

	Jurnal Al-Taujih Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami	p-ISSN : 2502-0625, e-ISSN : 2715-7571
		Volume 11 No. 1 Hal 1-10 https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/
	Received July 22, 2024; Accepted May 2, 2025; Published July 16, 2025	

**DAMPAK TOXIC PARENTING TERHADAP PEMBENTUKAN KONSEP DIRI
MAHASISWA PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Nata Kinwara, Novia Fetri Aliza*
 nataknr30@gmail.com & aliza@umy.ac.id
 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Abstract : *This study aims to find out how toxic parenting has an impact on the self-concept of students of the Islamic Communication and Broadcasting Study Program, Faculty of Islamic Religion, University of Muhammadiyah Yogyakarta class of 2020. This study uses a qualitative method of descriptive analysis with a case study approach. The subjects involved in this study are five students of the Islamic Communication and Broadcasting Study Program, University of Muhammadiyah Yogyakarta with a counseling concentration class of 2020. The data collection methods in this study are observation, interviews and documentation. The data analysis technique in this study uses the data triangulation technique. The results of this study show that toxic parenting patterns will have an impact on a person's self-concept. The picture of the victim's perception of parental parenting is considered inappropriate because it is too restrained, imposing desires on children, blaming children and there is physical and verbal violence. Factors that cause toxic parenting include a lack of concern for children, parents who compare children and attitudes that traumatize children. The impact of toxic parenting on self-concept is seen from three dimensions, namely consisting of the dimensions of knowledge, expectations and assessment.*

Keywords: *Toxic Parenting; Self-Concept; Students*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari toxic parenting terhadap konsep diri mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2020. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif analisis deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta konsentrasi konseling angkatan 2020 sebanyak lima orang. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara serta dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pola toxic parenting akan berdampak pada konsep diri seseorang. Gambaran persepsi korban terhadap pola asuh orang tua dinilai kurang sesuai karena terlalu mengekang, memaksakan keinginan terhadap anak, menyalahkan anak dan terdapat kekerasan fisik serta verbal. Faktor penyebab toxic parenting diantaranya yaitu kurangnya kepedulian terhadap anak, orang tua yang membandingkan anak serta terdapat sikap yang membuat anak trauma. Dampak toxic parenting terhadap konsep diri dilihat dari tiga dimensi yaitu terdiri dari dimensi pengetahuan, pengharapan serta penilaian.

Kata Kunci: Toxic Parenting; Konsep Diri; Mahasiswa.

A. PENDAHULUAN

Toxic Parenting umumnya merupakan cara orang tua mendidik dan berinteraksi dengan anak yang merusak kemampuan anak untuk membangun koneksi sehat dengan anggota keluarga, teman dan individu lain (Oktariani, 2021). Orang tua selalu mementingkan keinginan dan kemauannya dituruti oleh anak tanpa memikirkan perasaan, serta keinginan anak dan kurang menghargai hak serta pendapat pada anak. Pola perilaku ini terjadi secara beruntun karena memposisikan orang tua sebagai orang yang paling berkuasa dari pada anak, padahal anak pun juga seorang manusia yang mempunyai otoritas serta kendali terhadap dirinya sendiri dan berhak menentukan pilihan sehingga efek yang terjadi adalah menyebabkan anak merasa bersalah, ketakutan dalam mengambil keputusan, kesulitan dalam memecahkan masalah dan menghambat mereka untuk berkembang menjadi remaja yang sehat secara mental dan psikis karena tekanan.

Toxic parents sendiri sebenarnya bukanlah berasal dari istilah medis atau suatu konsep. Sri Juwita mengatakan toxic parent adalah istilah populer yang digunakan untuk menyebut disfunctional family (Kurniati et al, 2023). Definisi dari disfuncional family sendiri adalah keluarga yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya atau tidak sehat. Toxic parents menganggap anak sebagai bawahan-nya dan perkataan orang tua adalah mutlak yang tak bisa dibantahkan. Fakta yang terjadi adalah toxic parenting ini memang sering terjadi di sekitar kita. Terutama bagi kalangan anak muda yang sering menjadi korban dari pola asuh yang toxic.

Kondisi lingkungan dari toxic parenting akan berdampak buruk dan berpengaruh pada kondisi mental remaja yang mengalami toxic parents pada masa anak-anak. Keluarga yang toxic dapat menimbulkan dampak jangka panjang terhadap kehidupan dan dapat membuat anak memiliki kondisi psikis yang tidak baik-baik saja (Indrawati et al, 2015). Misalnya seorang anak atau remaja yang mengalami toxic parenting akan merasa kurang akan rasa percaya diri, perasaan insecure, tidak bahagia dan bahkan merasa

tidak pantas bahagia, depresi yang bisa berujung kepada permasalahan remaja akan bertumbuh menjadi toxic person juga dengan kata lain menjadi siklus yang tidak akan putus. Bahkan dampak terburuk yang terjadi adalah trauma secara fisik dan mental karena kekerasan yang terjadi dan dapat mempengaruhi konsep diri.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Rianti & Ahmad Dahlan (2022) orang tua yang dikategorikan melakukan toxic parenting memiliki ciri-ciri, seperti: tidak memberikan kebebasan dan terlalu mengontrol anak, sering membentak dan marah kepada anak akibat hal sepele, melakukan kekerasan verbal dengan menggunakan kata-kata kasar untuk menyalurkan emosi, terlalu egois, telalu mengkritik dan menyalahkan anak, memberikan hukuman fisik secara berlebihan dan juga selalu melibatkan anak dalam masalah orang tua.

