontrol diri, dan lingkungan pergaulan remaja.

Menganalisis Hubungan Lingkungan Sosial dengan Masalah Psikososial Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel diperoleh p-value 0,015 ($<0,05$) dengan koefisien korelasi $r = -0,194$ yang menunjukkan hubungan negatif dan lemah. Artinya, semakin baik lingkungan sosial remaja, semakin rendah risiko munculnya masalah psikososial.

Menurut teori Bronfenbrenner, Erikson, dan Social Support Theory, dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan sekolah berperan sebagai faktor protektif terhadap gangguan psikososial. Sebaliknya, lingkungan yang tidak mendukung dapat meningkatkan risiko stres, kecemasan, dan perilaku menyimpang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam menjaga kesehatan mental remaja. Peneliti berasumsi bahwa hubungan yang lemah terjadi karena kondisi psikososial remaja juga dipengaruhi oleh media sosial, pola asuh, dan karakteristik individu.

Menganalisis Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Masalah Psikososial Pada Remaja di SMP 3 Bae Kudus Tahun 2026

Berdasarkan tabel diperoleh p-value 0,029 ($<0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,176$ yang menunjukkan hubungan positif dan lemah antara pola asuh orang tua dan masalah psikososial remaja.

Menurut teori Baumrind, pola asuh yang seimbang antara kontrol dan kehangatan emosional dapat mendukung perkembangan psikologis remaja. Teori Attachment Bowlby juga menjelaskan bahwa hubungan emosional yang aman dengan orang tua dapat menurunkan risiko gangguan psikososial. Namun, teori ekologi Bronfenbrenner menunjukkan bahwa perkembangan remaja tidak hanya dipengaruhi keluarga, tetapi juga sekolah, teman sebaya, dan lingkungan sosial.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh berhubungan dengan masalah psikososial, namun bukan satu-satunya faktor yang berperan. Peneliti berasumsi bahwa pada era digital, pengaruh media sosial dan lingkungan pergaulan semakin kuat sehingga dapat mengurangi pengaruh langsung pola asuh terhadap kondisi psikososial remaja. Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam mendukung kesehatan mental remaja.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki tingkat penggunaan media sosial yang tinggi yaitu sebanyak 115 responden (74,2%). Selain itu, sebagian besar responden berada pada lingkungan sosial kategori sedang sebanyak 108 responden (69,7%). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memperoleh pola asuh orang tua otoritatif, yaitu sebanyak 144 responden (92,9%). Analisis hubungan antarvariabel menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Selain itu, terdapat hubungan antara lingkungan sosial dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan antara pola asuh orang tua dengan masalah psikososial pada remaja di SMP 3 Bae Kudus. Dengan demikian, penggunaan media sosial, lingkungan sosial, dan pola asuh orang tua merupakan faktor yang berhubungan dengan kondisi psikososial remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, A. (2020). Preferensi Penggunaan Media Sosial Pada Remaja. *Jurnal Komunikasi Digital*, 5(1), 45–53.
- Azzahra, S., Dkk. (2022). Pola Asuh Orang Tua Dan Perkembangan Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 89–97.
- Baumrind, D. (1991). The Influence Of Parenting Style On Adolescent Competence And Substance Use. *Journal Of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Bulan, Y. E., & N, I. K. (2022). Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Taujihat*, 3(2), 99–115. <https://doi.org/10.21093/Tj.V3i2.6481>
- Cobb, S. (1976). Social Support As A Moderator Of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314.
- Dariyo, A. (2022). Pola Asuh Otoriter Dalam Perkembangan Remaja. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 45–54.
- Darmawanti. (2023). Peran Pola Asuh Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 102–110.
- Demaray, M. K., & Malecki, C. K. (1999). Child And Adolescent Social Support Scale (CASSS). *Psychology In The Schools*, 36(6), 473–487.
- Devita, Y. (2020). Pola Asuh Otoriter Dan Pencegahan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 134–142.
- Diorarta, R., & Mustikasari. (2020). Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(1), 25–32.
- Dou, D., Shek, D. T. L., & Zhu, X. (2022). Parenting Style And Adolescent Psychosocial Development. *Frontiers In Psychology*, 13, 845678. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.845678>
- Eka, R., Ishak, P., Rahma, S., Salawali, S. H., Tua, O., Gorontalo, K., Pohuwato, K., & Gorontalo, K. (2025). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Limboto The Relationship Between Parenting Patterns And Mental Health In Adolescents At Sma Negeri 2 Limboto Artikel Penelitian Biasanya

- Ditandai Dengan Pubertas Dan Beberapa. Jurnal Kolaboratif Sains, Volume 8 No. 5, Mei 2025, 2196-2211, 8(5), 2196–2211. <https://doi.org/10.56338/Jks.V8i5.7452>
- Fadli, R. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja. Jurnal Psikologi Klinis Indonesia, 5(2), 101–110.
- Syah, A., Amanullah, R., & Kharisma, D. K. (2022). Perkembangan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Emosi Anak Dan Remaja. Jurnal Almutaja : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, 1(2), 1–7.
- Tardy, C. H. (1985). Social Support Measurement. American Journal Of Community Psychology, 13(2), 187–202.
- Umia, R., Sandayanti, & Detty. (2020). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Remaja. Jurnal Sosiologi Pendidikan, 8(1), 41–50.
- World Health Organization. (2020). Adolescent Mental Health. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Wulandari, A., Et Al. (2022). Masalah Psikososial Remaja Selama Pandemi COVID-19. Jurnal Kesehatan Jiwa Indonesia, 10(3), 145–154.
- Yunalia, E., & Etika, A. (2020). Tekanan Teman Sebaya Dan Perilaku Bullying Pada Remaja. Jurnal Psikologi Sosial, 15(2), 90–99.
- Yunere, F., Anggraini, M., & Vitri, C. Y. (2021). Dukungan Teman Sebaya Dan Lingkungan Sekolah Dengan Gangguan Mental Emosional Pada Siswa Smk. Prosiding Seminar Kesehatan Perintis E-Issn : 2622-2256 Vol. 4 No. 2 Tahun 2021, 4(2), 112–118.
- Yunita Dwiyaniti. (2025). Studi Korelasi : Kesehatan Mental Remaja Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua. Tsckeb_Jurnal Vol.10 No.2 Tahun 2025, 10(2).