PERAN ORANG TUA DALAM MENDUKUNG PROSES BELAJAR REMAJA AWAL DENGAN MENTAL DOWN DI SITUJUAH GADANG

Nurhasana[1], M.Arif[2]

[1,2]*Universitas Islam Negeri Sjech M.Djamil Djambek Bukittingi*
E-mail : [1]nurhasana247@gmail.com, [2]m.arif@uinbukittinggi.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua dalam membantu remaja awal yang mengalami kondisi mental down dalam belajar di Nagari Situjuah Gadang, Kabupaten Lima Puluh Kota. Penelitian ini didasarkan pada pemahaman bahwa dukungan keluarga, khususnya perhatian, komunikasi, dukungan emosional, dan pendampingan akademik, merupakan bagian penting dalam mendukung proses belajar dan perkembangan remaja. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Informan penelitian terdiri atas empat orang ibu sebagai informan kunci dan empat remaja berusia 12–15 tahun sebagai informan pendukung yang dipilih secara purposive dan dikembangkan melalui *snowball sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara, kemudian dianalisis secara interaktif melalui reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua relatif telah memenuhi kebutuhan material remaja, tetapi dukungan emosional, pendampingan akademik, komunikasi, dan pengawasan belajar belum dilakukan secara konsisten. Remaja lebih membutuhkan perhatian, empati, penguatan, kesempatan bercerita, dan pendampingan ketika mengalami kesulitan belajar. Penelitian menyimpulkan bahwa peran orang tua perlu diarahkan tidak hanya pada pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga pada keterlibatan emosional dan akademik yang sesuai dengan kebutuhan remaja.

Kata Kunci : *Mental Down, Snowball Sampling, Kualitatif Deskriprif, Triagulasi*

PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian pengetahuan dan hasil Pendidikan anak tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga melalui proses pendidikan dalam keluarga. Orang tua menjadi salah satu pihak yang memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan dan proses belajar anak melalui perhatian, bimbingan, motivasi, serta pemenuhan kebutuhan belajar. Perhatian orang tua dapat memberikan dukungan psikologis bagi anak sehingga anak merasa diperhatikan dan memiliki tempat untuk menyampaikan kesulitan yang dihadapi. Dalam konteks pendidikan, keterlibatan orang tua juga berkaitan dengan perkembangan aktivitas belajar dan pencapaian akademik anak. Penelitian Rini et al., (2020), menunjukkan bahwa perhatian orang tua dalam kegiatan belajar memiliki pengaruh terhadap prestasi belajar siswa.

Perhatian orang tua menjadi semakin penting ketika anak memasuki masa remaja. Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, emosional, sosial, dan psikologis yang dapat menimbulkan berbagai tantangan dalam proses penyesuaian diri. Pada kondisi tertentu, remaja dapat mengalami tekanan yang memengaruhi semangat, kepercayaan diri, konsentrasi, dan keterlibatan dalam kegiatan belajar. Dukungan keluarga dapat menjadi salah satu sumber yang membantu remaja menghadapi perubahan dan tuntutan tersebut. Penelitian Anissah et al., 2026), menunjukkan adanya hubungan antara pola asuh orang tua dan kesehatan mental remaja, yang menunjukkan pentingnya lingkungan keluarga dalam perkembangan kondisi psikologis remaja.

Dalam kegiatan belajar, kurangnya dukungan dan perhatian dapat membuat remaja lebih sulit menghadapi permasalahan akademik maupun emosional yang dialaminya. Sebaliknya, perhatian orang tua dapat diwujudkan melalui pendampingan, komunikasi, pengawasan, pemberian motivasi, dan bantuan ketika anak mengalami kesulitan. Perhatian tersebut tidak hanya berkaitan dengan pencapaian akademik, tetapi juga dapat membantu anak mempertahankan keterlibatannya dalam proses belajar. Purba et al., (2022), menemukan bahwa perhatian orang tua bersama motivasi belajar memiliki pengaruh terhadap hasil belajar siswa. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa keterlibatan keluarga merupakan salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam mendukung proses pendidikan anak.