Terdapat dampak negatif yang tentunya berpengaruh pada tumbuh kembang anak seperti kurangnya kepercayaan diri pada anak dan anak lebih terbiasa untuk menyalahkan diri sendiri. Keluarga yang toxic dapat menimbulkan dampak jangka panjang terhadap kehidupan anak. Dampak paling berpengaruh yaitu pada sisi psikologis anak karena hal tersebut dapat menyebabkan trauma. Toxic Parents memiliki dampak secara psikologis yaitu menghancurkan penghargaan diri anak dan terciptanya perilaku self-destructive (percobaan merusak diri) yang muncul pada anak yang mengakibatkan timbul rasa bahwa anak tidak berharga dan tidak dicintai (Indrawati et al, 2015). Pola pengasuhan yang toxic akan berdampak buruk pada konsep diri anak.

Konsep diri merupakan gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang dirinya yang mencakup citra fisik dan psikologis (Hurlock dalam Asnora & Indra, 2020). Citra fisik berkaitan dengan penampilan fisik, daya tarik, kesesuaian dan ketidak sesuaian berbagai bagian tubuh untuk berperilaku. Sedangkan citra psikologis, didasarkan atas pikiran, perasaan dan kemampuan yang mempengaruhi penyesuaian pada kehidupan. Konsep diri merupakan gambaran tentang diri seseorang yang ditentukan oleh peran dan hubungan

dengan orang lain sebagai akibat dari kemanusiaan.

Konsep diri dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Terdapat tiga peranan penting konsep diri dalam menentukan perilaku seseorang, diantaranya yaitu konsep diri merupakan pemelihara keseimbangan dalam diri seseorang, konsep diri mempengaruhi cara seseorang menginterpretasikan pengalamannya terhadap suatu peristiwa, hal ini tergantung dari bagaimana individu tersebut memandang dirinya dan konsep diri dapat mempengaruhi harapan seseorang terhadap dirinya. Setiap individu mempunyai harapan tertentu terhadap dirinya (Felker dalam Bariyyah Hidayati et al, 2016)

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri individu, diantaranya adalah orang tua, teman sebaya, masyarakat dan juga proses belajar dari pengalaman hidup (Calhoun dan Acocella dalam Pardede, 2008). Orang tua yang telanjur mengembangkan toxic parenting harus segera mengubahnya dengan memperbaiki intensitas komunikasi keluarga yang baik. Memupuk tekad yang kuat untuk mendampingi anak dengan cinta terbaik, seperti menganggap anak sebagai teman dengan memberi perhatian saat anak sedang bercerita, memuji keberhasilan kecil yang diraih anak, menghargai apa yang anak lakukan dan lain sebagainya (Askara & Ulio, 2020).

Hal tersebut akan mempengaruhi konsep diri atau cara pandang anak terhadap dirinya sendiri. menurut Epstein konsep diri merupakan pendapat atau gambaran dan perasaan seseorang tentang dirinya sendiri, baik yang berkaitan dengan fisik maupun psikis yang meliputi aspek sosial, emosi, moral dan kognitif (Wutsqo et al, 2020). Konsep diri adalah cara pandang serta keyakinan seseorang terhadap apa yang dimilikinya. Dalam kehidupan sehari-hari konsep diri dapat mempengaruhi kondisi mental seseorang. Individu yang memiliki konsep diri positif akan dapat berfikir secara matang dalam mengambil keputusan.

Berdasarkan hasil observasi awal pada mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan pola pengasuhan toxic parenting mudah merasa insecure terhadap dirinya. Munculnya rasa kurang percaya diri, sering merasa bersalah walaupun tidak membuat kesalahan dan takut merepotkan orang lain. Selain itu hubungan dengan orang tua tidak terlalu dekat, baik dengan ibu ataupun ayah.

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diketahui bahwa penelitian mengenai toxic parenting sangat penting karena membahas mengenai pandangan mahasiswa terhadap konsep diri akibat dari toxic parenting yang pada penelitian ini mengarah pada mahasiswa aktif Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (Angkatan 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari toxic parenting terhadap konsep diri mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (angkatan 2020).

