

The Impact of Toxic Parents' Parenting Patterns on the Development of Adolescent Self-Esteem

Dampak Pola Asuh *Toxic Parents* Terhadap Perkembangan *Self Esteem* Remaja

Ismiati

UIN Ar-Raniry Banda Aceh

ismciati@ar-raniry.ac.id

ABSTRACT

Self-esteem is an important aspect of a person's mental health. High or low self-esteem will influence your perspective, way of thinking, and way of acting (behaving). Considering the importance of self-esteem, this study aims to describe the impact of toxic parenting styles on the development of adolescent self-esteem. This study was carried out using a qualitative phenomenological approach to adolescent children, aged 12-18 years, who were at the Yakesma orphanage in Aceh Besar. The informants who were used as research subjects were those who had lived and been raised by parents with toxic parenting characteristics. Data collection techniques were carried out through interviews. The results of the research show that teenagers who have experienced the toxic parenting model tend to consider themselves useless people, feel unlucky, experience feelings of low self-esteem, feel dissatisfied with themselves, feel worthless, have no initiative, are afraid to face challenges, difficulty in equal communication, and a tendency to experience feelings of unhappiness in life. The results of this study have implications for parents, teachers and anyone responsible for the child's education process to avoid toxic parenting models in the process of educating, teaching and guiding children.

Keywords: *Toxic Parent; Self Esteem; Adolescent*

ABSTRAK

Self-esteem merupakan salah satu aspek penting bagi kesehatan mental seseorang. Tinggi rendahnya *self esteem* akan berpengaruh pada cara pandang, cara pikir, dan cara bertindak (berperilaku). Mengingat pentingnya *self esteem*, kajian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak pola asuh *toxic parents* terhadap perkembangan *self esteem* remaja. Kajian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi terhadap anak usia remaja, yang berumur 12-18 tahun, yang sedang berada di sebuah panti asuhan Yakesma di Aceh Besar. Informan yang dijadikan subjek penelitian adalah mereka yang pernah tinggal dan dibesarkan oleh orangtua dengan ciri-ciri pengasuhan *toxic*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang pernah mengalami model pola asuh *toxic parents* cenderung menganggap diri mereka adalah orang yang tidak berguna, merasa tidak beruntung, mengalami perasaan rendah diri, merasa tidak puas terhadap dirinya, ada perasaan tidak berharga, tidak punya inisiatif, takut menghadapi tantangan, sulit melakukan komunikasi yang setara, dan kecenderungan mengalami perasaan tidak bahagia dalam hidupnya. Hasil kajian ini berimplikasi pada orang tua, guru, dan siapapun yang bertanggung jawab dalam proses pendidikan anak untuk menghindari model pola asuh *toxic parents* dalam proses mendidik, mengajar dan membimbing anak.

Kata kunci : Pola asuh *Toxic Parents*; *Self Esteem*; Remaja

A. Pendahuluan

Self esteem adalah salah satu konsep yang sulit didefinisikan dengan jelas. Ada yang berpendapat *self esteem* adalah keyakinan akan kemampuan individu dalam hal berpikir, mengatasi tantangan dalam hidup, keyakinan pada hak untuk sukses dan bahagia; perasaan layak, dan merasa berhak untuk mengungkapkan kebutuhan dan keinginan. Harga diri mencakup semua karakteristik ini. Namun yang terpenting adalah penilaian seseorang terhadap diri sendiri dan rasa berharga terutama didasarkan pada kriteria yang ditentukan secara eksternal. Kriteria yang ditentukan secara eksternal mencakup penilaian atau asumsi masyarakat, nilai-nilai keluarga, atau persepsi keberhasilan dan kegagalan dalam berbagai bidang kehidupan.

Harga diri digambarkan sebagai evaluasi pribadi yang dilakukan seseorang terhadap dirinya sendiri, perasaan mereka akan nilai, kepentingan, atau kemampuan mereka sendiri (Myers & Myers, 1992; Rosenberg & Rosenberg, 1978). Ini dapat mencakup orientasi positif atau negatif terhadap diri sendiri. Rosenberg (1965) menjelaskan harga diri sebagai sikap yang menyenangkan atau tidak menyenangkan terhadap diri sendiri. Harga diri mengacu pada perasaan individu terhadap dirinya atau sejauh mana seseorang menghargai, menyetujui, dan menyukai dirinya sendiri (Blascovich & Tomaka, 1993). Harga diri secara umum didefinisikan sebagai penilaian pribadi terhadap kelayakan yang diekspresikan dalam sikap individu terhadap diri sendiri (Zakeri & Karimpour, 2011).