Salah satu kondisi yang dapat muncul ketika remaja menghadapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari adalah penurunan semangat, motivasi, konsentrasi, dan kepercayaan diri yang dalam penelitian ini disebut sebagai mental down. Istilah mental down digunakan secara deskriptif untuk menggambarkan kondisi ketika remaja mengalami penurunan kondisi psikologis yang berdampak pada aktivitas belajar, bukan sebagai diagnosis gangguan mental klinis. Kondisi tersebut dapat ditunjukkan melalui perilaku seperti menarik diri dari lingkungan sosial, mudah tersinggung, kurang percaya diri, kesulitan berkonsentrasi, dan menurunnya semangat mengikuti kegiatan belajar. Oleh karena itu, kondisi psikologis remaja perlu dipahami bersama dengan lingkungan keluarga dan dukungan yang diterimanya. Firda Saman et al., (2021), menunjukkan bahwa perhatian dan peran orang tua memiliki hubungan dengan prestasi belajar siswa SMP.

Fenomena tersebut ditemukan dalam pengamatan awal yang dilakukan pada Jumat, 13 Desember 2024 di Nagari Situjuh Gadang, Kabupaten Lima Puluh Kota. Hasil pengamatan menunjukkan adanya remaja yang memperlihatkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, mudah tersinggung, mengalami gangguan dalam berkonsentrasi dan berpikir, serta

mengalami penurunan kepercayaan diri dalam belajar. Hasil wawancara awal pada 17 Desember 2024 dengan tiga remaja menunjukkan adanya pengalaman yang berbeda mengenai perhatian orang tua. Salah satu remaja merasa sering disalahkan dan kurang dihargai, sementara remaja lainnya mengungkapkan bahwa perhatian orang tua lebih banyak diberikan dalam bentuk materi. Kondisi tersebut menunjukkan adanya perbedaan bentuk perhatian yang diterima remaja dalam lingkungan keluarga. Temuan mengenai pentingnya perhatian orang tua dalam proses belajar juga diperlihatkan oleh Sundari et al., (2019), yang menemukan hubungan antara perhatian orang tua, motivasi berprestasi, dan prestasi belajar siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, peran dan perhatian orang tua menjadi aspek penting dalam memahami kondisi remaja ketika menghadapi permasalahan dalam belajar. Namun, perhatian orang tua tidak selalu diberikan dalam bentuk yang sama karena dipengaruhi oleh kesibukan, kondisi keluarga, pola komunikasi, dan pemahaman orang tua terhadap kebutuhan anak. Penelitian sebelumnya banyak membahas perhatian orang tua dalam kaitannya dengan prestasi dan motivasi belajar, sedangkan kajian mengenai pengalaman remaja yang mengalami kondisi mental down dalam konteks lingkungan masyarakat lokal masih perlu diperhatikan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua dalam membantu remaja menghadapi kondisi mental down dalam belajar di Nagari Situjuh Gadang Kabupaten Lima Puluh Kota. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai bentuk perhatian, komunikasi, dukungan, dan pendampingan orang tua dalam membantu remaja menghadapi permasalahan belajar.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan ini digunakan untuk memperoleh pemahaman secara mendalam mengenai peran orang tua dalam mendukung proses belajar remaja awal yang mengalami kondisi mental down. Penelitian kualitatif digunakan untuk memahami fenomena secara holistik dan kontekstual berdasarkan pengalaman serta perspektif subjek dalam lingkungan alamiahnya (Fadli, 2021). Penelitian dilaksanakan di Nagari Situjuah Gadang, Kabupaten Lima Puluh Kota. Lokasi penelitian dipilih berdasarkan hasil pengamatan awal yang menunjukkan adanya remaja yang mengalami perubahan perilaku, penurunan semangat belajar, kesulitan berkonsentrasi, dan menurunnya kepercayaan diri.

