



# PARENTING MANAGEMENT TO PREVENT TOXIC PARENTS

**Fayruzah El-Faradis,**

Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien Prenduan

Email: [faradisviolet@gmail.com](mailto:faradisviolet@gmail.com),

**Anik Amuzaqiah**

Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien Prenduan

Email: [anikamuzaqiah990@gmail.com](mailto:anikamuzaqiah990@gmail.com)

**Abstract** this research described the implementation of parenting that has big role in children improvement. The wrong parenting style could made toxic parenting. Toxic parenting will influence children improvement such as their emotional- less self-confidence, anxiety, etc that impacts the children in their early childhood or their future. This research aim to describe how was the toxic parenting and what are causes and effects of toxic parenting at Ketapang. This research used qualitative, case studies. The sample used simple random sampling and used interview, observation. Data analyzed by triangulation. The result shows that many parents hope the best for their children but delivered in wrong way, in this case they compared their children to others, also disrespect their children and and less of reward from parents of children as their abilities and achievement. So the effect of toxic parents make the children have not enough self-esteem, less confidence, inferior to reach their self-objectives.

**keywords:** parenting, toxic parents, prevent

**Abstrak:** Penelitian ini membahas penerapan pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua, yang memiliki peranan penting dalam perkembangan anak. Pemilihan pola pengasuhan yang tidak tepat dapat mengakibatkan terjadinya toxic parenting. Toxic parenting dapat berdampak pada perkembangan emosional anak, seperti menimbulkan kurangnya rasa percaya diri, ketakutan yang berlebihan, dan masalah lainnya, yang dapat memengaruhi anak baik di masa kanak-kanak maupun masa depan mereka. Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana *toxic parenting* yang terjadi di kalangan remaja Dusun Ketapang kemudian apa penyebab dan dampak *toxic parenting* di kalangan remaja Dusun Ketapang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, studi kasus. Dalam pemilihan sampel menggunakan tehknik simple random sampling dan instrumen yang terdapat pada penelitian dengan menggunakan wawancara terstruktur.

Analisis data menggunakan teknik triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan Adanya beberapa orang tua yang mengharapkan yang terbaik untuk anaknya, kemudian disisi lain tanpa diimbangi dengan adanya perlakuan yang baik yaitu membading-bandingkan anak, menghina anak dan tidak adanya penghargaan terhadap pekerjaan yang anak lakukan sesuai kemampuan. maka Dampak dari toxic parenting di kalangan remaja Dusun Ketapang dapat disimpulkan sebagai berikut: perbandingan yang sering dilakukan oleh orang tua dan ucapan yang merendahkan anak, yang mengakibatkan perilaku seperti rasa minder yang sering muncul dan kurangnya percaya diri dalam mencapai tujuan pribadi mereka.

**Kata kunci: parenting, toxic parents, prevent**

### **Pendahuluan**

Kehadiran anak dalam keluarga adalah kebahagiaan besar yang sangat dinanti oleh orang tua. Keluarga, yang terdiri dari orang-orang yang terhubung melalui pernikahan, keturunan, atau adopsi, hidup bersama dalam satu rumah tangga. Secara mendasar, keluarga juga berfungsi sebagai tempat pembentukan karakter setiap anggotanya, terutama bagi anak-anak yang masih dalam bimbingan dan tanggung jawab mereka. (Sukiyani, 2014, p. 59)

Keluarga adalah lingkungan pendidikan yang pertama dan paling penting, karena perannya dalam menetapkan dasar-dasar nilai dan karakter positif untuk perkembangan anak.(Kharir, 2020) Dalam lingkungan keluarga, anak lahir, tumbuh, dan berkembang serta memulai proses pembelajaran sosial melalui interaksi dengan orangtuanya. Pengaruh yang mendalam dari orangtua berfungsi sebagai pendidikan dasar yang membentuk perkembangan kepribadian anak di masa depan.

Keluarga adalah lingkungan pertama di mana anak mulai mengalami berbagai pengalaman awal yang mempengaruhi kehidupannya. Selain itu, keluarga juga merupakan lingkungan utama untuk pendidikan anak, baik dalam hal akhlak maupun pembentukan kepribadian. Anak akan mengamati dan meniru apa yang terjadi di sekelilingnya sebagai bagian dari proses belajar dan bereksperimen.(Roudlotur Rohima, Afifah, & Ramadhan, 2022) Menurut Goerge Murdock dalam Ulfiah dalam buku yang berjudul *psikologi keluarga*, keluarga merupakan suatu kelompok sosial atau kelompok yang memiliki karakteristik tinggal bersama, saling memenuhi kebutuhan ekonomi dan melakukan proses reproduksi.(2016, p. 1) Jadi, keluarga sangat penting bagi pembentukan pribadi anggota keluarga terutama pada seorang anak dan menjadi wadah pembentukan karakter anak yang masih dalam bimbingan orang tuanya.