Self esteem adalah salah satu faktor penting yang mempengaruhi perilaku manusia. Individu yang memiliki *self esteem* tinggi atau positif adalah individu yang dapat menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis, bangga dan puas akan dirinya sendiri, bersikap positif terhadap orang lain, mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya. Sebaliknya individu dengan *self-esteem* rendah cenderung menunjukkan karakteristik seperti pesimis, tidak puas akan dirinya, berkeinginan untuk menjadi orang lain atau berada di posisi orang lain, lebih sensitif terhadap kritik, lebih emosional atau cenderung tidak siap menerima kegagalan, cenderung mengalami kecemasan sosial serta ragu-ragu dan lebih lambat dalam mengambil keputusan. Individu terutama fase remaja yang memiliki *self esteem* rendah lebih rentan terlibat dalam perilaku menyimpang, karena *self esteem* dapat mempengaruhi perilaku seseorang.

Cara anak menilai dirinya sangat dipengaruhi oleh cara dan perlakuan orang lain

terhadap dirinya selama proses interaksi. Interaksi pertama dalam hubungan sosial anak adalah keluarga, terutama orang tua. Cara orang tua memperlakukan anak dalam proses mendidik dan membesarkan sering disebut dengan pola asuh. Pola asuh yang tepat dapat mempengaruhi harga diri anak secara baik.

Hasil penelitian telah membuktikan bahwa pola asuh orang tua berhubungan secara signifikan dengan kesejahteraan psikologis dan harga diri remaja (Siyi Kou, 2022). Fidrayani (2023) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa ada hubungan antara pola asuh toxic dengan harga diri anak sekolah Dasar. Bentuk-bentuk pola asuh yang toxic antara lain adalah tindakan menentukan masa depan anak, memaksakan keputusan sendiri, memaksakan keinginan pada anak, mengarahkan dengan cenderung memaksa dan tidak menghargai keputusan anak. Pola asuh seperti ini menimbulkan akibat negatif seperti anak menjadi stres, tidak berani mengemukakan pendapat, tidak mampu mengambil keputusan sendiri, dan kurang percaya diri. Kajian ini akan memaparkan dampak pola asuh *toxic terhadap* harga diri remaja yang pernah mengalami pengasuhan toxic.

B. Hubungan Toxic Parenting dengan Self Esteem Anak

Para pakar telah banyak yang mendefinisikan makna pola asuh. Pola asuh adalah strategi yang digunakan orang tua dalam mendidik dan membesarkan anak-anaknya (Adimora, et. al., 2015). Pola asuh mempunyai ciri responsif dan tuntutan dari orang tua. Responsif orang tua mengacu pada kasih sayang yang ditunjukkan orang tua terhadap anak-anak dalam berkomunikasi dan memberi dukungan. Sementara tuntutan mengacu pada kontrol, otoritas dan norma-norma yang ditetapkan oleh orang tua untuk anak-anaknya. Gaya pengasuhan dapat diklasifikasikan dalam empat kategori berdasarkan tingkat responsif, tuntutan dan tidak terlibat dalam upaya mengasuh anak.

Baumrind (1966) mengelompokkan tiga gaya pengasuhan yang dibedakan berdasarkan daya tanggap dan tuntutan. Gaya pengasuhan permisif, gaya pengasuhan otoritatif, dan gaya pengasuhan otoriter. Kemudian (Maccoby & Martin (1983) menambahkan gaya keempat yang juga bercirikan tanggap dan menuntut, yaitu gaya lalai atau tidak terlibat. Dimensi daya tanggap mengacu pada cara orang tua mengekspresikan cinta dan kasih sayang, berbicara, mendukung, dan bernalar dengan anak mereka (Axpe et al., 2019; Martínez et al., 2019; Martinez et al., 2020; Martínez & García, 2008). Sedangkan dimensi tuntutan menunjukkan sejauh mana orang tua menggunakan pengawasan dan kontrol, mempertahankan posisi otoritas, dan menetapkan norma bagi anak (Baumrind, 1991; Garcia & Serra, 2019)

Masing-masing pola asuh tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pola asuh otoriter, ditandai dengan tingginya tuntutan dari orang tua, namun tidak dibarengi dengan sikap responsif terhadap anak. Orang tua membatasi otonomi anak-anak mereka dan memutuskan perilaku yang pantas menurut orang tua yang harus dilakukan oleh anak.
2. Pola asuh otoritatif menunjukkan sikap orang tua yang memberikan dukungan emosional dan memberikan tanggung jawab kepada anak sesuai tingkat usia dan kemandirian anak. Orang tua model ini juga membina hubungan timbal balik antara orangtua dengan anak secara tepat dan bersifat bersifat dialogis dalam memutuskan sesuatu. Orang tua berperan sebagai pengontrol setelah berdialog apa yang menjadi minat dan bakat anak anak mereka.
3. Pola asuh permisif, yaitu tipe orang tua yang sangat responsif terhadap anak namun sangat sedikit menerapkan fungsi kontrolnya. Orang tua permisif selalu mendorong kemandirian anak, mengizinkan anak untuk membuat keputusan dan memilih kegiatan mereka sendiri tanpa intervensi dan kontrol orang tua.
4. Pengasuhan yang lalai, yaitu dalam mengasuh orang tua tidak terlibat baik secara responsif maupun tuntutan. Keempat pola asuh tersebut merupakan model pola asuh yang sering ditemukan dalam praktek kehidupan sehari-hari.