Informan penelitian ditentukan berdasarkan keterlibatan dan pengetahuan mereka terhadap fenomena yang diteliti. Informan kunci terdiri atas empat orang ibu yang memiliki remaja dengan kondisi mental down, sedangkan informan pendukung terdiri atas empat remaja berusia 12–15 tahun. Pemilihan informan dilakukan secara purposive dan dikembangkan menggunakan *teknik snowball sampling*, yaitu penentuan informan berikutnya berdasarkan informasi atau rekomendasi dari informan sebelumnya sampai data yang diperoleh dianggap memadai. Teknik tersebut sesuai digunakan dalam penelitian kualitatif ketika peneliti membutuhkan informan yang memiliki pengalaman atau pengetahuan langsung mengenai fenomena penelitian (Ika, 2021).

Data penelitian dikumpulkan melalui observasi dan wawancara. Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi dan perilaku remaja dalam lingkungan kehidupan sehari-hari, sedangkan wawancara dilakukan secara mendalam menggunakan pedoman

wawancara kepada informan kunci dan informan pendukung. Wawancara diarahkan pada pengalaman remaja dalam menghadapi permasalahan belajar serta bentuk perhatian, komunikasi, dukungan, dan pendampingan yang diberikan orang tua. Penggunaan observasi dan wawancara memungkinkan peneliti memperoleh data dari pengalaman langsung informan sekaligus mengamati kondisi yang berkaitan dengan fenomena penelitian. Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi dapat digunakan secara terpadu untuk memperoleh pemahaman yang lebih utuh terhadap objek penelitian.

Analisis data dilakukan secara interaktif sejak proses pengumpulan data sampai penelitian selesai melalui tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap reduksi, data hasil observasi dan wawancara diseleksi, dikelompokkan, dan difokuskan sesuai dengan tujuan penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian naratif berdasarkan tema-tema yang ditemukan, seperti bentuk perhatian orang tua, dukungan emosional, komunikasi, pendampingan belajar, dan respons remaja terhadap dukungan tersebut. Tahap terakhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan pola dan keterkaitan antartemuan serta melakukan verifikasi terhadap data yang diperoleh. Model analisis tersebut menempatkan pengumpulan dan analisis data sebagai proses yang saling berinteraksi sehingga peneliti dapat terus membandingkan dan memperdalam temuan selama penelitian berlangsung (Rijali, 2018).

Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari orang tua dan remaja, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan data hasil observasi dan wawancara. Proses tersebut dilakukan untuk memastikan konsistensi informasi dan meningkatkan kredibilitas temuan penelitian. Data yang diperoleh dari satu sumber tidak langsung dijadikan kesimpulan, tetapi dibandingkan dengan informasi dari sumber dan teknik pengumpulan data lainnya. Penggunaan triangulasi dalam penelitian kualitatif perlu dilakukan secara tepat agar pemeriksaan keabsahan data benar-benar sesuai dengan jenis dan tujuan penelitian (Kasiyan, 2015).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja awal di Nagari Situjuah Gadang yang menjadi informan penelitian memperlihatkan kondisi yang dalam penelitian ini disebut mental down, yang ditandai dengan menurunnya semangat belajar, kesedihan, kurangnya motivasi, kecenderungan menarik diri, kesulitan berkonsentrasi, serta rendahnya kepercayaan diri. Berdasarkan observasi dan wawancara terhadap empat remaja, yaitu AN, ND, RF, dan MK, serta orang tua masing-masing, ditemukan bahwa bentuk dukungan orang tua belum sepenuhnya sesuai dengan kebutuhan emosional dan akademik remaja. Orang tua pada umumnya telah memenuhi kebutuhan material seperti uang jajan, perlengkapan sekolah, pakaian, dan kebutuhan sehari-hari, tetapi keterlibatan dalam pendampingan belajar, komunikasi emosional, pemberian motivasi, dan pengawasan kegiatan belajar masih terbatas. Kesibukan bekerja, kelelahan, serta anggapan bahwa anak sudah mampu mengatur kegiatan belajarnya sendiri menjadi beberapa kondisi yang menyebabkan keterlibatan orang tua tidak berlangsung secara konsisten. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan orang tua dalam proses belajar tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga mencakup perhatian dan keterlibatan emosional yang dirasakan langsung oleh

anak. Temuan tersebut sejalan dengan Yuliya, 2019), yang menemukan adanya hubungan antara dukungan orang tua dan motivasi belajar pada remaja, sehingga dukungan keluarga menjadi salah satu konteks penting dalam mempertahankan motivasi belajar remaja.