Selain itu, keluarga adalah unit dasar dalam masyarakat dan memiliki tanggung jawab untuk memenuhi berbagai kebutuhan anggotanya, termasuk kebutuhan fisik, spiritual, psikologis, dan lain-lain. Dengan memenuhi kebutuhan-kebutuhan ini, keluarga dapat menciptakan kesejahteraan bagi anggotanya dan membentuk keluarga yang harmonis. (2021, p. 1)

Semua kegiatan yang terjadi dalam keluarga sangat mempengaruhi perilaku



terhadap anggota keluarga yang tinggal di dalamnya. Tentunya semua keluarga memiliki pola pengasuhan sendiri agar mencapai keluarga yang optimal atau juga disebut keluarga sehat. Menurut Beavers dan Hampson dalam Puji ada beberapa karakteristik keluarga yang sehat meliputi: (1) adanya dukungan dari orang tua, (2) kasih sayang yang diberikan kepada seluruh anggota keluarga, (3) penyediaan rasa aman dan rasa memiliki, (4) komunikasi yang terbuka, serta (5) memastikan setiap anggota keluarga merasa penting, dihargai, dihormati, dan percaya diri. (Astuti, 2023)

Setiap keluarga cenderung memiliki pendekatan yang berbeda dalam mendidik anak-anak mereka. Metode pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua akan memengaruhi perilaku dan karakter anak. Oleh karena itu, pengasuhan orang tua sangat krusial dalam pembentukan karakter anak, terutama jika dilakukan sejak usia dini hingga remaja, agar anak dapat mengembangkan karakter dan perilaku yang baik untuk masa depan mereka.

Namun, seiring berjalannya waktu, banyak anak dan remaja yang tumbuh dalam lingkungan keluarga di mana orang tua bersikap kasar dan memperlakukan anak secara semena-mena. Kondisi yang paling serius adalah ketika orang tua "meracuni" anak secara emosional. Istilah untuk pengasuhan orang tua yang merusak ini dikenal dengan sebutan "toxic parenting". (Oktariani, 2021, p. 216)

Senada dengan penjelasan diatas *toxic parenting* yang dimaksudkan dalam penelitian yang akan dilakukan ini adalah *toxic parenting*, orang tua yang meremehkan anak, membanding-bandingkan anak dan tidak memberikan pujian hal-hal yang sudah anak lakukan dalam hidup kesehariannya.

Manusia tidak memiliki kendali atas latar belakang orang tua yang melahirkan dan terkadang juga harus menerima keadaan yang mungkin tidak sesuai dengan harapan.

Seorang psikolog analisa dalam Nanda menyatakan bahwa konsep "toxic parents" sebenarnya tidak ada; yang dimaksud adalah toxic parenting. Menurutnya, sulit untuk percaya bahwa orang tua benar-benar memiliki niat jahat terhadap anaknya. Sebaliknya, sering kali pengasuhan yang kurang tepat meskipun niatnya baiklah yang menyebabkan masalah. (Nur Ilahiyah, 2022)

Sejalan dengan penjelasan tersebut, toxic parenting memberikan dampak negatif pada perkembangan emosional dan pertumbuhan anak. Terlebih lagi, di era sekarang, penting bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri sesuai dengan potensi mereka. Ini sangat krusial pada masa remaja, yang merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada periode ini, perkembangan biologis dan psikologis sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan social. (Ida Umami, 2019)

Dengan itu sebagai orang tua harus faham dan memberikan pengarahan untuk anak diusia remaja itu. Karena remaja akan berjuang untuk melepaskan ketergantungannya kepada orang tua dan berusaha mencapai kemandirian sehingga mereka dapat diterima dan diakui sebagai orang dewasa.

