

TOXIC PARENTS PADA PEREMPUAN YANG MENGALAMI GANGGUAN MENTAL

Oleh:

Rahmah Maulida¹

Suwarti²

Dyah Astorini Wulandari³

Itsna Nurrahma Mildaeni⁴

ABSTRACT

Toxic parents refers to parental behavior towards children that is inappropriate, leading to undue pressure on the child. Women with toxic parents often feel the absence of proper parenting. Physical and emotional abuse, excessive criticism, control, and parent manipulation to child can cause these women to experience mental disorders. This research aims to examine the toxic parents in women with mental disorders using a qualitative research method, phenomenological approach, and interpretative phenomenological analysis data analysis. The data collection technique used was semi-structured interviews with three participants. The credibility used in this research is source triangulation. This study found three findings: unhealthy relationships, irresponsible parents, and negative parental attitudes. These findings were derived from dimensions of toxic parents: control and manipulation, excessive criticism and judgment, emotional and physical violence, lack of emotional support, and emotional instability. Participant RB experienced toxic parenting through a lack of parental affection, physical and emotional abuse, and coercion, which led to depression and bipolar disorder. Participant DL experienced toxic parenting without love, never receiving appreciation, and having harsh parents, leading to bipolar disorder. Participant NR experienced toxic parenting due to a lack of parental love, a father's irresponsibility and role, and a mother's coercion, resulting in an anxiety disorder.

Keywords: Mental Disorders; Women; Toxic Parents.

ABSTRAK

Toxic parents merupakan perilaku orang tua kepada anak yang tidak sesuai sehingga membuat anak merasakan tekanan yang berlebihan. Perempuan yang memiliki toxic parents akan merasakan tidak adanya pola asuh yang sesuai. Adanya kekerasan fisik, emosional, kritik yang berlebih, pengendalian orang tua terhadap anak dapat menyebabkan anak perempuan mengalami gangguan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji toxic parents pada perempuan yang mengalami gangguan mental dengan menggunakan metode penelitian kualitatif, pendekatan fenomenologis dan analisis data interpretative phenomenological analysis. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur pada tiga partisipan. Kredibilitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi sumber. Pada penelitian ini ditemukan tiga temuan yaitu hubungan tidak sehat, orang tua yang tidak bertanggungjawab, dan sikap negatif orang tua. Ketiga temuan tersebut didapatkan dari dimensi-dimensi toxic parents yaitu, pengendalian dan manipulasi, kritik dan penghakiman yang berlebihan, kekerasan emosional dan fisik, tidak menyediakan dukungan emosional, dan ketidakstabilan emosi. Pada partisipan RB ditemukan toxic parents menyebabkan depresi dan bipolar, partisipan DL mengalami bipolar dan partisipan NR mengalami anxiety disorder.

Kata kunci: Gangguan Mental; Perempuan; Toxic Parents.

¹ Rahmah Maulida, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, rahmahmaul99@gmail.com

² Suwarti, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, suwartidarman@gmail.com

³ Dyah Astorini Wulandari, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, rinirifki@gmail.com

⁴ Itsna Nurrahma Mildaeni, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, itsnanurrahmamildaeni@ump.ac.id

Iklim keluarga yang harmonis dapat dibangun melalui rasa saling menghormati, menerima, menghargai, mempercayai, serta saling mencintai dalam keluarga. Individu dalam lingkungan keluarga dapat menjalankan perannya dengan penuh kematangan sikap serta dapat menciptakan suatu kepuasan batin dengan tujuan terbentuknya keluarga yang bahagia (Varadhila et al., 2020). Keluarga merupakan sebuah rumah tangga yang memiliki hubungan darah maupun perkawinan. Keluarga menyediakan terbentuknya fungsi-fungsi instrumental dasar dan fungsi-fungsi ekspresif keluarga bagi para anggotanya yang berada dalam suatu jaringan (Saskara & Ulio, 2020).

Menurut Ifdil (2020) keluarga berkewajiban untuk menjaga kesejahteraan anggota keluarganya, baik dari segi materi maupun dari segi psikologisnya. Makna mengasuh sendiri memiliki arti menjaga, merawat, mendidik, membimbing. Pada hakikatnya “keluarga merupakan tempat pertama bagi anak untuk memperoleh pembinaan baik mental maupun pembentukan kepribadian” (Sobur, 1991).

Menurut Gunarsa (2000) pola asuh adalah cara yang diterapkan oleh seorang pendidik untuk memberikan didikan kepada anak meliputi, cara seorang pendidik memperlakukan anak, dalam hal ini yang disebut sebagai pendidik ialah orang tua maupun wali. Perilaku pola asuh orang tua dapat dikenali dari perbuatan, perkataan yang diucapkan terhadap anaknya, contohnya orang tua yang selalu melindungi, mengatur, mengkritik, mengabaikan, menentang, memerintah, memarahi, menuntut, tidak membiarkan anak bersikap mandiri dalam memenuhi kebutuhannya, yang kemudian menjadikan anak selalu mengalami ketergantungan kepada orang tua dan tidak bersikap mandiri.