Tabel 1. Bentuk Peran Orang Tua dalam Mendukung Remaja yang Mengalami Mental Down

Aspek dukungan	Temuan pada informan	Kondisi umum
Dukungan material	Uang jajan, perlengkapan sekolah, kebutuhan sehari-hari umumnya terpenuhi	Relatif terpenuhi
Dukungan emosional	Motivasi, empati, perhatian, dan kesempatan bercerita masih terbatas	Belum optimal
Pendampingan akademik	Jarang membantu tugas, memantau kesulitan belajar, atau mendiskusikan hasil belajar	Rendah
Komunikasi	Lebih banyak berupa perintah atau pertanyaan singkat tentang kebutuhan dasar	Kurang terbuka
Pengawasan belajar	Tidak terdapat rutinitas pemantauan belajar yang konsisten	Belum optimal
Dukungan sosial	Sesekali mengajak anak beraktivitas bersama atau memberikan kesempatan menenangkan diri	Ada tetapi situasional

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa dukungan emosional merupakan kebutuhan yang paling sering dirasakan oleh remaja, tetapi justru menjadi salah satu bentuk dukungan yang belum konsisten diberikan oleh orang tua. AN mengungkapkan bahwa ia ingin orang tua menanyakan kegiatan sekolah dan memberikan bantuan ketika mengalami kesulitan belajar. ND juga menyatakan bahwa ketika semangat belajarnya menurun, ia lebih membutuhkan kalimat yang memberikan penguatan daripada sekadar perintah untuk belajar. RF mengungkapkan bahwa perhatian sederhana, seperti ditanya mengenai sekolah atau tugas, dapat membuatnya merasa diperhatikan dan lebih bersemangat. Sementara itu, MK cenderung mencari tempat bercerita kepada anggota keluarga lain ketika sedang sedih karena khawatir mendapatkan respons negatif dari orang tua. Dengan demikian, kebutuhan remaja tidak selalu berupa bantuan akademik secara langsung, tetapi juga berupa rasa diterima, didengarkan, dan diberi penguatan. Temuan tersebut selaras dengan penelitian Wijaya, (2021), yang mengidentifikasi dukungan informasi, instrumental, dan emosional sebagai bentuk dukungan orang tua yang berkaitan dengan motivasi belajar anak. Dalam konteks penelitian ini, dukungan emosional menjadi penting karena remaja berada pada kondisi ketika penurunan semangat dan kepercayaan diri membuat mereka membutuhkan penguatan dari lingkungan terdekat.

Aspek komunikasi antara orang tua dan anak juga menjadi temuan penting. Pada AN, komunikasi dengan ibu lebih banyak berkaitan dengan kebutuhan dasar dan jarang membahas kegiatan belajar. Ketika AN meminta bantuan mengerjakan tugas matematika, respons orang tua