Dalam observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di Dusun Ketapang Desa Jaddung peneliti menemukan bentuk *toxic parenting* yang terjadi dikalangan remaja, yaitu sering orang tua melontarkan candaan yang menghina anak, meski



hal itu berupa candaan tetapi tidak seharusnya candaan yang menghina anak tidak disampaikan agar anak tidak menjadi kecil hati, seperti kata-kata "Ce'mellerah", "Ce'cengkalah" (Bahasa Madura) artinya "nakal banget", "terlalu sulit diatur". (Observasi Awal, 2023)

Dengan pemaparan hasil observasi awal di atas, bahwa *toxic parenting* yang dimaksudkan dalam penelitian yang akan dilakukan ini adalah *toxic parenting*, pola asuh yang suka membandingkan anak, menyalahkan atau mengkritik anak dan tidak memberikan pujian terhadap anak.

Dalam konteks ini, peneliti tertarik untuk mempelajari *toxic parenting* di kalangan remaja di lokasi penelitian yang telah dipilih. Peneliti menemukan adanya fenomena *toxic parenting* di kalangan remaja di Dusun Ketapang, Desa Jaddung. Peneliti ingin melihat bagaimana *toxic parenting* terjadi di kalangan remaja post-milenial saat ini dan bagaimana perlakuan orang tua seharusnya berbeda dalam konteks tersebut.

## Metode Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan oleh peneliti adalah pendekatan kualitatif studi kasus. Metode kualitatif studi kasus ini bisa dikatakan sebagai sebuah penelitian yang bermaksud untuk memperjelas atau mengklarifikasikan suatu gejala atau fenomena sosial yang tengah terjadi. Hal itu dimaksudkan dengan tujuan memberi deskripsi atau penjelasan sebuah fenomena yang terjadi.

Dalam penelitian kualitatif, peneliti berfungsi ganda sebagai alat dan pengumpul data. Kehadiran peneliti sangat krusial, karena peneliti tidak hanya melakukan penelitian tetapi juga bertanggung jawab untuk mengumpulkan data. Salah satu ciri khas penelitian kualitatif adalah keterlibatan peneliti secara langsung dalam proses pengumpulan data. Dalam studi ini, peneliti berperan sebagai pengamat partisipan, yang berarti mereka aktif terlibat dengan mengamati dan mendengarkan secara mendalam selama proses pengumpulan data.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif, sesuai dengan pendekatan yang digunakan, maka penting bagi peneliti untuk terjun langsung ke tempat lokasi penelitian yaitu Dusun Ketapang Desa Jaddung untuk melakukan observasi atau pengamatan tentang *toxic parenting*. Peneliti melakukan observasi atau pengamatan dan juga wawancara dengan menggunakan buku catatan sebagai alat bantu dalam mengumpulkan sebuah informasi. Karena peneliti memilih metode studi kasus, penelitian ini akan mempelajari secara mendalam latar belakang dan kondisi saat ini terkait *toxic parenting* serta interaksi dalam lingkungan unit sosial, individu, kelompok, lembaga, atau masyarakat.

Dalam penelitian kualitatif studi kasus ini, kehadiran seorang peneliti merupakan sebuah alat dalam proses pengumpulan data utama yang akan menjadi sebuah dokumen resmi dalam pengumpulan data penelitian yang dilakukan dengan cara terjun langsung ke lapangan untuk mengamati fenomena *toxic*



*parenting* yang terjadi dengan ikut serta berpartisipasi dalam kegiatan obyek penelitian.

Lokasi penelitian dilaksanakan di Desa Jaddung, Kecamatan Pragaan, Kabupaten Sumenep. Secara administratif, Desa Jaddung berjarak sekitar 1 km dari Kecamatan Pragaan dan sekitar 36 km dari pusat Kabupaten Sumenep. Desa ini berbatasan dengan desa-desa tetangga: di sebelah utara dengan Desa Guluk-guluk, di sebelah timur dengan Desa Pragaan Laok dan Desa Pragaan Daja, di sebelah selatan dengan Selat Madura, dan di sebelah barat dengan Desa Pekamban Daya dan Desa Pekamban Laok. Desa Jaddung dibagi menjadi 5 dusun, yang masing-masing memiliki 5 Rukun Warga (RW) dan 25 Rukun Tetangga (RT).

Dalam hal ini peneliti melakukan penelitiannya hanya memilih satu dusun di desa jaddung tersebut yaitu bertempat di dusun Ketapang, meski di dusun lain masih banyak juga kasus *toxic parenting*, tetapi peneliti tertarik hanya meneliti di dusun ketapang karena lingkungan masyarakat yang mayoritas di lingkungan pesantren, seharusnya *toxic parenting* itu minim tidak ada dalam kasus *toxic parenting* di kalangan remaja.