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Subjek dari penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2020. Dengan memenuhi kriteria yaitu mempunyai konsep diri yang kurang baik, seperti mudah merasa insecure, merasa selalu salah dalam setiap hal yang dilakukan, ketakutan dalam mengambil keputusan, kesulitan dalam memecahkan masalah dan selalu berada dalam tekanan atau tuntutan orang tua. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari observasi, wawancara serta dokumentasi. Kemudian data atau informasi yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik triangulasi data dengan mereduksi data, menyajikan data dan penarikan kesimpulan untuk verifikasi data.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Korban Terhadap Pola Asuh Dari Orang Tua.

Terdapat tiga pola pengasuhan orang tua terhadap anak, diantaranya yang pertama yaitu pola pengasuhan otoriter yang merupakan bentuk pola asuh yang mewajibkan anak-anak untuk menerapkan aturan dan batasan tanpa memberikan adanya kesempatan pada anak untuk menyuarakan argument. Pola asuh kedua yaitu permisif yang merupakan pola asuh fleksibel, orang tua menerapkan kebebasan dan keleluasaan pada anak untuk melakukan apapun yang mereka inginkan tanpa adanya batasan dan peraturan yang diberikan oleh orang tua. Pola asuh ketiga adalah demokratis yaitu pola orang tua yang selalu memberi bimbingan secara penuh terhadap perkembangan anak. Pola asuh tersebut menanamkan sikap disiplin kepada anak dengan cara memberikan contoh kepada anak (Ayun, 2017).

Menurut subjek a pola asuh dari orang tuanya cenderung mengekang, seperti yang diungkapkan oleh subjek a berikut ini: “Menurut aku pola asuh dari orang tuaku seharusnya jangan terlalu mengekanglah. Ngejaga boleh tapi jangan berlebihan. Aku dikekang gak boleh ngelakuin apa yang sesuai keinginanku dan selalu disalahkan kalo ada masalah atau sesuatu terus aku tidak berkorban, dimarahin, dapet kekerasan fisik, jadi bikin trauma dan jadi sekarang aku terbentuk jadi orang yang gaenakan dan harus ngutamain orang lain terus”.

Subjek b merasa pengasuhan dari orang tuanya kurang tepat, seperti yang diungkapkan oleh subjek b berikut ini: “Kalau dari ibu sudah baik, sayang. Tapi kalau dari bapak dari kecil itu gak dapet perhatiannya gitu jarang ngobrol. Kan setauku anak itu kepercayaan dirinya dari pola asuh ayah, nah disitu aku gak dapet sosok yang membuat aku percaya diri soalnya nada suaranya kalo ngomong selalu kayak membentak, aku tuh perasa orangnya jadi aku ga suka kalo nada bicaranya kaya gitu”.

Subjek c merasa pola pengasuhan yang diterimanya kurang tepat dikarenakan orang tuanya yang melakukan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), seperti yang diungkapkan subjek c berikut: “Aku dari kecil emang gak dekat sama bapak takut soalnya bapak gampang marah. Orang tuaku sering

banget berantem sampe KDRT, jadi aku liat bapakku mukul mamaku, mereka marah teriak-teriak makanya aku takut sama bapakku. Aku kasian banget lihat ibukku diperlakukan kasar sama bapakku. Aku juga kalo salah pas kecil dibentak. Jadi trauma takut rasanya, soalnya apa-apa juga pake nada tinggi. Tapi kalau sama ibu deket banget. Sayang bangetlah sama ibu banyak pengorbanannya buat aku”.

Subjek d juga merasa pola pengasuhan yang didapatkan kurang tepat dan membuatnya merasa tertekan, seperti yang diungkapkan oleh subjek d berikut: “Ada hal yang bikin aku ngerasa parenting dari orang tuaku kurang sesuai. Paling sering tu perbedaan pikiran jadi sering beda pendapat sama bapak ibu. Seringnya mereka maksain keinginan mereka untuk aku. Mungkin karena aku anak satu-satunya ya jadi cuman aku harapan mereka. Cuman apa-apa selalu harus nurutin kemauan mereka jadi sering ngerasa tertekan”.

Subjek e juga merasa pola pengasuhan yang diterimanya kurang tepat karena tertekan dengan tuntutan orang tuanya, seperti yang diungkapkan subjek e berikut: “Aku ngerasa didikan bapakku keras. Hubungan kami gak terlalu dekat. Bapak jarang ada waktu soalnya memang karena tuntutan pekerjaan beliau. Kalo sama ibu biasa aja tapi memang gak pernah cerita soal hal pribadi. Karena aku anak laki-laki satu-satunya jadi harapan orang tua tinggi pastinya. Makanya aku suka ngerasa tertekan sama takut ngecewain mereka.”

Berdasarkan hasil penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pendapat dari subjek a, b, c, d dan e memiliki penjelasan terkait pendapat mengenai pola pengasuhan yang didapat dari orang tua, secara garis besar para subjek menjelaskan bahwa pengasuhan yang mereka dapatkan kurang tepat seperti terlalu mengekang, memaksa-kan keinginan orang tua terhadap anak, menyalahkan anak, melakukan kekerasan fisik maupun verbal dan membentak anak dengan nada suara tinggi.