Terkait dengan pola asuh, di Indonesia akhir-akhir ini di kenal dengan satu istilah dalam model pengasuhan, yaitu *toxic parenting*. Beberapa ahli mendefinisikan *toxic parenting* sebagai pendekatan destruktif yang digunakan oleh orang tua dalam mengasuh anak-anaknya. *Parenting toxic* menunjukkan kecenderungan orang tua dalam berinteraksi dengan anak yang dapat menjadi racun yang merusak kemampuan anak untuk membangun hubungan yang sehat dengan orang lain (Hardiyanti, et.al., 2020). Frekuensi dan intensitas selama berinteraksi dalam proses pengasuhan toxic dapat mempengaruhi perkembangan psikologis anak dalam waktu yang lama. Perilaku pengasuhan yang toxic dapat berdampak positif atau negatif sangat tergantung pada intensitas, tingkat terpapar, konteks yang diekspresikan oleh orang tua, dan kepekaan anak itu sendiri (Dunham, Dermer, and Carlson, 2011).

Ada tiga jenis orang tua yang paling mungkin mempraktekkan *toxic parenting* yaitu; *Contest Parents*, *Dismissive Parents*, dan *Contemptuous Parents* (Dunham, 2011). Orang tua jenis kontes (*contest parents*), ialah model orang tua yang selalu berusaha menjadikan anaknya sesuai dengan keinginannya. Keberhasilan anak dianggap keberhasilannya. Tipe orang tua ini

dapat digolongkan dalam tiga kelompok, yaitu: (a) the *showbiz parent*, merupakan orang tua yang ingin membuktikan bahwa dia sangat mencintai dan menyayangi anaknya, sehingga dia selalu menuntut anaknya sesuai dengan keinginan dan kehendaknya, walaupun dengan cara memaksa. Orang tua model ini mempunyai ekspektasi yang berlebihan terhadap anaknya. (b). Tipe orang tua fiktif, yaitu orang tua yang selalu melebih-lebihkan cerita tentang anaknya kepada orang lain, walaupun realitasnya tidak demikian, sehingga malah dapat merendahkan anaknya, karena anaknya tidak seperti yang dia ceritakan. (c) Tipe orang tua superstar, yaitu selalu bersaing dengan anak mereka. Orang tua tipe ini suka mengatakan pada anaknya bahwa anaknya tidak akan bisa lebih hebat darinya. Kalau anaknya berhasil mendapatkan prestasi yang baik, dia akan mengatakan bahwa dulunya mereka juga orang yang selalu menjadi juara.

Dismissive Parents, yaitu orang tua yang mengabaikan. Orang tua tipe ini adalah orang tua yang secara fisik, emosional bahkan finansial tidak dekat dengan anaknya. Tipe orang tua model ini kurang bertanggungjawab dan tidak punya *attachment* dengan anaknya secara emosi. Orang tua tipe ini lebih sibuk dengan pekerjaan dan kegemarannya sendiri, sehingga tidak terlalu peduli pada anak, meskipun terkadang kebutuhan sandang, pangan dan papan terpenuhi, tapi kelekatan secara emosi sangat kurang.

Dismissive parents dapat dikelompokkan dalam tiga model, yaitu: (1) *The Stepford Parent*, model orang tua yang mengharuskan anaknya melakukan apa yang orangtuanya pikirkan. Tampaknya orang tua macam ini terlibat dengan anaknya, padahal secara emosional mereka tidak dekat, bahkan anak lebih dekat dengan pengasuhnya yang lain misalnya asisten rumah tangganya. (2) *The Prerogative Parent*, yaitu orang tua merasa punya hak prerogatif atas anaknya, mereka percaya bahwa mengasuh anak menjadi sebuah pilihan dan anak seharusnya bersyukur telah dilahirkan serta mendapatkan sesuatu sesuai kemampuan orang tuanya (3) *The Acquaintance Parent*, orang tua memenuhi kebutuhan pokok anaknya, memberi perhatian dengan harapan anak akan mengikuti kemauannya. (4) *The Donor Parent*, yaitu orang tua yang memang tidak hadir dalam kehidupan anaknya. Orang tua ini hanya punya ikatan biologis dengan anaknya karena terlahir dari perkawinannya semata. Anak hanya sebagai keturunannya tanpa mengambil tanggung jawab apaun atas mereka.