Pola asuh yang diberikan orang tua kepada anak akan mempengaruhi masalah yang dihadapi oleh anak, hal ini merupakan hal yang paling berpengaruh dari pola asuh pada tumbuh dan kembang anak ialah intensitas serta kualitas yang dimiliki oleh orang tua dalam mengasuh anak. Kemampuan orang tua memberi perhatian, kehangatan, apresiasi kepada anak, pemberian pendidikan untuk anak dan orang tua yang menanamkan nilai-nilai moral dapat ditinjau untuk melihat bagaimana penerapan pola asuh yang di terapkan pada keluarga tertentu (Makagingge et al., 2019). Menurut penjelasan Ulfadhilah (2021) peran orang tua sangat penting untuk mengembangkan karakter anak, selain itu juga terdapat pola asuh yang menjadi pengaruh besar terhadap eksistensi anak. Namun orang tua yang *toxic* kurang memperhatikan pertumbuhan anak.

Anak sangat membutuhkan peran orang tua untuk mendapatkan masa depan yang lebih baik. Apabila pola asuh yang diberikan oleh orang tua bertentangan dengan kebutuhan maupun kemampuan anak maka akan membuat anak merasa terasingkan, terkekang serta merasa orang tua terlalu mengatur kehidupan pribadinya (Saskara & Ulio, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Saskara dkk, (2020) dengan judul peran komunikasi keluarga dalam mengatasi “*Toxic Parents*” bagi kesehatan mental anak, didapatkan hasil penelitian bahwa *toxic parents* sangat berpengaruh besar pada tumbuh kembang dan kesehatan mental anak

Kesehatan psikologis anak dipengaruhi oleh faktor pola asuh, lingkungan, perhatian dari orang tua, cara orang tua memberikan kasih sayang dan berkomunikasi. Orang tua perlu memperhatikan faktor-faktor tersebut karena dapat mempengaruhi kesehatan mental anak sejak kecil. Selain faktor tersebut, faktor lain yang menjadi pengaruh Kesehatan mental adalah trauma yang dialami oleh anak, trauma tersebut bisa disebabkan karena anak memiliki *toxic parents*. Anak yang memiliki masalah dalam keluarganya dapat membuat anak menjadi pribadi yang tertutup sehingga hal ini menjadi masalah yang cukup serius berkaitan dengan perhatian dari orang tua (Saskara & Ulio, 2020).

Pola asuh yang dilakukan oleh orang tua merupakan bentuk didikan, bimbingan, dan mendisiplinkan dan menjaga anak sampai dewasa sesuai dengan norma aturan yang berlaku di

masyarakat. Pola asuh yang diberikan orang tua kepada anak sangat memberikan pengaruh kepada perilaku dan kepribadian anak secara keseluruhan (Devita, 2020).

Pada perjalanan kehidupan individu terdapat berbagai macam hambatan perkembangan. Banyak konflik dan permasalahan yang akan mulai muncul serta harus dilalui. Seseorang yang mampu menjalani berbagai permasalahan pada setiap tahapan kehidupan yang sebelumnya, biasanya akan mampu menjalani tahapan kehidupan yang berikutnya, karena individu tersebut dianggap mampu menyelesaikan tugas perkembangan dan sekaligus mampu menghadapi hambatan dalam tugas-tugas perkembangan. Proses perkembangan melibatkan pembelajaran emosional dari pengalaman yang buruk maupun baik, hal ini akan menjadi bagian dari proses pembelajaran pada tahap perkembangan (Nelson et al., 2014). Setiap manusia sejatinya akan menjalani perkembangan kehidupannya masing-masing baik laki-laki maupun perempuan.

Perempuan harus dapat menyelesaikan tugas perkembangan, hal itu karena apabila perempuan menyelesaikannya dengan baik maka dapat menimbulkan perasaan bahagia dan mengarahkan keberhasilan (Widiyawati & Dewi, 2018). Dalam proses perkembangan diperlukan kesehatan mental, namun orang tua sering tidak menyadari pentingnya kesehatan mental pada anak. Kesehatan mental perlu dikembangkan sejak bayi dan balita agar anak memiliki kemampuan menghadapi situasi dan membantu anak tumbuh (Oktariani, 2021).