Hal tersebut dikuatkan dengan pendapat dari Rianti & Ahmad Dahlan (2022) yang menyebutkan ciri-ciri toxic parenting diantaranya adalah tidak memberikan kebebasan dan terlalu mengontrol anak, sering membentak dan marah kepada anak

dikarenakan hal sepele, melakukan kekerasan verbal dengan menggunakan kata-kata kasar untuk menyalurkan emosi, terlalu egois, mengkritik dan menyalahkan anak, memberikan hukuman fisik secara berlebihan dan melibatkan anak dalam masalah orang tua.

2. Faktor Penyebab Toxic Parenting

Hasil penelitian dari Carelina & Suherman (2020) menyatakan bahwa terdapat faktor penyebab toxic parenting diantaranya adalah:

a. Kurangnya Kepedulian Terhadap Anak.

Subjek a merasa orang tuanya kurang peduli terhadap dirinya. Hal tersebut dikarenakan orang tua yang sering memberikan hukuman fisik serta verbal, banyak mengekang dan menuntut serta mengacuhkan cerita anak. Seperti yang diungkapkan subjek a berikut ini: “Kalau sama bapak aku deket-deket aja malah gak deketnya sama ibu. Ibu suka nyakitin fisik sama omongannya nyakitin banget kalo aku dirasa ngelakuin salah. Terus aku juga jarang si cerita sama mereka soalnya kadang responnya gak bikin lega jadi males”.

Subjek b juga merasa kurang diperdulikan oleh orang tuanya karena tidak banyak berinteraksi satu sama lain. Seperti yang diungkapkan oleh subjek b berikut ini: “Aku sama ibukku deket cuman kalau sama bapak tu agak kurang karena dari kecil gak deket sama bapak. Kalau bapakku diem aku juga diem gak banyak ngobrol, mungkin cuman kayak nawarin makan aja. Kalau cerita aku lebih milih ke ibu dari pada sama bapak dan respon yang aku dapet yah cuman iya-iya atau kayak disuruh sabar aja gitu”.

Subjek c juga merasa kurang diperdulikan karena tidak diperbolehkan mengeluh pada orang tuanya, seperti yang diungkapkan oleh subjek c berikut ini: “Aku ngerasa dipedulikannya sama ibu. Sering ditanyain hari ini gimana, sekolahnya gimana. Tapi kalo sama bapak gak pernah si. Tapi menurutku kalo aku cerita hal yang gek anak atau ngeluh cape gitu pasti malah dimarahin. Kalo sama ibu cerita jelek pasti responnya gak memuaskan gitu kadang didiemin. Apalagi kalo bapakku denger makin marah sampe pernah bapakku bilang orang tua udah cape

cari uang buat kamu sekolah malah ngeluh terus, udah gausah ngomong kalo cape. Jadi sejak itu aku gak banyak cerita lagi sama orang tuaku”.

Sama seperti subjek c, subjek e juga merasa kurang diperdulikan oleh orang tuanya karena kurang terpenuhi-nya kasih sayang dari orang tua, seperti yang diungkapkan oleh subjek e berikut ini: “Orang tuaku peduli tapi mungkin lebih ke kebutuhan finansial, mereka ngasih sekolah terbaik, uang saku. Cuman kami jarang ada waktu sama-sama jadi gak deket sama bapak ibu. Jarang cerita juga soal hal pribadi. Misal aku jauh pun gak pernah telpon orang tua, chat juga seadanya. Jadi memang gak terlalu deketlah sama orang tua”.

Hal sebaliknya justru dialami oleh subjek d yang merasa orang tuanya sangat memperdulikannya, seperti yang diungkapkan oleh subjek d berikut ini: “Aku ngerasa orang tuaku peduli, ditanyain kabar, ditelepon ditanya kapan pulang. Ceritaku juga selalu didengerin. Biasanya aku dulu yang cerita atau kalo nggak orang tuaku sadar soalnya biasanya aku sakit maag karena pikiran biasanya. Nah itu pasti langsung ditanyain ada apa dan dinasehati. Respon yang didapat sesuai apa yang diharapin, jadi lebih tenang”.

Berdasarkan hasil penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pendapat dari subjek a, b, c dan e memiliki penjelasan terkait faktor penyebab toxic parenting yang pertama yaitu kurangnya kepedulian terhadap anak. Berbeda dengan beberapa subjek lainnya, subjek d merasa bahwa orang tuanya sangat memperdulikannya, terlihat dari orang tuanya selalu bersedia mendengarkan ceritanya dan subjek d mendapatkan respon yang diharapkan. Secara garis besar para subjek menjelaskan bahwa kedekatan mereka dengan orang tua tidak terjalin dengan baik. Hal tersebut dikarenakan orang tua kerap memberikan hukuman fisik serta verbal yang berlebihan kepada anak.