Contemptuous Parents (orang tua yang suka menghina). Orang tua tipe ini cenderung meremehkan, mengkritik, mengutuk, dan menghina perasaan anak. Orang tua ini dengan mudah memberikan label negatif pada anaknya kalau perilaku anaknya tidak sesuai dengan apa yang mereka harapkan.

Adapun orang tua mengabaikan terbagi ke dalam tiga jenis, yaitu: (1) *The Zealet Parent*, yaitu orang tua yang menggunakan kekuatan serta otoritas mereka untuk mendominasi, mengontrol, atau memanipulasi anak-anak mereka. Kekuasaan mereka biasanya pada otoritas ekonomi, agama, dan kasih sayang. (2) *The Seesaw Parent*, yaitu orang tua yang moodnya susah ditebak. Pada saat merasa senang karena anaknya berprestasi dia memberikan sanjungan, tapi tiba-tiba juga mengkritik. (3) *The Mommy or Daddy Dearest Parent*, yaitu orang tua yang melakukan kekerasan secara fisik dan emosional terhadap anak, kalau perilaku anaknya tidak sesuai dengan keinginannya.

Orang tua yang meremehkan tidak hadir secara fisik, emosional, atau bahkan kadang-kadang finansial dalam aktivitas anak. Orang tua mungkin menyediakan kebutuhan dasar anak, namun tidak memiliki kekuatan dalam hubungan emosional. Orang tua kontes menjadikan anak sebagai apa yang mereka harapkan dan anak harus menerima keinginan dan kehendak orang tua dalam menentukan hidupnya. Orang tua yang menghina mengedepankan kritik, cenderung meremehkan, sering mencibir, mengejek dan membuat humor yang bersifat permusuhan adalah cara-cara yang digunakan orang tua untuk menghina. Orang tua yang beracun (*toxic*), baik ibu atau hanya ayah, atau bahkan keduanya dapat memberi dampak negatif dalam perkembangan psikologis anak. Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua yang beracun lebih sulit mengembangkan citra diri mereka secara positif (Forward S. & Craig, B., 1989). Citra diri negatif dapat menyebabkan kurangnya kepercayaan diri dan rendahnya harga diri anak untuk semua aspek dalam kehidupan mereka.

Ciri-ciri toxic parenting dapat di lihat antara lain adalah sikap orang tua yang sering membanding-bandingkan anaknya dengan orang lain, baik dengan anggota keluarga sendiri maupun dengan anak lainnya. Ciri lainnya adalah orang tua kurang berempati dan kurang perhatian terhadap anak mereka. Orang tua cenderung mengatur semua aktivitas anak, menghina anak, sering menyalahkan anak, tidak menghargai setiap usaha anak, suka mengungkit atau mengulang-ngulang menceritakan kesalahan yang pernah dilakukan anak, dan berperilaku buruk yang membuat anak menjadi trauma. Ciri-ciri tersebut tidak jarang ditemukan dalam pola asuh yang dipraktekkan orang tua dalam kehidupan sehari-hari.

Perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh model pola asuh yang diterima saat mereka dibesarkan. Anak-anak akan lebih sulit untuk mengembangkan citra diri yang positif jika dibesarkan dengan pola asuh yang beracun (*toxic*). Menurutnya citra diri negatif dapat menyebabkan rendahnya kepercayaan diri dan harga diri (Forward S. & Craig, B., 1989).

Harga diri memainkan peranan penting dalam kehidupan anak terutama fase remaja. Harga diri merupakan faktor esensial dalam perkembangan kepribadian individu. Harga diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk berpikir dan mengatasi tantangan hidup yang merupakan hasil dari pengalaman (Rosenberg 1965, Nathaniel Branden, 1992). *Self-esteem* dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain adalah jenis kelamin, kecerdasan, fisik, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Keluarga merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi perkembangan *self-esteem* anak (Ghufran, 2011).

Pengasuhan *toxic* dapat menyebabkan rendahnya harga diri anak. Iskandar (2001) mendapati bahwa pola asuh orang tua yang *toxic* mempunyai pengaruh terhadap pembentukan identitas diri remaja. Adapun bentuk *toxic* parenting yang dimaksud adalah orang tua yang menentukan masa depan anak, selalu memaksakan keputusannya pada anak, memaksa keinginan orang tua pada anak, mengarahkan anak dengan cara memaksa dan tidak pernah menghargai keputusan anaknya. Pola asuh model ini menimbulkan dampak negatif, diantaranya anak menjadi stress, tidak berani bahkan tidak mampu memberikan pendapat, tidak terampil dalam pengambilan keputusan, dan tidak percaya diri.