lebih banyak berupa permintaan agar anak mengerjakan sendiri karena orang tua sedang lelah setelah bekerja. Pada ND, komunikasi orang tua cenderung berupa perintah seperti menyuruh belajar, tetapi tidak dilanjutkan dengan pertanyaan mengenai kesulitan yang dialami anak. Pada RF, komunikasi akademik juga terbatas karena orang tua lebih banyak bekerja dan jarang berada di rumah. Sementara itu, pada MK, komunikasi lebih sering disertai teguran dan kemarahan sehingga anak memilih untuk tidak menyampaikan perasaannya kepada orang tua. Pola tersebut menunjukkan bahwa komunikasi orang tua-anak masih cenderung fungsional dan satu arah, belum berkembang menjadi komunikasi yang terbuka dan suportif. Kondisi tersebut penting diperhatikan karena komunikasi menjadi sarana bagi orang tua untuk mengetahui perubahan kondisi emosional dan kesulitan belajar anak. Penelitian Trimukiyadi et al., (2022), juga menunjukkan bahwa peran orang tua berkaitan dengan perkembangan komunikasi anak, terutama melalui interaksi dan pendampingan dalam kehidupan sehari-hari.

Keterbatasan komunikasi tersebut selanjutnya berkaitan dengan rendahnya pendampingan akademik orang tua. Keempat remaja pada umumnya belajar secara mandiri dan tidak memperoleh pendampingan yang rutin ketika menghadapi kesulitan. AN membutuhkan bantuan ketika mengalami kesulitan matematika, tetapi tidak selalu memperoleh respons yang dibutuhkan. ND lebih sering mencari bantuan kepada teman atau guru ketika mengalami kesulitan memahami pelajaran. RF mengungkapkan bahwa ia terbiasa belajar sendiri karena ibunya bekerja, sedangkan MK tidak memiliki kebiasaan belajar yang dipantau orang tua, seperti pemeriksaan tugas atau buku pelajaran. Dari sisi orang tua, keterbatasan pendampingan tidak selalu disebabkan oleh ketidakpedulian, tetapi juga karena keterbatasan waktu, kelelahan, pekerjaan, dan keyakinan bahwa anak sudah cukup besar untuk belajar secara mandiri. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara peran yang dipersepsikan orang tua dengan dukungan yang dibutuhkan anak. Fane & Sugito, 2019), menemukan bahwa keterlibatan orang tua berkaitan dengan motivasi dan prestasi belajar siswa. Walaupun penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dan konteks yang berbeda, temuannya memberikan penguatan bahwa keterlibatan orang tua dalam pendidikan merupakan bagian penting dari lingkungan belajar anak.

Selain pendampingan akademik, penelitian menemukan bahwa suasana emosional di rumah berhubungan dengan kesiapan remaja untuk belajar. ND mengungkapkan bahwa ketika suasana rumah sedang tegang atau terjadi kemarahan, ia merasa tidak tenang dan sulit berkonsentrasi. RF juga menyampaikan bahwa ketika dimarahi atau tidak mendapatkan semangat, ia menjadi malas belajar dan sulit fokus menyelesaikan tugas. MK menunjukkan respons yang serupa ketika komunikasi dengan orang tua berlangsung dengan nada tinggi atau ketika dirinya merasa dibandingkan dengan anggota keluarga lain. Sementara itu, AN cenderung menarik diri ketika merasa kurang diperhatikan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi belajar remaja tidak hanya dibentuk oleh ketersediaan fasilitas belajar, tetapi juga oleh pengalaman emosional yang mereka rasakan di lingkungan keluarga. Azhari et al., (2022), melalui kajian mengenai pola asuh orang tua dan perkembangan mental remaja menunjukkan bahwa pola asuh merupakan salah satu aspek yang berkaitan dengan perkembangan mental remaja. Dengan demikian, interaksi yang responsif dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan remaja perlu menjadi bagian dari dukungan keluarga.

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa dukungan sederhana dari orang tua dapat memiliki arti penting bagi motivasi belajar remaja. AN merasa senang ketika mendapatkan ucapan