Orang tua juga kurang memberikan waktu serta kasih sayang kepada anak sehingga anak merasa tidak diperdulikan dan tidak mau menceritakan kesehariannya dengan orang tua. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Rianti & Ahmad Dahlan (2022)

yang menyebutkan bahwa pada kenyataan yang terjadi banyak orang tua yang memperlakukan anaknya sesuai dengan keinginan orang tua dan anak diharuskan menerimanya, terdapat pula orang tua yang terlalu melindungi anaknya sampai berlebihan dan terdapat pola asuh yang tidak peduli, bahkan menolak kehadiran anak.

b. Orang Tua Yang Membandingkan Anak

Subjek a merasa orang tuanya kerap membandingkan dirinya dengan orang lain hingga membuatnya merasa sedih, seperti yang diungkapkan oleh subjek a berikut: “Sering! Paling sering ibu yang bandingin sama sepupu sama tetangga di rumah. Kenapa kamu gak kaya mbak itu pinter, sekarang pas udah besar dibandinginnya sama yang udah kerja. Sesek banget dengernya sedih sampe mikir ya Allah aku tu masih berproses emang sejelek apa ya aku”.

Sama seperti subjek a, subjek b juga merasa dibandingkan dengan orang lain oleh orang tuanya hingga membuatnya merasa sedih, seperti yang diungkapkan oleh subjek b berikut: “Sering banget! Orang tuaku sering bilang anak si ini lebih pinter harusnya kamu tu seperti dia. Jadi sedih kalo denger omongan itu, kan gak ada anak yang mau dibanding-bandin”.

Subjek c juga merasa diban-dingkan dengan orang lain hingga membuatnya merasa sedih dan kesal atas sikap orang tuanya. Seperti yang diungkapkan oleh subjek c berikut: “Pernah banget. Jadi aku sedih marah kesel rasanya. Capeknya anak gak didenger ceritanya. Pngen diapresiasi aja pencapaian kita jangan dibanding-in sama orang lain”.

Subjek d juga merasa diban-dingkan dengan orang lain oleh orang tuanya. Seperti yang diungkapkan subjek d berikut: “Pernah pastinya. Apalagi aku anak tunggal pasti jadi harapan orang tua banget. Bapak ibuku bilang kayak mbak itu kerja disini disitu nanti”.

Berbeda dengan subjek lainnya, menurut subjek e orang tuanya tidak pernah membandingkan dengan orang lain. Seperti yang diungkapkan oleh subjek e berikut: “Orang tuaku me-mang gak pernah bandingin sama siapapun. Tapi harapan mereka besar ke aku jadi kaya yang mereka pengen”.

Berdasarkan hasil wawancara dari subjek a, b, c dan d dapat disimpulkan bahwa orang tua subjek pernah membandingkan anaknya dengan orang lain. Hal tersebut dikarenakan orang tua menaruh harapan yang besar kepada anaknya. Akan tetapi anak dapat merasa sedih dan kecewa jika dibandingkan dengan orang lain dan ingin mendapatkan apresiasi pencapaian yang diraih. Sedangkan menurut penjelasan dari subjek e diketahui bahwa orang tuanya tidak pernah membandingkan dirinya dengan orang lain.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari Askara & Ulio (2020) yang mengatakan bahwa salah satu cara yang dapat orang tua lakukan untuk menghindari toxic parenting adalah dengan memuji keberhasilan kecil yang dilakukan anak karena anak akan merasa dihargai dan dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada anak.

c. Sikap Orang Tua Yang Dapat Membuat Anak Trauma.

Subjek a merasa mengalami trauma karena perilaku dari orang tuanya yang kerap memberikan hukuman fisik dan juga verbal. Seperti yang diungkapkan oleh subjek a berikut: “Yang bikin trauma itu sering dimarahin dibilang anak yang bodoh, nyusahin orang tua, ditambah lagi dapet kekerasan fisik ditendang, dipukul, ditampar, dimasukin ke bak, disiram, disabetin pake sapu sampe memar, ditempelin korek api sama banyak dikekang orang tua”.

Sama seperti subjek a, subjek b juga merasa trauma karena pernah mendapatkan bentakan dari orang tuanya. Seperti yang diungkapkan subjek b berikut: “Karena dulu sering dibentak jadi trauma kalo denger orang lain suka teriak-teriak atau pas bapakku ngomong pake nada tinggi itu langsung takut soalnya keinget bentakannya dulu”.

Subjek c juga mengalami trauma karena pernah menyaksikan orang tuanya bertengkar hingga melakukan kekerasan dalam rumah tangga. Seperti yang diungkapkan subjek c berikut: “Karena orang tuaku pernah KDRT jadi pastinya trauma kalo liat orang berantem, teriak-teriak apalagi kalo udah denger bapak ibuku ngomong pake nada tinggi rasanya keinget dulu mereka berantem, aku dibentak.

Jadi rasanya sedih takut dan aku langsung diem”.