Perilaku orang tua yang tidak peduli, mengabaikan dan menolak kehadiran anak dapat diidentifikasi baik dari komunikasi yang bersifat verbal maupun dalam bentuk tindakan yang muncul, seperti mengarahkan, memerintah, dan mengkritik. Pola pengasuhan yang baik yang ditunjukkan orang tua dapat melahirkan anak tumbuh dengan perilaku yang baik, sebaliknya pola asuh yang tidak baik yang diberikan orang tua dalam mengasuh anak-anaknya akan memberikan dampak yang tidak baik juga terhadap anak baik secara fisik maupun psikologisnya (Sunarty Kustiyah., 2015). Pengasuhan yang tidak baik inilah yang menjadi *toxic* bagi anak-anaknya.

Istilah *toxic* pada awalnya dilekatkan pada orang yang mempunyai kepribadian yang senang membuat orang lain susah, individu yang sering merugikan orang lain baik secara fisik psikis, dalam bentuk verbal maupun non verbal, orang yang cenderung memberi dampak negatif kepada orang lain, senang merusak suasana hati orang lain, mereka diibaratkan seperti racun bagi orang lain. Sedangkan *toxic parent* adalah orang tua yang cenderung tidak menghormati dan memperlakukan anaknya dengan baik dalam proses pengasuhannya. Kemungkinan mereka akan menjadi pelaku berbagai macam kekerasan terhadap anak, yang dapat mengganggu kesehatan mental anak. Model orang tua beracun susah diajak kompromi, cenderung kurang bertanggung jawab, sangat ulit untuk minta maaf kepada anaknya.

Keluarga *toxic* dapat berdampak jangka panjang terhadap trauma psikologis anak. Selain itu juga anak yang diasuh dengan model ini akan berpotensi untuk meneruskan pola asuh yang pernah diterimanya ketika mereka sudah berkeluarga. *Toxic parent* dapat menyebabkan anak stres, gangguan kecemasan, dan rendahnya kepercayaan diri. Komunikasi orang tua-anak yang dibangun dalam pola asuh ini cenderung kurang harmonis, sehingga anak merasa kurang nyaman dan tidak leluasa mengungkapkan perasaannya kepada orang tua dan anak kurang memperoleh kasih sayang dan perhatian (Indrawati E.S., et.al., .2014).

Dengan demikian, seyogyanya setiap orang tua atau orang dewasa mampu memahami ilmu parenting, dan mampu bertindak sebagai orang yang bertanggung jawab dalam memupuk perkembangan *self esteem* anak dengan menghindari perilaku *toxic* dalam pengasuhan.

C. Metode

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk perilaku *toxic* yang diterima responden selama dalam proses pengasuhan orang tuanya. Selain itu juga ingin menggambarkan dampak perilaku *toxic* tersebut terhadap *self esteem* anak. Kajian ini dilakukan melalui penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Adapun informan yang dijadikan sumber data adalah delapan remaja korban *toxic parents* yang berumur 12-18 tahun yang sedang berada di panti asuhan Yakesma yang terletak di Kabupaten Aceh Besar. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan *dept interview*.

D. Hasil

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan remaja korban pengasuhan *toxic parent* dapat diketahui bahwa selama mereka diasuh dan dibesarkan orangtuanya berbagai perilaku yang dianggap *toxic* yang dirasa anak. Adapun bentuk perilaku yang ditunjukkan pengasuhnya adalah ada diantara responden yang menerima perlakuan pencabulan dari ayah tirinya. Ada juga bahkan yang dilecehkan oleh ayah kandungnya. Bentuk lainnya adalah sering diperlakukan dengan cara kekerasan fisik, yaitu dipukul. Selain kekerasan fisik mereka juga menerima kekerasan verbal, seperti dihina, dicaci maki, sering disalahkan walaupun mereka merasa tidak melakukan suatu kesalahan. Ada juga di antara informan yang ditelantarkan. Pelakunya adalah orang-orang yang seharusnya melindungi yaitu, orang tua kandung, baik ayah maupun ibu, ayah tiri (suami dari ibunya).

Dari hasil wawancara diperoleh data bahwa anak korban *toxic parents* merasa dirinya tidak berharga dan tidak bermakna. Umumnya mereka tidak dapat memahami kelebihan yang

ada pada dirinya. Dampak lain yang sering mereka keluhkan adalah bahwa mereka merasa hidupnya berbeda dengan teman-temannya yang lain, sehingga mereka merasa rendah diri.