Perempuan cenderung lebih rentan mengalami gangguan mental dibandingkan dengan laki-laki, hal ini sesuai dengan data Riskesdas pada tahun 2007 dengan presentasi perbandingan 2:1. Data lain menunjukkan 47,5% perempuan memiliki resiko terkena gangguan kesehatan mental dibanding dengan laki-laki, data ini didapatkan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh *Homewood Health United Kingdom* (Suwijik & A'yun, 2022). Menurut Butcher, Hooley, & Mineka, (dalam Nazneen, 2018) menyatakan bahwa ketika mengalami masalah maupun perasaan emosi seorang perempuan lebih banyak merenung karena memikirkan mengapa hal tersebut bisa dialaminya dan mengapa merasakan depresi. Hal ini berbeda dengan laki-laki, ketika dihadapkan dengan masalah laki-laki cenderung mengalihkan pikiran tersebut ke hal lain seperti menonton film, melakukan olahraga atau meminum minuman beralkohol.

American Psychiatric Association (Hakim, 2021) mendefinisikan tentang gangguan jiwa sebagai pola psikologis/perilaku secara klinis terjadi pada individu berkaitan dengan stress maupun kerusakan pada area penting. Hal ini juga dibarengi dengan adanya resiko kematian atau kehilangan kebebasan. Perempuan yang memiliki gangguan mental memiliki ciri-ciri merasakan kesedihan yang berkepanjangan, tidak semangat dan cenderung malas dalam melakukan aktivitas, sering marah tanpa sebab, sering menyendiri, tidak mengenali orang, bicara kacau atau tidak jelas, bicara sendiri atau melantur, tidak mampu merawat diri, tidak peduli dengan penampilan (Sugiharto et al., 2012)

Kesehatan mental dapat disebabkan adanya peristiwa dalam hidup, salah satunya ialah *toxic parenting* yang dilakukan oleh *toxic parents*. Hal ini memberi dampak besar bagi kepribadian dan perilaku seseorang (Oktariani, 2021). Menurut Dunham et al., (2011) *poisonous parents* atau *toxic parents* merupakan pola asuh orang tua yang memiliki gaya interaksi serta cara pengajaran tentang kehidupan yang dapat merusak kemampuan anak untuk membentuk hubungan yang sehat dengan anggota keluarga, teman, kekasih, dan keturunannya.

Menurut Berliana et al., (2022) *toxic parents* merupakan gambaran perilaku pola asuh orang tua yang melakukan kekerasan fisik dan psikis pada anak hingga membuat psikologis dan Kesehatan mental anak terganggu. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Carelina &

Suherman (2020) orang tua yang toxic memiliki ciri-ciri tidak menunjukkan kepedulian kepada anak, sering membandingkan anak dengan orang lain dan membuat anak trauma.

Pola asuh *toxic* memiliki perbedaan dengan pola asuh otoriter. Pola asuh otoriter ialah model pengasuhan dari orang tua yang bersifat membatasi, menghukum, serta menuntut anak untuk sesuai dengan keinginan orang tua. Pola asuh ini tidak memiliki kehangatan dan kebebasan dalam berpendapat (Putu dkk, 2016). Sedangkan pola asuh *toxic parents* ialah pola asuh dimana orang tua tidak menghormati anak dan bersikap seenaknya kepada anak. Orang tua dapat melakukan kekerasan bahkan membuat anak mengalami gangguan mental (Bun et al., 2020).

Menurut Kusumawardhani, (dalam Oktariani, 2021), orang tua yang *toxic* tidak memiliki kemampuan dalam pemenuhan kebutuhan anak. Umumnya orang tua menganggap bahwa kebutuhan anak hanya sebatas makan, minum rumah maupun sekolah. Orang tua seringkali tidak berfikir bahwa bahkan seorang anak juga membutuhkan kebutuhan emosional, misalnya hubungan yang dekat dan hangat dengan orang tua dan dapat mengobrol dari hati ke hati dengan orang tua. Anak sangat membutuhkan peran orang tua untuk mendapatkan masa depan yang lebih baik.

Prof. Drs. Subandi, M.A, Ph.D., yang merupakan pakar psikiatri mengungkapkan bahwa masalah gangguan kesehatan mental mempunyai dimensi yang kompleks, hal ini tidak hanya terkait dengan masalah medis maupun psikologis, namun juga berkaitan dengan dimensi sosial budaya, spiritual bahkan religious (Matta, 2016). Individu yang tidak mengalami gangguan mental akan dapat menyadari potensi-potensi yang ada dalam diri mereka, mengatasi tekanan hidup, produktif dan berperan dalam masyarakat. Kita tidak dapat meremehkan gangguan Kesehatan mental, hal ini karena jumlah kasus gangguan mental berada dalam taraf yang mengkhawatirkan (Radiani, 2019).