## Hasil Penelitian Dan Pembahasan

### 1. *Toxic Parenting* dikalangan Remaja.

Setiap keluarga pastinya memiliki cara masing-masing untuk menerapkan pengasuhan terhadap anaknya, sama halnya dengan orang tua di Dusun Ketapang yang sudah peneliti wawancarai, mereka memiliki cara mengasuh sendiri beserta alasan orang tua tersebut memilih pengasuhan yang diterapkan kepada anaknya dan pastinya pengasuhan yang dipilih merupakan pengasuhan terbaik menurut mereka untuk mendidik dan membentuk anak sesuai dengan harapan mereka.

Setiap orang tua tentunya ingin yang terbaik bagi anak-anak mereka. Keinginan ini kemudian akan menjadi pengasuhan yang akan ditanamkan orang tua kepada anak-anak.

Menurut Diana Baumrind, seperti yang dijelaskan oleh Meike Makagingge, pengasuhan pada dasarnya melibatkan **\*\*kontrol orangtua\*\*** (Parental Control), yaitu bagaimana orang tua mengawasi, membimbing, dan mendampingi anak-anak mereka dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan untuk mencapai proses pendewasaan. (Makagingge, Karmila, & Chandra, 2019)

Hal ini sejalan dengan pendapat Baumrind dalam Meike Makagingge yang menegaskan bahwa terdapat empat aspek dalam pola asuh orang tua, dan keempat aspek tersebut rata-rata ada dan diterapkan oleh orang tua di Dusun Ketapang dalam mengasuh anaknya. (Makagingge et al., 2019)

Peneliti menemukan *Parenting* yang berbeda yang diterapkan kepada anaknya diantaranya pola asuh otoriter, permisif, demokratis dan ada juga yang menggunakan dua pola asuh demokratis dan permisif. Dari perbedaan pola asuh itu akan membentuk emosional anak itu sendiri.

Terdapat *parenting* yang berbeda yang diterapkan oleh orang tua di Dusun Ketapang yaitu beberapa para orang tua menggunakan *parenting* demokratis. Berdasarkan hasil penelitian tentang *parenting* yang dilakukan oleh Diana Baumrind pada tahun 1967 dalam Icam Sutisna, Hasil penelitian tersebut

mengusulkan untuk mengklasifikasikan pengasuhan atau pemeliharaan yang diberikan orang tua berdasarkan dua dimensi utama, yaitu tuntutan (*Demandingness*) dan tanggapan atau penerimaan (*Responsiveness*), yang dianggap sebagai dasar dari pengasuhan orang tua. Dua dimensi ini menghasilkan berbagai jenis pengasuhan, yang meliputi otoriter, demokratis, dan permisif. (Sutisna, 2010)

Dalam pengasuhan tersebut, terjalin hubungan timbal balik antara orang tua dan anak. Berdasarkan wawancara dan komunikasi langsung antara peneliti dengan beberapa remaja di Dusun Ketapang, feedback yang diperoleh menunjukkan bahwa mereka pernah mengalami perilaku *toxic parenting*.

Jika dikaitkan dengan teori Dunham dan Dermer dalam Sherina menjelaskan bahwa terdapat 3 jenis orang tua yang *toxic parenting* yaitu "*Pageant parents, dismissive parents, and contemptuous parents who are insulting*" yang berarti jenis *toxic parenting* terdiri dari orang tua yang membentuk anak sesuai dengan keinginannya, orang tua yang sering meremehkan anak dan orang tua yang menghina anak. (Chairunnisa, 2021, p. 18)

#### 1) *Pageant Parents*

Orang tua yang berusaha keras untuk membentuk anak sesuai dengan keinginan mereka. Orang tua tersebut mendorong anak agar dapat menerima keinginannya sebagai keinginan anak pula. Di kalangan remaja Dusun Ketapang, orang tua seringkali menuntut anak untuk mewujudkan harapan dan mimpi mereka yang belum tercapai di masa lalu, seperti menjadi lebih sukses daripada mereka sendiri. Beban ini membuat anak merasa tertekan karena tidak diberi kesempatan untuk mengekspresikan dirinya. Hal ini bisa berupa eksploitasi, di mana orang tua menuntut anak untuk mencapai kesuksesan yang melebihi pencapaian mereka, membesar-besarkan prestasi anak di depan orang lain meski belum tercapai, dan pada saat yang sama, mengkritik anak secara berlebihan, entah untuk memotivasi atau sekadar memberi semangat.