Subjek d juga mengalami trauma dan membuatnya merasa sedih karena perkataan dari orang tuanya, seperti yang diungkapkan subjek d berikut: “Omongannya bapakku kadang bikin sedih banget, mungkin itu maksudnya bercanda. Contohnya ngo-mongin keburukan anaknya ke orang lain cuman kenapa sih harus kaya gitu. Pernah ada yang bikin aku gak betah di rumah itu yah karena orang tuaku suka beda pikiran juga. Jadi buat mereka masalah kecil di besar-besarin”.

Berbeda dari beberapa subjek lainnya, subjek e tidak memiliki trauma terhadap orang tuanya. Seperti yang diungkapkan subjek e berikut: “Gak ada trauma”.

Berdasarkan hasil wawancara dari subjek a, b, c dan d dapat disimpulkan bahwa terdapat trauma dari pengasuhan masing-masing orang tua terhadap subjek. Hal tersebut dikarenakan adanya kekerasan fisik dan juga verbal yang dilakukan orang tua terhadap anak serta terjadinya pertengkaran antara orang tua yang disaksikan anak sehingga dapat menimbulkan perasaan trauma dikemudian hari. Sedangkan subjek e mengatakan tidak mengalami trauma dari pola asuh orang tua terhadap dirinya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat dari Rianti & Ahmad Dahlan (2022) yang menyatakan bahwa pengasuhan yang dapat membuat anak trauma dapat menimbulkan luka batin pada anak.

3. Dampak Toxic Parenting Terhadap Konsep Diri

Konsep diri memiliki beberapa dimensi diantaranya adalah dimensi pengetahuan, dimensi pengharapan dan juga dimensi penilaian (Calhoun & Acocella dikembangkan oleh Lestari et al, 2022).

a. Dimensi Pengetahuan

Subjek a menggambarkan penge-tahuan mengenai dirinya, seperti yang diungkapkan subjek berikut: “Aku itu orangnya panikan, suka ngerasa bersalah dan selalu meminta maaf berkali-kali karena takut ngerepotin orang. Aku gabisa speak up kayak ngutarain mauku apa jadi emosiku sering gak stabil suka tiba-tiba marah atau sedih. Aku gak percaya diri dan ngerasa selalu kurang buat orang lain”.

Subjek b menggambarkan penge-tahuan mengenai dirinya berikut; “Aduhh aku bingung kalo gambarin diriku sendiri. mungkin yang paling menonjol itu kurang percaya diri. Aku juga takut untuk memulai sesuatu hal baru, sering overthinking, merasa insecure karena lihat pencapaian orang lain selalu lebih baik dari pada aku”.

Subjek c juga mengalami kesulitan saat menggambarkan dirinya, seperti yang diungkapkan oleh subjek c berikut: “Susah gambarin diri sendiri, aku gak kenal diriku siapa, ngerasa gak pantas buat siapa-siapa. Orang tuaku sering ribut masalah ekonomi terus bapakku pernah selingkuh juga, jadi bapak ibuku dulu masing-masing pernah pergi dari rumah karena masalah itu. Jadi aku ngerasa gak ada yang sayang, selalu nyalahin diri sendiri sama orang tua, aku juga takut ditinggalin, takut sendirian jadi suka bergantung ke orang lain, sering insecure, overthinking itu pasti. Emosiku juga gak stabil dan aku gak bisa ungkapin perasaanku”.

Subjek d merasa kebingungan saat menggambarkan dirinya, seperti yang diungkapkannya berikut: “Aku suka bingung kalo ditanya gitu. Aku minderan anaknya kurang percaya diri, nggak enakan ke orang lain, suka bingung sama perasaan sendiri sama nggak bisa buat ngajak ngobrol duluan”.

Subjek e juga merasa masih kurang percaya diri, seperti yang diungkapkan oleh subjek e berikut: “Aku sebenarnya masih kurang percaya diri apalagi kalau di depan orang banyak masih ragu”.

Berdasarkan hasil penjelasan dari subjek a, b, c, d dan e dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan subjek mengenai diri mereka adalah sebagai individu yang memiliki rasa percaya diri yang rendah, tidak memahami diri se-penuhnya, memiliki kontrol emosi yang tidak stabil, sukar mengutarakan keinginan, memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, takut untuk memulai sesuatu, merasa kesepian, takut merepotkan orang lain, mudah merasa bersalah, terlalu bergantung kepada orang lain dan kerap menyalahkan diri sendiri serta orang tua pada setiap masalah.

Situasi tersebut didukung pendapat dari Kurniati et al (2023) yang mengatakan bahwa

bagaimana cara orang tua dalam membesarkan anak akan berdampak besar pada perkembangan anak, termasuk bagaimana kemudian anak mengekspresikan emosinya. Karena pola pengasuhan yang toxic akan berdampak pada kesehatan mental anak.

b. Pengharapan

Subjek a memiliki harapan agar kedepannya menjadi lebih baik, seperti yang diungkapkan oleh subjek a berikut: “Aku yakin masih punya Allah jadi aku harus sebisa mungkin selalu dekat dengan Allah. Harapannya bisa bikin aku kuat, lebih tenang lebih yakin kedepan sama hidupku sama bisa move on dari kesedihanku selama ini”.