Apabila pola asuh yang diberikan oleh orang tua bertentangan dengan kebutuhan maupun kemampuan anak maka akan membuat anak merasa terasingkan, terkekang serta merasa orang tua terlalu mengatur kehidupan pribadinya. Sehingga orang tua perlu memberikan perhatian terhadap topik yang akan dibahas dengan anak disesuaikan dengan waktu dan takaran yang seperlunya. Orang tua juga tidak diperbolehkan untuk membandingkan kemampuan yang dimiliki anak dengan kemampuan orang lain sekalipun itu saudara, sepupu bahkan anak tetangga yang sebaya (Saskara & Ulio, 2020).

Gangguan mental dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya faktor biologis, faktor psikologis dan faktor sosiokultural. (Stuart, 2009). Hal ini tentu menarik untuk diketahui bagaimana perilaku *toxic parents* yang dialami oleh anak perempuan. Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana *toxic parents* pada Perempuan yang mengalami gangguan mental disebabkan oleh perilaku *toxic* tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, yaitu dengan melihat kasus atau peristiwa yang sebenarnya terjadi. Variabel *toxic parents* dipilih sebagai variabel penelitian yang ingin diteliti secara mendalam. Teknik analisis data yang digunakan ialah *interpretative phenomenological analysis*.

Partisipan

Tabel 1. Profil Partisipan

No	Nama (Inisial)	Usia	Alamat	Toxic Parents sejak	Diagnosa
1	RB	3 Tahun	Purwokerto	Dalam	Depresi dan

2	DL	1 Tahun	Ciamis	Kandungan Dalam Kandungan	bipolar Bipolar
3	NR	2 Tahun	Purwokerto	Dalam Kandungan	Anxiety

Partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 3 orang, terdiri dari RB (43 tahun), DL (21 tahun), NR (42 tahun). Subjek dipilih menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria yang digunakan ialah berjenis kelamin perempuan yang mengalami gangguan mental disebabkan perilaku *toxic parents*.

Instrument penelitian

Metode pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur dengan pedoman wawancara yang dibuat berdasarkan dimensi-dimensi *toxic parents* menurut Forward. S (2020) yang terdiri dari pengendalian dan manipulasi, kritik dan penghakiman yang berlebihan, kekerasan emosional atau fisik, tidak menyediakan dukungan emosional, dan ketidakstabilan emosi. Wawancara merupakan percakapan berupa tanya jawab yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan (Widodo, 2006). Partisipan dalam penelitian dapat menjawab dengan bebas seluruh pertanyaan yang diajukan oleh peneliti dan peneliti dapat menanyakan hal-hal di luar guide yang telah dibuat mengikuti jawaban yang disampaikan oleh partisipan, oleh karena itu penelitian ini disebut sebagai wawancara semi terstruktur.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan dari proses wawancara dengan ketiga partisipan, didapatkan tema-tema temuan penelitian yang dikemudian digolongkan sesuai dengan kemiripan yang dimiliki. Beberapa temuan tema yang menjadi inti dari perilaku *toxic parents* yang menyebabkan gangguan mental pada anak perempuan dapat dipaparkan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 2. Hasil Penelitian

No	Partisipan RB	Partisipan DL	Partisipan NR	Tema Umum
1	Tidak pernah merasakan kasih sayang dan merasa tidak adil	Tidak merasakan adanya kasih sayang ayah,	Haus akan kasih sayang ayah	Hubungan tidak sehat
2	Ayah tidak mau bekerja sehingga tidak menafkahi, orang tua sering melakukan kekerasan fisik dan emosional	Ayah selingkuh dan tidak pernah memberikan apresiasi pada partisipan	Ayah tidak pernah memberikan nafkah selama ibunya hamil	Tidak bertanggungjawab
3	Orang tua sering memaksa dalam hal pendidikan serta pasangan	Orang tua yang bersikap kasar	Ibu memaksa agar partisipan tidak jauh dari ibunya	Sikap negatif orang tua

Hubungan tidak sehat

Partisipan dengan orang tua memiliki hubungan yang tidak sehat, ditandai dengan partisipan yang tidak merasakan kasih sayang dari orang tua sehingga menyebabkan partisipan mengalami kehampaan dalam dirinya. Para partisipan merasa haus akan kasih sayang dari orang tua dengan menginginkan kedekatan yang lebih intens dengan orang tua. Interaksi antara anak dan orang tua yang jarang terjalin membuat hal-hal yang seharusnya anak rasakan menjadi tidak dapat dirasakan oleh anak, sehingga rasa nyaman dan peran orang tua tidak dirasakan oleh anak dalam kehidupannya.

“Banget, banget parahnya, mempengaruhi banget. Sampai ya itu tadi ngrasa buat apa si hidup kaya gini terus ngga pernah dapet kasih sayang” (RB)

Hubungan yang tidak antara orang tua dan anak sangat berpengaruh untuk semangat hidup anak, hal ini karena anak yang disayang oleh orang tua akan merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Namun apabila anak tidak merasa disayang oleh orang tua maka hal tersebut tidak dapat dirasakan.