#### 2) *Dismissive Parents*

Orang tua yang sering meremehkan anak adalah mereka yang mungkin berada di rumah setiap hari tetapi tidak terlibat dalam kehidupan anak secara aktif. Meskipun mereka memenuhi kebutuhan dasar anak, hubungan emosional yang hangat sering kali tidak terjalin. *Parenting* ini muncul ketika orang tua tidak terhubung secara fisik, emosional, atau finansial dengan anak. Hal ini bisa terjadi dalam keluarga, meskipun tinggal serumah, jika orang tua hanya menjalankan kewajiban untuk anak tanpa kesadaran akan kebutuhan emosional anak, melainkan hanya karena merasa hal tersebut adalah tugas yang harus dilakukan. Seperti halnya yang terjadi di kalangan remaja dusun Ketapang, beberapa orang tua yang suka membandingkan anak dengan saudaranya atau orang lain, baik disadari atau tidak, seperti yang dirasakan oleh KH dan E, dimana orang tuanya pernah membandingkan mereka dengan saudaranya. Meski yang dilakukan itu secara tidak sengaja atau bahkan tidak menyadarinya. Bila KH dan E dibandingkan terus-menerus dengan saudaranya, hal tersebut dapat membuat mereka berpikir bahwa keberadaan mereka tidak terlalu penting. Mereka mungkin juga akan berpikir bahwa mereka tidak dapat memenuhi standar yang tinggi seperti saudaranya yang memiliki kelebihan lebih dari pada mereka.

### 3) *Contemptuous Parents*

Orang tua yang seringkali menghina anak. Orang tua tersebut memiliki keinginan dan impian-impian yang digantungkan pada anak mereka. Mereka seringkali mengkritik, mengutuk dan menjatuhkan emosional anak. Seperti yang terjadi di kalangan remaja dusun Ketapang yang mana adanya orang tua menghina anaknya dengan perkataan spotinitas kepada anak dengan mengatakan "*Ce'mellerah*" "*Ce'cengkalah*" (bahasa Madura) artinya bahasa Indonesia "nakal banget," terlalu sulit diatur". Meski hal itu diungkapkan dengan harapan anak mau mendengarkan apa yang dikatakan orang tua, seharusnya perkataan seperti itu tidak perlu dilontarkan kepada anak, karena ucapan itu akan menjadi sebuah harapan yang bisa saja terjadi pada anak tersebut.

## 2. Penyebab dan dampak *Toxic Parenting* dikalangan Remaja

### a) Penyebab *toxic parenting* di kalangan remaja

#### 1) Pengalaman *parenting* sebelumnya terkait pengasuhan anak

Pengasuhan orang tua terdahulu akan sangat mempengaruhi *parenting* orang tua kepada anaknya, baik sengaja atau tidak sengaja, kita (orang tua) akan meniru *parenting* dari orang tua kita terdahulu. Misalnya saat anak berbuat kesalahan, cara kita menegur anak hampir mirip dengan orang tua kita menegur di masa lalu. Sebagai orang tua atau calon orang tua kita harus berdamai dengan masa lalu (masa kanak-kanaknya). Pelajaran buruk yang didapatkan dimasa lalu bisa saja menjadi *toxic parenting* dimasa sekarang. Seperti yang pernah diungkapkan oleh beberapa orang tua remaja di Dusun Ketapang. Bahwa orang tua terdahulu dalam pendidikan di didik dengan memberikan kasih sayang tetapi kadang kalanya juga pernah memarahi anaknya, dan pernah juga dibanding-bandingkan dengan saudaranya. Dengan harapan orang tua itu bahwa anaknya tersebut mampu mencontoh saudaranya yang lebih unggul dari padanya.

#### 2) Kurangnya komunikasi antara anak dan orang tua.

Komunikasi dalam keluarga memengaruhi gaya pengasuhan. Komunikasi yang efektif diharapkan dapat menghasilkan pengasuhan yang positif. Pengasuhan anak akan lebih berhasil jika komunikasi dalam keluarga dilakukan dengan penuh cinta dan kasih sayang, dengan menjadikan anak sebagai subjek yang perlu dibina, dibimbing, dan dididik, bukan sekadar objek.

Pada hakikatnya komunikasi antar orang tua dan anak harus terjalin untuk keharmonisan yang timbal balik antara kedua pihak dengan saling terbuka. Maka komunikasi itu akan menumbuhkembangkan jalan pikiran antara anak dengan orang tua.