Subjek b memiliki harapan agar kedepannya dapat mengubah pola pengasuhan yang dia dapatkan kearah yang lebih baik, seperti yang diungkapkan oleh subjek berikut: “Kedepannya pengen merubah pola asuh yang aku dapatkan untuk saat aku sudah berkeluarga nanti. Aku pengen nanti dekat sama semua anak-anakku. Ajak ngobrol anak itu bukan karena ada topik aja tapi memang jadi keseharian dan kewajiban buat orang tua. Pengen jadi orang tua yang berkarakter, dekat dan terbuka sama anak tapi juga harus mengajarkan anak sopan santun”.

Sama seperti subjek b, subjek c juga mempunyai harapan ingin mengubah pola pengasuhan dari orang tuanya, seperti yang diungkapkan oleh subjek c berikut: “Aku pengen simple aja, semoga nanti anakku nasibnya nggak seperti aku. Aku pengen nanti jadi orang tua yang nggak seperti orang tuaku sekarang. Pengen dekat nanti sama anak, pengen anak nggak ngerasa sendirian jadi apapun bisa cerita ke orang tuanya. Aku pengen anakku nanti bangga punya keluarga cemara, penuh kasih sayang.”

Subjek d mempunyai harapan agar dapat memenuhi semua keinginan orang tuanya, seperti yang diungkapkan oleh subjek d berikut: “Harapan aku kedepan-nya aku bisa makin percaya diri, nggak terus-terusan overthinking, bisa cepet wisuda dan pastinya tujuanku dapat pekerjaan yang sesuai apa yang ibu bapak mau”.

Sama seperti subjek d, subjek e juga memiliki harapan agar bisa memenuhi

keinginan orang tuanya, seperti yang diungkapkan oleh subjek e berikut: “Harapanku aku bisa lebih percaya diri, bisa menuhin harapan orang tuaku juga. Berbakti sama mereka sama bikin mereka bangga”.

Berdasarkan penjelasan dari subjek a, b dan c ditarik kesimpulan bahwa subjek memiliki harapan untuk tidak melanjutkan pola pengasuhan yang toxic pada generasi selanjutnya, ingin lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Sedangkan subjek d dan e memiliki tujuan untuk dapat mewujudkan harapan orang tua. Hal tersebut didukung pernyataan dari Azis et al (2022) yang menyatakan bahwa keluarga yang sehat serta saling mendukung adalah harapan bagi seluruh anak, akan tetapi berdasarkan kenyataan yang ada permasalahan dalam keluarga dapat menyebabkan permasalahan terhadap kesehatan mental anak. c. Penilaian

Subjek a menilai bahwa dia belum bisa menerima dirinya saat ini, seperti yang diungkapkan oleh subjek a berikut: “Aku masih belum bisa menerima kondisiku sekarang dan menurutku penilaian orang lain juga sangat penting biar aku tau gimana aku dimata mereka”.

Subjek b juga belum menerima dirinya saat ini, seperti yang diungkapkan oleh subjek b berikut: “Aku masih belum bisa menerima diriku sekarang. Penilaian orang lain menurutku juga penting, karena dari omongan orang-orang yang positif atau negatif itu aku jadiin motivasi kedepannya buat aku tapi juga kadang bikin overthinking”.

Subjek c juga menilai dia belum bisa menerima dirinya, seperti yang diungkapkan oleh subjek c: “Kalo dipikir-pikir aku belum bisa menerima diriku. Kadang masih suka nyalain kondisi kenapa yah aku gak kaya orang lain gitu. Apalagi penilaian orang lain itu penting banget buat aku soalnya bisa jadi motivasi jugakan kedepannya”.

Subjek d masih belum menerima dirinya saat ini, seperti yang diungkapkan oleh subjek d berikut: “Kalau penerimaan diri masih belum, kadang aku ngerasa udah menerima tapi pas lagi ada masalah gitu pasti langsung gak percaya diri dan bikin aku jadi kepikiran sama omongan orang lain gitu”.

Subjek e belum bisa menerima dirinya saat ini, sesuai dengan yang diungkapkan oleh subjek e berikut: “Kalo penerimaan diri masih belum sepenuhnya sekarang, mungkin juga dipengaruhi sama penilaian orang ke diri kitakan gimana soalnya penting”.

Berdasarkan penjelasan subjek a, b, c, d dan e diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek belum sepenuhnya menerima diri mereka dan penilaian dari orang lain juga sangat penting bagi para subjek. Hal tersebut sesuai dengan pendapat dari Padilah & Septiani (2023) anak yang mengalami toxic parenting memiliki pandangan tersendiri mengenai penilaian orang lain. Mereka biasanya merasa cemas serta memiliki ketakutan yang berlebih mengenai penilaian orang lain dan dapat menyebabkan mereka menjadi lebih sensitif dan reaktif terhadap kritikan serta komentar dari orang lain.