“Pokoknya tuh aku jadi anak tengah, pas berantem sama kaka kadang aku disuruh udah adenyanya ngalah. Giliran aku berantem sama ade, aku dibilangin harusnya kakaknya dong ngalah digitu-gitu segala macam, itu kadang yang buat aku iri” (DL)

“Iya betul itu, jadi bu Nani haus akan kasih sayang seorang bapak” (NR)

Hubungan orang tua dan anak yang tidak sehat juga ditunjukkan dengan sikap orang tua yang tidak memberikan kasih sayang kepada anak-anaknya dengan takaran yang sama antara satu dan lainnya. Hubungan yang tidak sehat antara orang tua dan anak membuat banyak kerugian bagi anak.

Tidak bertanggungjawab

Orang tua partisipan tidak melakukan kewajibannya sebagai seorang ayah dan ibu bagi anak, sikap yang ditampilkan oleh orang tua berbanding terbalik dengan kewajiban yang seharusnya diberikan. Ayah partisipan RB tidak melakukan kewajibannya dalam memberi nafkah kepada keluarga dengan menolak untuk bekerja.

“mama saya itu tulang punggung keluarga karena bapak saya tidak bekerja, tidak mau bekerja menafkahi keluarganya” (RB)

Orang tua yang tidak bertanggung secara ekonomi kepada anak maupun ibu akan menimbulkan perasaan tidak dihargai oleh anak, anak akan merasa bahwa orang tua tidak dapat berperan sebagaimana mestinya sebagai orang tua. Memenuhi kebutuhan anak secara ekonomi menjadi salah satu hal dasar yang harus diberikan oleh ayah kepada keluarga terutamanya anak dan istri. Saat ayah tidak mampu bertanggungjawab untuk memenuhi kebutuhan anak dan bersikap semana-mena maka martabat sebagai seorang ayah akan sangat dipertanyakan.

“Iya mba, jadi aku ngrasa ngga adil gitu, adekku dengan mudahnya minta ini minta itu langsung dibeliin sedangkan aku pengen crayon harga 17.000 mikir aku mba, karena tau pasti ngga dibeliin. Aku juga suka mikir apa yang ngga adil, mereka ngga sayang sama aku.” (DL)

Orang tua tidak menunjukkan sikap tanggung jawab dalam pemenuhan kebutuhan anak secara adil, hal ini menimbulkan kecemburuan antara anak. Hal ini akan sangat berdampak pada psikologis anak karena anak akan merasa orang tua membedakan anaknya.

Orang tua partisipan tidak bertanggungjawab dalam memberikan perasaan aman kepada anak, orang tua melakukan kekerasan secara fisik dengan mencubit bahkan memukul anak, selain kekerasan fisik, kekerasan psikis.

“Jadi ya mba, selama ibu saya mengandung saya, bapak saya tidak menafkahi ibu saya, dan bahkan saya lahir bapak ngga mau nungguin ibu lebih memilih istri ketiganya” (NR)

Perilaku orang tua yang tidak bertanggungjawab juga nampak dari tidak dilaksanakannya kewajiban pemenuhan kebutuhan psikologis pada istri dan anak. Ayah tidak melakukan kewajibannya untuk menemani istri yang sedang melahirkan.

Sikap negatif orang tua

Sikap yang ditampilkan oleh orang tua kepada anak seharusnya berbentuk positif, seperti bersikap lembut, memberi apresiasi kepada anak, memuji pencapaian yang telah anak lakukan, menyanyangi dan memperlakukan anak selayaknya seseorang yang berharga. Namun pada kenyataannya sikap yang ditampilkan oleh orang tua partisipan berbentuk pemaksaan, Ketiga partisipan mendapatkan sikap negative dari orang tua.

“Contoh konkretnya yang pertama sedari bu Ribka SD sampai SMU sudah dituntut untuk mendapatkan nilai yang bagus, setelah lulus SMU bu Ribka harus mengikuti kemauan bapak agar kuliah di UI tapi kan kemampuan bu Ribka ngga mampu, itu bentuk pengendaliannya. Sampai tadi, menikahpun jodohnya maunya bapak yang menentukan dengan siapanya” (RB)

Perilaku memaksa yang ditunjukkan oleh orang tua membuat partisipan merasa tertekan, tidak memiliki kebebasan sehingga tersimpan rasa ingin memberontak dalam diri anak. Partisipan.

“Jadi kalo pola asuhnya papah sama mamahku itu, kalo papah aku ngga pernah merasakan menemukan kebahagiaan adanya sosok ayah walaupun papahku ada tapi dia itu orangnya kasar banget, dia juga ternyata selingkuh sama wanita lain” (DL)

Sikap orang tua yang kasar menjadi salah bentuk dari sikap negatif orang tua, hal ini dikarenakan orang tua tidak menjaga tapi justru memperlakukan anak dengan kasar.