Jika seorang anak terkadang membantah orang tuanya, hal itu tidak selalu berarti anak tersebut nakal. Bisa jadi, masalahnya terletak pada faktor komunikasi. Kemungkinan orang tua tidak menerapkan metode pengasuhan dan cara berkomunikasi yang tepat. Komunikasi yang efektif perlu dibiasakan sejak anak lahir, karena anak kecil sangat peka terhadap pembelajaran yang mereka terima. Mereka akan menyerap informasi tersebut dengan baik, dan perilaku mereka nantinya akan mencerminkan hasil dari komunikasi yang dilakukan.

Seperti yang terjadi dalam beberapa keluarga dusun Ketapang, ada beberapa

kalangan remaja mengatakan jarang memiliki waktu tertentu untuk berkomunikasi dengan orang tuannya hal itu menjadikan anak tidak percaya diri jika menemui permasalahan dan akan mengomunikasikan tentang permasalahan yang dihadapinya sehingga terbiasa dengan tidak adanya komunikasi antara orang tua dan anak.

### 3) Sosial ekonomi orang tua.

Kekurangan dukungan sosial dan ekonomi juga bisa memengaruhi cara orang tua membesarkan anak-anak mereka. Orang tua yang merasa terisolasi atau tidak memiliki dukungan sosial dan ekonomi yang cukup mungkin mengalami stres atau tekanan, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada metode pengasuhan mereka. Seperti yang diungkapkan oleh ibu KZ, J, N, Z, NQ dan HO dalam hal memfasilitasi sekolah anaknya sesuai keinginannya, karena selain ekonomi keluarga yang menengah kebawah, sehingga dengan alasan menyekolahkan anaknya di lokasi yang terdekat, selain biaya yang tidak mahal juga agar mereka dapat mengontrol anaknya dala kesehariannya.

#### b) Dampak *toxic parenting* di kalangan remaja

##### 1) Merasa Tidak Dihargai.

Layaknya hubungan manusia dengan manusia lainnya, hubungan antara orang tua dan anak juga nggak bisa dikatakan mudah. Anak tentu punya jalan pikiran mereka sendiri yang mungkin sulit untuk kita mengerti.

Membuat anak selalu merasa dicintai dan dihargai juga penting untuk dilakukan. Hal ini bisa kita wujudkan melalui pemberian apresiasi yang cukup pada usaha yang dilakukan oleh anak. Memahami anak adalah tantangan terbesar bagi kita sebagai orang tua. Meski sulit, namun kita harus berusaha untuk bisa mengerti apa yang dirasakan dan membuat mereka merasa aman dan nyaman. Dalam hasil wawancara dengan ibu zainab itu mengatakan bahwa dia sudah berusaha menghabiskan banyak waktu dengan sang anak agar dia bisa merasa disayangi dan dihargai. Tapi rasa nggak aman itu tetap ada dalam diri anaknya

##### 2) Menurunnya *self-Esteem*.

*Self-esteem* adalah cara seseorang memandang, merasakan, dan memikirkan dirinya sendiri. Kesehatan *self-esteem* ditentukan oleh sejauh mana seseorang bisa percaya pada diri sendiri, mencintai, menghargai, dan mengapresiasi diri. Memiliki *self-esteem* yang sehat sangat penting karena dapat memengaruhi prestasi, hubungan dengan orang lain, dan kepuasan pribadi. Namun, *self-esteem* yang terlalu tinggi juga dapat menghambat kemampuan kita untuk mengenali dan belajar dari kesalahan, serta berpotensi menimbulkan gejala narsistik dan megalomania. Jika *self-esteem* kita tidak sehat, hal itu dapat menyebabkan depresi, menghambat perkembangan potensi diri, dan menimbulkan pesimisme saat melakukan sesuatu karena merasa tidak puas dengan diri sendiri serta sering merasa diabaikan (kurangnya apresiasi). Kondisi ini bahkan dapat mengarah pada terjerumusnya individu ke dalam hubungan yang tidak sehat dalam keluarga.

Seringnya kita jumpai permasalahan membanding-bandingkan anak dengan saudara atau anak yang lain baik dilingkungan keluarga atau lingkungan masyarakat dan sekolahan, menjadi suatu pembahasan yang perlu kita bahas, karena hal itu bisa mengakibatkan kepercayaan diri anak menurun. Seperti pada

kasus KH, yang sering mengalami kesulitan dalam mengontrol diri, seperti ditunjukkan oleh sikapnya yang mudah marah, mudah tersinggung, dan kesulitan untuk meminta maaf. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya penerimaan diri (*acceptance*) dari orang tuanya, yang membuat KH merasa tidak dihargai. Orang tua KH menerapkan komunikasi satu arah, di mana KH tidak diberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat dan keinginannya. Akibatnya, KH merasa diabaikan oleh orang tuanya, terutama dalam hampir semua keputusan hidupnya.