Diantara responden ada yang merasa bahwa dirinya menjadi beban bagi orang lain, terutama bagi keluarganya. Selain itu responden mempersepsikan bahwa dunia ini tidak adil baginya. Ada diantara responden bahkan menyatakan terasa sangat menyesal telah terlahir ke dunia ini, merasa hidupnya benar-benar tidak beruntung. Responden yang lainnya mengungkapkan bahwa hidup mereka memang tidak berguna. Selain itu ditemukan bahwa informan sangat sulit untuk mengemukakan pendapat mereka, sukar untuk diajak berkomunikasi, cenderung lebih suka menyendiri.

Self esteem adalah cara individu berpikir, merasakan, dan menilai kualitas dan karakteristik dirinya. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diketahui tentang apa yang dipikirkan dan dirasakan informan dan penilaian terhadap dirinya sebagai dampak dari perilaku pengasuhan selama mereka dibesarkan.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diuraikan sebelumnya, ditemukan bahwa bentuk perilaku toxic dalam pengasuhan bermacam-macam. Diantaranya adalah melakukan kekerasan fisik, psikologis, verbal, pengabaian dan penelantaran baik secara ekonomi maupun tidak memberikan kasih sayang sebagai kebutuhan anak. Praktik *toxic parenting* gagal mempengaruhi kebutuhan fisik dan psikologis anaknya. Toxic parenting dapat berupa perilaku yang ditunjukkan pengasuh seperti memukul, mendominasi, dan melakukan kekerasan verbal yang berdampak negatif terhadap perkembangan anak. Kenyataannya masih ada pengasuh yang masih merasionalkan perilaku toxicnya sebagai tindakan untuk mendisiplinkan anak (Karimpour, 2011).

Orang tua toxic biasanya berindikasi orang tua yang secara konsisten menunjukkan perilaku yang dapat menyebabkan anak merasa bersalah dan ketakutan. Artinya pola perilaku yang secara negatif membentuk kehidupan anak mereka. Memang kadang-kadang ada orang tua yang tanpa sengaja berbuat kesalahn, seperti membentak anak dan berteriak untuk memperbaiki perilaku anak, namun mereka akan minta maaf atas kesalahannya. Namun, orang tua toxic lebih mementingkan kebutuhan mereka sendiri dan sulit untuk minta maaf dan mengakui bahwa apa yang mereka lakukan adalah tidak tepat. Kondisi ini biasanya berlangsung secara terus menerus.

Orang tua toxic mempunyai karakteristik egois, kerap melakukan kekerasan baik fisik

maupun verbal. Pelecehan mungkin tidak selalu berupa memukul, membentak, mengancam, atau sesuatu yang sangat jelas. Adakalanya pelecehan yang lebih halus seperti pemanggilan nama, pengalihan kesalahan, perlakuan diam, atau *gaslighting*. Ciri lainnya adalah dalam cara kontrol perilaku anaknya. Orang tua toxic tidak mengizinkan anaknya membuat keputusan apapun terhadap dirinya. Perilaku toxic juga dapat bersifat manipulatif dalam perilaku, artinya orang tua mengendalikan anaknya dengan menggunakan rasa bersalah atau malu untuk mempermainkan emosi anaknya. Orang tua yang beracun bahkan mungkin menahan waktu, uang, atau barang lain sebagai pion dalam permainan manipulasi mereka. Orang tua toxic juga punya karakteristik dalam cara memeri batasan. Orang tua cenderung mendorong anaknya untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan, sampai anaknya mau mengikuti kemauannya. Dampaknya anak akan juga mengikuti perilaku ini ketika mereka dewasa.

Penelitian membuktikan bahwa pengasuhan toxic memberi dampak pada perkembangan *self esteem* anak usia remaja. *Self esteem* menurut Coopersmith seperti yang dikutip oleh Zakeri & Karimpour (2011) adalah evaluasi diri yang dilakukan oleh individu dalam menilai dan menginterpretasikan dirinya sebagai hasil interaksi dengan lingkungan dalam hal penghargaan, penerimaan, dan perlakuan yang diterimanya. Coopersmith membagi *self esteem* dalam dua kategori, yaitu rendah dan tinggi. Individu yang memiliki *self esteem* rendah menunjukkan rasa takut gagal dan sering menyalahkan diri sendiri. Sebaliknya, orang dengan *self esteem* tinggi menunjukkan sikap percaya diri, tidak fokus pada kekurangan, percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan dan tidak merasa lemah atas kritikan orang lain (Coopersmith, 1967).