“Kalo ibuku si ya mba, mendukung cuma ya itu tadi ngga boleh jauh dari ibu, itu si jane yang jadi beban buat aku” (NR)

Orang tua yang melakukan pemaksaan kepada anak merupakan salah satu bentuk sikap negatif. Anak seharusnya diberikan kebebasan dalam memilih sesuai dengan keinginannya. Anak-anak perlu menjalani kehidupan sesuai dengan kemauannya agar kehidupan yang dijalani dapat berlangsung dengan bahagia.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran secara utuh bagaimana perilaku *toxic parents* berdasarkan perspektif individu yang mengalaminya secara langsung mengenai perilaku *toxic parents* yang dialami oleh anak Perempuan yang menyebabkan terjadinya gangguan mental pada anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *toxic parents* yang dilakukan oleh orang tua menunjukkan banyak negative bagi anak. Perempuan mengalami gangguan mental karena perilaku *toxic parents* yang menyebabkan perempuan tidak memiliki kebebasan dalam hidupnya, mendapatkan perilaku kasar secara emosional maupun fisik dari orang tua, tidak mendapatkan dukungan dan adanya sikap manipulasi, memaksa, dan mengendalikan kehidupan anak.

Toxic parents adalah perilaku orang tua kepada anak yang tidak sesuai dengan semestinya sehingga membuat anak merasakan tekanan yang berlebihan dari orang tua. Pola asuh yang diberikan kepada anak terlihat dari sikap atau perbuatan orang tua kepada anak dan juga perkataan yang dilontarkan kepada anak. Sebagai orang tua hendaknya memberikan kenyamanan dan kasih sayang penuh kepada anak, memberikan kebebasan dan nasehat yang dapat membuat anak merasa terdukung dan termotivasi.

Ketiga partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan persepsi perilaku *toxic parents*, hal ini dibuktikan dengan terpenuhinya kelima dimensi *toxic parents*. Pada dimensi pengendalian dan manipulasi, partisipan RB dan DL ditunjukkan dengan orang tua yang mengendalikan pilihan sekolah dan terkesan melakukan pemaksaan kehendak. Bahkan pada partisipan RB, dimensi ini terlihat dari ayah RB yang memaksakan kehendak terhadap pasangan hidupnya. Pada partisipan NR pengendalian nampak dari ibu yang memaksa agar NR tidak berada jauh dari ibunya.

Dimensi kritik dan penghakiman yang berlebihan juga ditemukan pada ketiga partisipan. Partisipan RB, DL, dan NR mendapatkan kritik dari ayah dan ibu mengenai bentuk tubuh dan pencapaian yang mereka dapatkan. Partisipan RB mendapat kritik karena tidak berkuliah di UI, tidak mendapat juara 1 walaupun sudah masuk ke dalam lima besar, tidak menjadi jaksa maupun hakim. Pada partisipan DL dan NR orang tua memberikan kritik yang berlebihan hingga membuat DL sakit hati, kritik yang biasa dilontarkan berhubungan dengan badan partisipan yang gendut dan gemar makan.

Dimensi kekerasan emosional dan fisik ditemukan pada partisipan. pada partisipan RB dimensi ini ditemukan dengan adanya perilaku orang tua yang kasar, mencubit hingga memukul, kekerasan emosional ditunjukkan dengan orang tua yang berkata kasar. Pada partisipan DL dimensi ini ditemukan dari perilaku orang tua yang menekan tangan partisipan hingga berwarna biru, dari sisi emosional ini ditemukan dari orang tua yang suka menyindir.

Dimensi tidak menyediakan dukungan emosional ditemukan pada pernyataan ketiga partisipan yang mengatakan bahwa orang tua tidak memberikan dukungan emosional kepada anak. Partisipan DL mengatakan bahwa orang tua sering tidak memberikan dukungan emosional dengan tidak pernah mengapresiasi keberhasilan yang dilakukan oleh DL. Partisipan DN dan NR mengatakan bahwa dirinya sama sekali tidak mendapat dukungan emosional dari ayah sehingga membuat NR merasa kecewa.

Dimensi ketidakstabilan emosi ditemukan pada ketiga partisipan, menurut ketiga partisipan yaitu RB, DL, dan NR orang tua memiliki emosi yang tidak stabil sehingga mudah marah kepada anak.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, persepsi *toxic parents* didapatkan dari partisipan yang memiliki orang tua dengan perilaku *toxic*. Hal ini dapat dilihat dari dimensi

toxic parents yang terpenuhi yaitu pengendalian dan manipulasi, kritik dan penghakiman yang berlebihan, kekerasan emosional dan fisik, tidak menyediakan dukungan emosional, ketidakstabilan emosi. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dan analisis data yang telah dilakukan sudah merepresentasikan dari dimensi-dimensi *toxic parents*.