semangat dari kakak atau sepupunya dan menyatakan bahwa perhatian tersebut dapat membuatnya kembali ingin belajar. ND juga menyatakan bahwa ucapan seperti "mama tahu kamu bisa" sudah cukup untuk meningkatkan semangatnya. RF mengungkapkan bahwa pertanyaan sederhana mengenai tugas dan ucapan semangat membuatnya merasa diperhatikan. Temuan ini memperlihatkan bahwa dukungan orang tua tidak selalu membutuhkan bentuk bantuan yang kompleks. Perhatian, penghargaan terhadap usaha anak, pertanyaan mengenai aktivitas sekolah, dan kesempatan untuk bercerita merupakan bentuk dukungan yang relatif sederhana tetapi bermakna bagi remaja. Hasil tersebut sejalan dengan Yuliya (2019), yang menemukan hubungan yang kuat antara dukungan orang tua dan motivasi belajar remaja. Penelitian tersebut melaporkan semakin tinggi dukungan orang tua, semakin tinggi pula motivasi belajar yang ditemukan pada responden penelitian tersebut.

Di sisi lain, hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbatasan peran orang tua tidak dapat dilepaskan dari kondisi sosial-ekonomi dan beban pekerjaan keluarga. Keempat orang tua mengungkapkan adanya keterbatasan waktu untuk mendampingi anak karena pekerjaan rumah tangga, pekerjaan di luar rumah, maupun aktivitas mencari penghasilan. Orang tua AN menyatakan bahwa setelah bekerja ia sering merasa lelah dan tidak sempat menanyakan tugas sekolah. Orang tua RF dan MK juga mengungkapkan bahwa pekerjaan membuat waktu bersama anak menjadi terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kurangnya keterlibatan orang tua perlu dipahami secara kontekstual dan tidak semata-mata dipandang sebagai bentuk ketidakpedulian. Pada saat yang sama, keterbatasan waktu tidak berarti bahwa dukungan kepada anak harus berhenti. Bentuk dukungan dapat disesuaikan dengan kondisi keluarga, misalnya menyediakan waktu singkat untuk mendengarkan cerita anak, menanyakan kondisi sekolah, memberikan apresiasi, atau membuat kesepakatan waktu belajar. Penelitian Wijaya (2021), menunjukkan bahwa dukungan orang tua memiliki beberapa bentuk, termasuk dukungan informasi, instrumental, dan emosional, sehingga dukungan tidak harus selalu diwujudkan dalam pendampingan akademik yang panjang.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan adanya kesenjangan antara pemenuhan kebutuhan material dan kebutuhan psikologis-akademik remaja. Orang tua pada umumnya telah menjalankan tanggung jawab dalam menyediakan kebutuhan fisik dan pendidikan dasar, tetapi keterlibatan dalam mendengarkan, memberikan penguatan, mendampingi proses belajar, serta memantau perkembangan akademik masih belum konsisten. Kesenjangan tersebut terlihat pada keempat informan meskipun bentuknya berbeda. AN dan RF lebih banyak menunjukkan kebutuhan terhadap perhatian dan penguatan emosional; ND membutuhkan komunikasi yang lebih suportif dan pendampingan ketika motivasi menurun; sedangkan MK membutuhkan penerimaan, komunikasi yang tidak menghakimi, serta dukungan terhadap minat dan potensinya. Temuan ini memperlihatkan bahwa kebutuhan setiap remaja tidak sepenuhnya sama sehingga dukungan orang tua perlu disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan anak. Azhari et al. (2022), juga menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dan motivasi belajar, serta antara motivasi belajar dengan hasil dan prestasi belajar. Temuan tersebut memperkuat pentingnya dukungan keluarga sebagai bagian dari lingkungan belajar remaja.

Berdasarkan sintesis hasil observasi dan wawancara, peran orang tua dalam mendukung remaja awal yang mengalami mental down dalam belajar mencakup empat aspek utama, yaitu dukungan emosional, pendampingan akademik, komunikasi, dan dukungan sosial. Dukungan

emosional diwujudkan melalui perhatian, empati, penerimaan, dan pemberian semangat; pendampingan akademik melalui pemantauan tugas dan kesulitan belajar; komunikasi melalui percakapan terbuka mengenai sekolah dan kondisi anak; sedangkan dukungan sosial melalui keterlibatan orang tua dalam aktivitas yang dapat membangun kedekatan dengan anak. Penelitian ini menunjukkan bahwa keempat aspek tersebut belum berjalan secara seimbang. Dukungan material relatif terpenuhi, sedangkan dukungan emosional, akademik, komunikasi, dan pengawasan masih bersifat situasional. Oleh karena itu, dukungan orang tua yang dibutuhkan remaja tidak cukup hanya berupa pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi perlu disertai keterlibatan yang membuat anak merasa diperhatikan, diterima, dan memiliki tempat yang aman untuk menyampaikan kesulitan belajar maupun permasalahan emosional.