Berdasarkan hasil penelitian ini didapati bahwa anak yang diasuh dengan cara toxic cenderung mempunyai *self esteem* negatif. Artinya kecenderungan mereka mempersepsikan dirinya secara negatif, yang ditandai dengan muncul pikiran-pikiran bahwa hidup mereka tidak berguna dan merasa tidak diperlukan kehadirannya, bahkan merasa menyesal terlahir ke dunia ini. Perasaan-perasaan ini yang akhirnya tercermin dalam perilaku keseharian mereka seperti suka menyendiri dan memandang orang lain juga secara negatif, sehingga sulit membangun hubungan baik dengan orang lain. Mereka tidak berani mengeluarkan pendapat, karena takut disalahkan. Anak yang diasuh dengan cara toxic, apabila tumbuh dewasa akan sulit mengembangkan citra diri yang positif (Foward, 1989). Mereka akan menjadi pribadi yang tidak percaya diri. Dampak yang lebih parah adalah akan menurunkan perilaku toxic untuk

pengasuhan berikutnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktariani (2021) bahwa kedekatan orang tua dengan anak dapat mempengaruhi *self-esteem* anak. Hubungan yang tidak harmonis antara orang tua dengan anak melemahkan harga diri anak. *Self-esteem* yang rendah dapat menyebabkan anak mudah marah, suka menyendiri, sulit mengungkapkan pendapatnya dan selalu merasa kesepian. Rendahnya *self-esteem* muncul dalam perilaku suka menyakiti diri sendiri secara fisik, frustrasi dan sering muncul perilaku menyimpang, dan menghindari interaksi dengan orang lain.

F. Kesimpulan

Kajian ini menemukan bahwa orang tua yang toxic, baik salah satu atau keduanya menyebabkan perkembangan psikologis anak yang negatif. Praktek orang tua toxic dalam mengasuh anak-anaknya ada berbagai bentuk, ada kalanya memukul, mendominasi, menyakiti atau melecehkan, membandingkan dengan saudaranya sendiri atau dengan orang lain, menunjukkan sikap kurang peduli dan tidak punya empati, mengumbar kejelekan anak, bahkan menyalahkan anak atas trauma yang dialaminya. Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua yang beracun lebih cenderung sulit berkembang citra diri positif mereka yang menyebabkan kurangnya harga diri.

Pola asuh orang tua dapat mempengaruhi *self-esteem* atau harga diri anak. Perasaan harga diri tinggi atau rendah sering kali dimulai sejak masa kanak-kanak. Harga diri adalah pendapat keseluruhan yang dimiliki seseorang tentang diri mereka sendiri bagaimana mereka memandang kemampuan dan nilai mereka, kepercayaan diri mereka, dan rasa aman mereka.

Harga diri mengacu pada karakteristik stabil evaluasi keseluruhan individu dari diri mereka sendiri. Ini adalah aspek kepribadian seseorang yang relatif bertahan lama dan dapat mempengaruhi perasaan, pemikiran, dan perilaku mereka di berbagai situasi. Individu dengan harga diri tinggi cenderung memiliki keyakinan positif tentang diri mereka sendiri, kemampuan, dan harga diri mereka. Individu dengan harga diri tinggi cenderung memiliki fungsi psikologis yang lebih baik secara keseluruhan dan lebih tahan terhadap stres.

Sebaliknya, orang dengan harga diri rendah lebih rentan terhadap depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan mental lainnya. Mereka yang memiliki harga diri rendah seringkali memiliki pandangan negatif terhadap diri mereka sendiri.

Pola asuh toxic parent mempunyai dampak negatif terhadap harga diri anak. Anak-anak yang dibesarkan oleh orangtua toxic akan merasa dirinya tidak berharga dan tidak disayangi dan dicintai, yang membuat mereka menilai dirinya adalah orang yang tidak cukup baik atau tidak layak dan pantas untuk mendapatkan kasih sayang dan perhatian. Anak akan merasa kurang percaya diri, cenderung ragu-ragu dengan kemampuan mereka dan merasa tidak mampu meraih kesuksesan.

Toxic parent adalah orang tua yang memiliki pola asuh yang tidak sehat dan merusak perkembangan anak. Perilaku yang mereka tunjukkan berupa kekerasan fisik, (seperti memukul, mencubit, menampar dan juga kekerasan seksual, emosional, mencaci maki, merendahkan, atau mengintimidasi anak. Perilaku pengasuhan toxic juga mencakup **pengabaian**, gagal memenuhi kebutuhan fisik dan emosional anak, seperti kasih sayang, perhatian, dan dukungan emosional. Selain itu juga orang tua juga mengontrol perilaku anak dengan cara yang berlebihan, mengatur setiap aspek kehidupan anak dan tidak memberikan kesempatan pada anak untuk membuat keputusan sendiri. Orang tua toxic juga bersifat manipulasi.