### 3) Bisa Mengalami Gangguan Kecemasan

Anak yang tumbuh dalam keluarga yang toxic cenderung mengalami banyak tekanan. Misalnya, jika orang tua memiliki sifat perfeksionis dan menetapkan standar serta ekspektasi yang tinggi terhadap anak, anak akan merasa terdorong untuk memenuhi berbagai standar, bahkan yang tidak realistis. Kebiasaan ini bisa menyebabkan stres pada anak, terutama ketika mereka tidak mampu memenuhi ekspektasi yang ditetapkan.

Berbagai faktor yang dapat memicu stres meliputi perasaan tertekan ketika anak tidak diberikan kebebasan untuk membuat pilihan sesuai keinginan mereka, menyalahkan diri sendiri saat menghadapi kegagalan, serta komunikasi yang buruk antara orang tua dan anak. Perasaan negatif yang timbul akibat stres ini dapat membuat anak cepat merasa lelah dan menjadi emosional.

Depresi adalah kondisi kesehatan mental yang dialami oleh banyak orang dan sering kali muncul bersamaan dengan kecemasan. Depresi dapat bervariasi dari yang ringan dan sementara hingga yang berat dan berkepanjangan. Seseorang bisa mengalami depresi setelah mengalami stres yang berkepanjangan. Depresi bisa mempengaruhi siapa saja, termasuk orang dewasa, bayi, maupun anak-anak usia remaja.

Depresi pada anak dan remaja bisa muncul sebagai ketidakhahagiaan atau keadaan mudah marah yang berkepanjangan. Meskipun kondisi ini cukup umum pada anak pra-remaja dan remaja, sering kali tidak terdeteksi. Beberapa anak mungkin mengekspresikan perasaan ini sebagai “tidak bahagia” atau “sedih”. Namun, kesedihan yang tampak tidak selalu berarti depresi. Jika kesedihan berlangsung lama atau mengganggu aktivitas sosial, mengurangi minat, menghambat prestasi di sekolah, atau mempengaruhi hubungan dengan keluarga, maka bisa jadi ini merupakan tanda depresi. Faktor-faktor seperti penganiayaan, kekerasan di sekolah, kematian orang terdekat, atau masalah keluarga seperti kekerasan rumah tangga, perpisahan orang tua, atau pola pengasuhan yang tidak memadai juga dapat memicu kondisi ini.

Seperti halnya Berdasarkan pengakuan dari informan (E), pada awalnya ia merasa biasa dengan *parenting* orang tuanya tersebut. Namun, semakin bertambahnya usia dan pengalaman yang dimiliki oleh (E), di usianya yang ke-13 tahun, ia merasa menjadi pesimis terhadap pergaulan yang ingin dia lakukan. Sebagai seorang anak, bahkan laki-laki, tentunya E sangat ingin untuk menentukan jalan hidupnya sendiri, dan tetapi dalam kesehariannya dia mendapatkan perlakuan tidak baik sama orang tua sehingga dia merasa tidak optimis terhadap apa yang dia lakukan. Meskipun yang dilakukan orang tua E adalah agar E mampu

lebih mandiri tetapi hal sekecil itu bisa menimbulkan buruk terhadap psikis anak, bahkan dalam kategori tidak melakukan kekerasan secara verbal.

Membaca kondisi tersebut, yang kemudian dihubungkan dengan teori humanistik Abraham Maslow dalam Henry, bahwa selain fisiologis, manusia juga perlu dipenuhi kebutuhan psikisnya. (Misiak & Staudt Sexton, 2005) Pada kasus E, jelas terlihat bahwa ia tidak mendapatkan kebahagiaan terkait kebutuhan psikisnya. Ia merasa tidak aman, harga dirinya menurun, dan orang tuanya tidak menganggapnya mampu untuk melakukan apa pun. Berdasarkan beberapa indikator gangguan kesehatan mental, E mengalami gangguan emosional atau suasana hati yang buruk, yang ditandai dengan kesedihan berkepanjangan, perasaan tidak berharga, kurangnya harapan, dan perasaan bersalah yang terus-menerus.