Temuan penelitian juga perlu dipahami secara hati-hati. Istilah mental down dalam penelitian ini digunakan untuk menggambarkan kondisi yang ditemukan berdasarkan pengalaman dan pengamatan informan, seperti kesedihan, kehilangan semangat belajar, menarik diri, sulit berkonsentrasi, dan rendahnya kepercayaan diri. Istilah tersebut tidak digunakan untuk menetapkan diagnosis gangguan mental pada remaja. Hal ini penting karena kondisi emosional remaja memiliki bentuk dan penyebab yang beragam. Kajian Putri et al., (2022), mengenai kesehatan mental remaja di Indonesia menunjukkan bahwa faktor psikososial dan kualitas hubungan dengan orang tua termasuk faktor yang perlu diperhatikan dalam memahami masalah emosional remaja. Dengan demikian, hasil penelitian ini lebih tepat dimaknai sebagai gambaran pengalaman emosional dan belajar remaja dalam konteks keluarga, bukan sebagai diagnosis klinis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa peran orang tua dalam membantu remaja awal yang mengalami kondisi mental down dalam belajar di Nagari Situjuah Gadang Kabupaten Lima Puluh Kota mencakup dukungan emosional, pendampingan akademik, komunikasi, dan dukungan sosial. Orang tua pada umumnya telah memenuhi kebutuhan material dan kebutuhan dasar pendidikan anak, tetapi dukungan yang bersifat emosional dan akademik belum diberikan secara konsisten. Remaja membutuhkan perhatian, empati, penguatan, kesempatan untuk bercerita, serta pendampingan ketika menghadapi kesulitan belajar. Keterbatasan waktu, kesibukan bekerja, kelelahan, dan anggapan bahwa anak telah mampu belajar secara mandiri menjadi beberapa faktor yang menyebabkan keterlibatan orang tua belum optimal. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara dukungan yang diberikan orang tua dengan dukungan yang dirasakan dan dibutuhkan oleh remaja. Oleh karena itu, dukungan orang tua dalam menghadapi kondisi mental down tidak cukup hanya melalui pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga perlu diwujudkan melalui komunikasi yang terbuka, perhatian terhadap kondisi emosional, pendampingan belajar, pemberian motivasi, serta keterlibatan sosial yang disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing remaja. Istilah mental down dalam penelitian ini dipahami sebagai gambaran kondisi emosional dan belajar berdasarkan pengalaman informan, bukan sebagai diagnosis klinis.

Temuan penelitian orang tua diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan dalam kehidupan belajar remaja melalui bentuk dukungan sederhana yang dapat dilakukan secara konsisten, seperti menanyakan kegiatan sekolah, mendengarkan kesulitan anak, memberikan

apresiasi terhadap usaha, menyediakan waktu untuk berdiskusi, dan membantu anak mencari solusi ketika mengalami kesulitan belajar. Remaja juga perlu diberikan ruang komunikasi yang aman agar dapat menyampaikan perasaan dan permasalahan yang dihadapi tanpa merasa dihakimi. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian dapat dikembangkan dengan melibatkan informan yang lebih beragam, seperti ayah, guru, dan pihak sekolah, serta mengkaji faktor lain yang berkaitan dengan kondisi emosional dan keterlibatan belajar remaja sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dukungan keluarga terhadap perkembangan remaja..