Hal ini dapat dilihat dari munculnya sikap penolakan terhadap diri, merasa rendah diri, kurang puas terhadap diri sendiri, merasa tidak berharga, tidak berani mencari tantangan baru dalam hidupnya, tidak mampu membangun komunikasi interpersonal yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia.

REFERENSI

- Adimora, D. E., Nwokenna, E. N., Omeje, J. C., & Umeano, E. C. 2015. *Parenting Styles and Attention Deficit Hyperactivity Disorder as Correlates of Academic Adjustment of In School Adolescents in Enugu State, Nigeria. Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 702–708.
- Axpe, I., Rodríguez-Fernández, A., Goñi, E., & Antonio-Agirre, I. (2019). Parental Socialization Styles: The Contribution of Paternal and Maternal Affect/Communication and Strictness to Family Socialization Style. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12), 2204.

- Baumrind, D. 1996. The discipline controversy revisited. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 45(4), 405–14. <https://doi.org/10.2307/585170>
- Blascovich, J., & Tomaka, J. 1993. Measures of Self-Esteem. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes* (3rd ed., pp. 115-160). Ann Arbor: Institute for Social Research. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50008-3>
- Branden, Nathaniel. 1992. *The Power of Self Esteem*. Florida. Health Communications, Inc.
- Coopersmith, S. 1967. *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco. Freeman and Company.
- Garcia, O., & Serra, E. (2019). Raising Children with Poor School Performance: Parenting Journal of Environmental Research and Public Health, 16(7), 1089.
- Dunham, Dermer, and Carlson, 2011. *Poisonous Parenting: Toxic Relationship Between Parents and Their Adult* New York.
- Fidrayani. 2023. *Investigating the relationship between toxic parents and self-esteem in elementary school students*. Journal of Integrated Elementary Education. Volume 3, Number 2, September 2023, 164-171.
- Forward S. & Buck C., 1989. *Toxic Parents: Over Coming Their Hurtful Legacy and Reclaiming Your Life*. New York: Bantam Books.
- Ghufron, M.N & Risnawita, S.R. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta. Ar-ruz Media Group.
- Hardiyanti Pratiwi, Ikta Yarliani, Murniyanti Ismail, dkk., *Assessing the Toxic Levels in Parenting Behavior and Coping Strategies Implemented During the COVID-19 Pandemic*, JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini, 14.2 (2020), 231–246.
- Indrawati E. S., Darosy Endah Hyoscyamina, Novi Qonitatin, Zaenal Abidin, *Profil Keluarga Disfungsional Pada Penyandang Masalah Sosial di Kota Semarang*. Jurnal Psikologi Vol.13 No.2 Oktober 2014, 120-132.
- Iskandar, Ditha Savitri. 2021. *Dampak Pola Asuh Toxic Parents Dalam Pembentukan Identitas Remaja; Studi Pada Remaja di Kabupaten Bogor*. Undergraduate Thesis, Dept of Sociology Education, Faculty of Social Sciences Education, University of Education Indonesia.
- Jinan, N., Mohmed Yusof, N. A. M., Vellasamy, V., Ahmad, A., Bin Abdul Rahman, M. N., & Motevalli, S. (2022). Review of Parenting Styles and Their Impact on The Adolescents' Self-Esteem. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 11(2), 31– 47. <https://doi.org/10.6007/ijarped/v11-i2/12202>
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. 1983. Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of Child Psychology*,

- Martinez, I., Garcia, F., Veiga, F., Garcia, O. F., Rodrigues, Y., & Serra, E. 2020. Parenting
- Martínez, I., & García, J. F. (2008). Internalization of values and self-esteem among Brazilian teenagers from authoritative, indulgent, authoritarian, and neglectful homes. *Adolescence*, 43(169), 13–29.
- Martínez, I., Murgui, S., Garcia, O. F., & Garcia, F. (2019). Parenting in the digital era: Protective and risk parenting styles for traditional bullying and cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 90, 84–92.
- Oktariani, Dampak Toxic parents dalam Kesehatan Mental Anak, *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, (2021), 215–222.
- Rosenberg, M. 1965. *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton. New Jersey: Princeton University Press.
- Siyi Kou. 2022. *The Relationship between Parenting Style and Self-Esteem in Adolescents*. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*. Volume 5.
- Sunarty, Kustiah. 2015. *Pola Asuh Orang Tua Dan Kemandirian Anak*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika.
- Zakeri, H., & Karimpour, M. (2011). Parenting styles and self-esteem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29(2010), 758–761. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.201111.302>.