Depresi terbagi menjadi beberapa jenis, di antaranya:

- a) Depresi ringan, seseorang umumnya mengalami rasa resah dan kesulitan dalam bersosialisasi, tetapi masih dapat melanjutkan aktivitas sehari-hari. Depresi ringan biasanya berlangsung sekitar dua minggu.
- b) Depresi Sedang, pada depresi sedang, seseorang mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dan terganggu dalam melaksanakan berbagai kegiatan, termasuk pekerjaan, urusan rumah, dan aktivitas lainnya. Kondisi ini berlangsung setidaknya selama dua minggu.
- c) Depresi Berat, individu biasanya akan mengalami ketegangan, kecemasan dan keresahan yang berlebihan. Perasaan-perasaan yang timbul seperti kehilangan jati diri dan harga diri, hingga menimbulkan keinginan untuk bunuh diri.

Dalam kasus yang dialami E, ia termasuk dalam kategori depresi ringan. Sebab, ia sering kesulitan dalam menyampaikan pendapatnya, dia merasa takut akan dimarahi oleh orang tuanya.

### **Kesimpulan**

*Toxic parenting* yang terjadi di kalangan remaja di dusun Ketapang menunjukkan bahwa di balik perilaku seperti membandingkan anak dan menghina, terdapat alasan tertentu mengapa orang tua melakukan hal tersebut. Temuan ini diperoleh melalui pola komunikasi antara anak muda yang saling berbagi pandangan tentang situasi tersebut. Menurut mereka, tindakan orang tua tersebut biasanya dilakukan dengan niat baik, yaitu untuk melindungi anak dari pengaruh negatif dan memotivasi anak agar berhasil dalam pencapaiannya.

Penyebab dan dampak *toxic parenting* di kalangan remaja Dusun Ketapang antara lain. *Pertama*, adanya faktor lingkungan yang sangat bervariasi serta bagaimana lingkungan sosial orang tua di masa lalu yang menyebabkan pengasuhan serta ekspektasi orang tua terhadap setiap anak pun berbeda. *Kedua*, Berdasarkan hasil temuan peneliti terhadap beberapa anak remaja di Dusun Ketapang yang pernah mendapatkan perlakuan *Toxic parenting* maka dampak *toxic parenting* di kalangan remaja Dusun Ketapang dapat disimpulkan antara lain anak yang dibandingkan oleh orang tuanya, serta perkataan merendahkan anaknya sehingga yang ditimbulkan ialah seperti perilaku anak remaja yang sering



minder, dan sering tidak percaya diri dalam mencapai suatu tujuan yang ada di dalam diri mereka.

### Referensi

- Astuti, P. (2023). *Konsep Keluarga Sehat*. Retrieved from <http://surl.li/hedoo>
- Chairunnisa, S. R. (2021). *Pengaruh Toxic Parenting Terhadap Perilaku Emosional Anak Usia Dini Di Kecamatan Pondok Aren*. Jakarta.
- Dr.Hj.Ulfyah,M.Si. (2016). *Psikologi Keluarga*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Ida Umami. (2019). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: IDEA Press.
- Kharir, A., & Mucharror. (2020). *Peranan Keluarga Muslim dalam Pendidikan Karakter*. Volume 4, No. 1.
- Makagingge, M., Karmila, M., & Chandra, A. (2019). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2 No 3.
- Misiak, H., & Staudt Sexton, V. (2005). *Psikologi Fenomenologi, Eksistensial, Dan Humanistik*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Musyarofah. (2021). *Pendidikan Agama Sebagai Dasar Dalam Membangun Ketahanan Keluarga*. 8, No.2.
- Nur Ilahiyah, N. R. (2022). Yuk, Kenali Ciri-Ciri dan Tipe-Tipe Toxic Parenting. *Observasi Awal*. (2023).
- Oktariani, O. (2021). *Dampak Toxic Parents dalam Kesehatan Mental Anak*. 2(3), 215–222. doi: 10.51849/j-p3k.v2i3.107
- Roudlotur Rohima, U., Afifah, M., & Ramadhan, Y. (2022). *Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Akhlak pada Anak Usia Dini melalui Media Buku Balita Berakhlak Mulia*. 2, No 2.
- Sukiyani, F., & Zamroni. (2014). *Pendidikan Karakter Dalam Lingkungan Keluarga*. 11, No.1.
- Sutisna, I. (2010). *Mengenal Model Pola Asuh Baumrid*.