D. SIMPULAN

Gambaran persepsi subjek terhadap pola asuh dari orang tua digambarkan kurang sesuai, seperti terlalu mengekang, memaksakan keinginan orang tua terhadap anak, menyalahkan anak, melakukan kekerasan fisik maupun verbal serta orang tua yang kerap membentak anak dengan nada suara tinggi.

Terdapat pula tiga faktor penyebab toxic parenting yaitu: a. Kurangnya kepedulian terhadap anak: terdapat empat subjek yang menyatakan kurang diperdulikan oleh orang tuanya, sedangkan satu subjek yang merasa diperdulikan oleh orang tuanya. b. Orang tua yang membandingkan anak: terdapat empat subjek yang merasa dibanding-bandingkan oleh orang tuanya, sedangkan satu subjek yang merasa tidak pernah dibanding-bandingkan oleh orang tuanya. c. Sikap yang membuat anak trauma: terdapat empat subjek yang mendapatkan trauma dari sikap orang tuanya, sedangkan satu subjek tidak memiliki trauma dari pengasuhan orang tuanya.

Dampak toxic parenting terhadap konsep diri meliputi dimensi a. pengetahuan: seluruh subjek secara garis besar meng-gambarkan diri sebagai individu yang me-miliki rasa percaya diri yang rendah, tidak memahami diri sepenuhnya, memiliki kontrol emosi yang

tidak stabil, sukar mengutarakan keinginan, memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, takut untuk memulai sesuatu, merasa kesepian, takut merepotkan orang lain, mudah merasa bersalah, terlalu bergantung kepada orang lain dan kerap menyalahkan diri sendiri serta orang tua pada setiap masalah. b. Dimensi pengharapan: terdapat tiga subjek yang memiliki harapan agar tidak melanjutkan pola pengasuhan orang tuanya pada generasi selanjutnya, sedangkan dua subjek lainnya memiliki harapan agar dapat memenuhi keinginan orang tua mereka. c. Dimensi penilaian: seluruh subjek menilai masih belum bisa menerima diri mereka dan penilaian orang lain juga penting menurut para subjek.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Askara, I. putu, & Ulio. (2020). Peran Komunikasi Keluarga Dalam Mengatasi “Toxic Perinting” Bagi Kesehatan Mental Anak. 5(2), 125–134.
- Asnora, F. H., & Indra, A. (2020). Pengaruh Konsep Diri Dan Kompetensi Terhadap Komitmen Organisasi Pada PT. Barokah Utama Karya Medan. *Ekonomi Bisnis Manajemen Dan Akuntansi (EBMA)*, 1(1), 33–40.
- Azis, A., Warda, Y., & Jannah, F. (2022). Peranan Keluarga Terhadap Pendidikan Akhlak Di Masa Pandemi. *HIBRUL ULAMA*, 4(1), 28–37. <https://doi.org/10.47662/hibrululama.v4i1.169>
- Bariyyah Hidayati, K., & . M. F. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Carelina, S., & Suherman, M. (2020). Makna Toxic Parents di Kalangan Remaja Kabaret SMAN 10 Bandung. 6(2).
- Indrawati, E. S., Hyoscyamina, D. E., Qonitatin, N., & Abidin, Z. (2015). Profil Keluarga Disfungsional Pada Penyandang Masalah Sosial Di Kota Semarang. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 120–132. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.2.120-132>

- Kurniati, N., Rejeki, S., Nizar, M., Purwanti, O. S., & Fitria, C. N. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua “Toxic Parents” bagi Kesehatan Mental Anak Sanggar Bimbingan Kepong Kuala Lumpur Malaysia. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(2), 157–166.
<https://doi.org/10.23917/bkkndik.v5i2.23174>
- Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14–28.
<https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>
- Oktariani, O. (2021). Dampak Toxic Parents dalam Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Penelitian Pendidikan Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(3), 215–222.
<https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i3.107>
- Padilah, N., & Septiani, L. A. (2023). Toxic Parenting Terhadap Perkembangan Anak Dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Kitab Tafsir Wa Khawatir Al-Imam Karya Syaikh Muhammad Mutawalli As-Sya'rawi). *SERUMPUN: Journal of Education, Politic, and Social Humaniora*, 1(2), 107.
<https://doi.org/10.61590/srp.v1i2.91>
- Pardede, Y. O. K. (2008). Konsep Diri Anak Jalanan Usia Remaja. *Artikel Jurnal*. 1(2).
- Rianti & Ahmad Dahlan. (2022). Karakteristik Toxic Parenting Anak dalam Keluarga. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2), 190–196.
<https://doi.org/10.54259/diajar.v1i2.742>
- Wutsqo, B. U., Rizky, D. M., & Hidayat, D. R. (2020). Hubungan Konsep Diri dengan Kematangan Vokasional Pada Siswa SMK. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(1).
<https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i1.27391>