Perilaku orang tua yang *toxic* membuat ketiga partisipan mengalami gangguan mental, berdasarkan penelitian ini didapatkan hasil bahwa setelah mengalami berbagai hal dalam hidupnya partisipan RB mengalami *bipolar* dan depresi karena semasa kecil tidak mendapatkan sentuhan, pelukan dan pujian dari orang tua, partisipan DL mengalami *bipolar*, partisipan NR *anxiety*. Diagnosa gangguan mental tersebut berasal dari psikolog dan psikiater yang telah ditemui oleh partisipan.

Gangguan mental dialami oleh partisipan akibat dari perilaku *toxic parents* tidak dapat dibiarkan. Seperti gangguan kecemasan (*anxiety*) dimana individu yang mengalami keadaan emosional yang negatif, hal ini ditandai dengan timbulnya firasat dan ketegangan seperti jantung berdetak kencang, tubuh berkeringat dan mengalami sulit bernafas (Annisa & Ifdil, 2016).

Menurut (Widianti et al., 2021) gangguan mental bipolar adalah bentuk gangguan pada suasana hati yang menyebabkan suasana hati berubah-ubah secara ekstrem pada individu yang mengalaminya. Sedangkan depresi merupakan gangguan mental yang ditandai dengan adanya perasaan depresi, individu kehilangan ketertarikan atau kegemaran, menurunnya energi, perasaan bersalah atau rendah diri, mengalami gangguan tidur dan makan serta mengalami kelelahan dan kurang konsentrasi (Endriyani et al., 2022).

Segala sesuatu yang terjadi dalam hidup manusia akan mempengaruhi keluarga, begitupun sebaliknya. Keluarga yang sehat selalu menjadi dambaan semua orang, terdapat beberapa ciri yang menunjukkan keluarga sehat, hal itu dapat dilihat dari orang tua yang menyediakan perasaan memiliki dan keamanan bagi anak, adanya komunikasi, kepastian semua anggota keluarga merasa berharga, dihargai, dihormati dan percaya diri, tetapi, dalam keluarga *toxic*, hal-hal tersebut tidak ada (Oktariani, 2021).

Perilaku *toxic parents* yang rutin terjadi dapat menimbulkan akibat yang negatif untuk kehidupan anak nantinya (Oktariani, 2021). Efek negatif tersebut juga didapatkan dalam penelitian ini seperti timbulnya perasaan negatif. Dampak ini membuat terganggunya kehidupan dan menimbulkan ketidaknyamanan bagi partisipan. Pada partisipan RB dampak *toxic parents* ini menimbulkan perasaan tidak bahagia, melukai diri sendiri, membangkang dengan menikah tanpa izin orang tua hingga membuat RB juga berlaku *toxic* kepada anak.

Pada partisipan DL *toxic parents* menimbulkan perasaan iri kepada adik yang lebih disayang, melampiaskan emosi dengan merokok hingga dua bungkus sehari karena dianggap menenangkan. Pada partisipan NR menimbulkan sikap penuntut kepada anak. Ketiga partisipan sama-sama merasakan tidak mendapatkan kasih sayang terutama dari ayah, hal ini menimbulkan hubungan yang tidak harmonis dengan keluarga.

Perilaku *toxic* yang diberikan ke anak bukanlah hal yang sepele, hal ini dapat memberikan dampak yang besar hingga pada Kesehatan mental anak. Kesehatan mental tidak selalu dapat dijaga oleh inidvidu itu sendiri, tapi juga menjadi tanggung jawab keluarga. Apabila keluarga berperilaku tidak baik "*toxic*" kepada anak hal ini akan membuat anak mengalami gangguan mental dimasa mendatang.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh persepsi *toxic parents* pada perempuan yang

mengalami gangguan mental. Dari analisis data yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa persepsi *toxic parents* yaitu adanya hubungan tidak sehat, orang tua yang tidak bertanggungjawab, dan sikap negatif orang tua. Temuan penelitian ini didapatkan dari dimensi-dimensi *toxic parents* yaitu, pengendalian dan manipulasi, kritik dan penghakiman yang berlebihan, kekerasan emosional dan fisik, tidak menyediakan dukungan emosional, dan ketidakstabilan emosi. Hasil analisis data yang dilakukan telah sesuai untuk menggambarkan perilaku *toxic parents* pada perempuan.

Ketiga partisipan menunjukkan persepsi perilaku *toxic parents* yang dialami oleh perempuan menyebabkan terjadinya gangguan mental. Pada dimensi pengendalian dan manipulasi didapatkan data bahwa orang tua melakukan pengendalian pada hidup anak dalam memilih sekolah dan jodoh. Pada dimensi kritik dan penghakiman yang berlebihan ditunjukkan dengan perilaku orang tua yang memberikan kritik kepada anak secara berlebihan mengenai tubuh anak. Pada dimensi kekerasan emosional dan fisik ditunjukkan dengan adanya sikap orang tua yang melakukan kekerasan fisik seperti memukul dan pada mellontarkan perkataan yang menyakiti perasaan partisipan.