DAFTAR PUSTAKA

Anissah, U., Syahrias, L., & Asep, D. (2026). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mnetal Remaja di Puskesmas Bolai Permai Kota Batam Tahun 2025. *Jurnal Zona Keperawatan*, *16*(2), 102–110. https://doi.org/doi.org/10.37776/zk.v16i2.2161

Azhari, S. C., Rosali, E. S., F, M. A., D, N. N., Lutfiah, L., H, R. S., Rahayu, nina asih, & Meita, T. (2022). The Use of Partial Least Square for Analysis of the Relationship of Family Support on Learning Outcomes and Achievements Through Learning Motivation. *JPPM: Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, *9*(1), 26–38. https://doi.org/doi.org/10.21831/jppm.v9i1.49008

Fadli, muhammad rijal. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, *21*(1), 33–54. https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.

Fane, A., & Sugito, S. (2019). Pengaruh keterlibatan orang tua, perilaku guru, dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar matematika siswa. *Jurnal Riset Pendidikan Matematika*, *6*(1), 53–61. https://doi.org/10.21831/pspmm.v1i0.28

Firda Saman, Made Ngurah Partha, & Kaspul. (2021). Hubungan Perhatian Dan Peran Orang Tua Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 1 Long Iram. *Jurnal Prospek: Pendidikan Ilmu Sosial Dan Ekonomi*, *3*(1), 54–71. https://doi.org/10.30872/prospek.v3i1.808

Ika, L. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. *HISTORIS: Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, *6*(1), 33–39. https://doi.org/doi.org/10.31764/historis.v6i1.4075

Kasiyan. (2015). Kesalahan Implementasi Teknik Triangulasi Pada Uji Validitas Data Skripsi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Seni Rupa FBS UNY. *Imajeri*, *13*(1), 1–12. https://doi.org/doi.org/10.21831/imaji.v13i1.4044

Purba, I. F., Akbar, S., & Umayaroh, S. (2022). Pengaruh Perhatian Orangtua dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas IV SDN. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, *2*(6), 593–599. https://doi.org/10.17977/um065v2i62022p593-599

Putri, F. S., Nazihah, Z., Ariningrum, D. P., Celesta, S., & Herbawani, chahya kharin. (2022). Depresi Remaja di Indonesia : Penyebab dan Dampaknya Adolescent Depression in Indonesia : Causes and Effects. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, *10*(2), 99–108. https://doi.org/doi.org/10.32922/jkp.v10i2.502

Rijali, A. (2018). Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Alhadrah*, *17*(33), 81–95. https://doi.org/doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374

Rini, I. S., Dwi, sri enggar kencana, & Supangat. (2020). Pengaruh Perhatian Orang Tua Dalam Kegiatan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SD Negeri Nusa Tunggal Kecamatan Belitang III. *Jemari: Jurnal Edukasi Madrasah Ibtidaiyah*, *2*(2), 96–107. https://doi.org/doi.org/10.30599/jemari.v2i2.582

Sundari, L., Ansori, I., & Susilaningsih, S. (2019). Hubungan Perhatian Orang Tua dan Motivasi Berprestasi dengan Prestasi Belajar Bahasa Indonesia. *Joyful Learning Journal*, *6*(3), 168–176. https://doi.org/10.15294/jlj.v6i3.26123

Trimukiyadi, A., Lukmitasari, A., Indriyani, N., & Ramadzani, vila suvia. (2022). The Role of Parents in Developing Communication of Elementary School Students in Online Learning. *Profesi Pendidikan Dasar*, *9*(1), 119–131. https://doi.org/10.23917/ppd.v9i1.18678

Wijaya, R. W. (2021). Pengaruh dukungan orangtua terhadap motivasi belajar anak selama pembelajaran jarak jauh. *Socia: Jurnal Ilmi-Ilmu Sosial*, *18*(2), 113–120. https://doi.org/doi.org/10.21831/socia.v18i2.40503

Yuliya. (2019). Hubungan Antara Dukungan Orangtua Dengan Motivasi Belajar Pada Remaja. *Psikoborneo*, *7*(2), 250–256. https://doi.org/dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4780