Pada dimensi tidak menyediakan dukungan emosional didapatkan hasil bahwa orang tua memberikan apresiasi terhadap keberhasilan anak, orang tua tidak memberikan pujian atau semangat pada anak. Pada dimensi ketidakstabilan emosi ditunjukkan dengan emosi orang tua yang tidak stabil sehingga mudah marah.

Saran

Pada peneliti ini peneliti memiliki berbagai keterbatasan dan juga kekurangan dalam prosesnya. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam responden yang bersedia untuk diwawancara, hal ini karena memang masih sangat sensitifnya hal yang akan dibahas dalam penelitian. Penelitian ini dilakukan pada responden dengan usia yang berbeda sehingga menghasilkan perbedaan perspektif dalam menanggapi hal yang dialaminya dan dalam menjawab pertanyaan. Penelitian ini membutuhkan pengambilan data yang rinci agar hasil yang didapatkan dalam proses penelitian dapat mendalam. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan memilih jenis gangguan mental yang lebih spesifik sehingga hasil yang diperoleh bisa lebih spesifik pula.

Kepustakaan

- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Berliana, S., Claretta, D., & Arviani, H. (2022). Toxic parents pada podcast. *Kinesik*, 9(2), 143–153.
- Bun, Y., Taib, B., & Mufidatul Ummah, D. (2020). Analisis pola asuh otoriter orang tua terhadap perkembangan moral anak. *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 2(1), 128–137. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.2090>
- Carelina, S., & Suherman, M. (2020). Makna toxic parents di kalangan remaja kabaret SMAN 10 Bandung. *Prosiding Hubungan Masyarakat*, 6(2), 381–384.
- Devita, Y. (2020). Hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 503. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.967>
- Dunham, S. M. , D. S. B. , & Carlson, J. (2011). Poisonous parenting: Toxic relation ships

- between parents and their adult children. *Poisonous parenting: Toxic relation ships between parents and their adult children*. Routledge/Taylor & Francis Group.
- Endriyani, S., Lestari, R. D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). Gangguan mental emosional dan depresi pada remaja. *Healthcare Nursing Journal*, 2(4), 4787–4794. <https://www.bajangjournal.com/index.php/J-ABDI/article/view/3641/2684>
- Forward, S., & Buck, C. (2002). *Toxic parents: over coming their hurt ful legacy and reclaiming your life* (Forward, Ed.)
- Gunarsa, Y. S. D. (2000). *Asas-asas psikologi keluarga idaman*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Hakim, F. F. (2021). Dampak keberadaan penderita gangguan jiwa terhadap ketahanan wilayah Kabupaten Jombang. *Sospol: Jurnal Sosial Politik*, 7(2), 202–211.
- Ifdil, I., Sari, I. P., & Putri, V. N. (2020). Psychological well-being remaja dari keluarga brokenhome. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(1), 35. <https://doi.org/10.23916/08591011>
- Makagingge, M., Karmila, M., & Chandra, A. (2019). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perilaku sosial anak (studi kasus pada anak usia 3-4 tahun di KBI AL Madina Sampangan tahun ajaran 2017-2018). *YaaBunayya Jurnal Anak Pendidikan Usia Dini*, 3(1). 115-112. <https://doi.org/10.24853/yby.3.2.16-122>
- Matta, A. (2016). Kesehatan mental di indonesia hari ini. *Tirto.Id*. <https://tirto.id/kesehatan-mental-di-indonesia-hari-ini-b9tw>
- Nelson, E. E., Lau, J. Y. F., & Jarcho, J. M. (2014). Growing pains and pleasures: How emotional learning guides development. In *Trends in Cognitive Sciences*, 24(2), 99–108. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.11.003>
- Nazneen, N. A. (2018). Perbedaan kecenderungan depresi ditinjau dari jenis kelamin dengan kovarian kepribadian neuroticism pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UBAYA. *Calyptra*, 2(2), 1–12.
- Oktariani. (2021). Dampak toxic parents dalam kesehatan mental anak. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 2(3), 215–222.
- Putu Ayu Resitha Dewi, N., & Kadek Pande Ary Susilawati, L. (2016). Hubungan antara kecenderungan pola asuh otoriter (authoritarian parenting style) dengan gejala perilaku agresif pada remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 108–116.
- Radiani, W. A. (2019). Kesehatan mental masa kini dan penanganan gangguannya secara Islami. *Journal of Islamic and Law Studies*, 3(1), 87–113.
- Saskara, I.P.A, & Bagus, S. G. (2020). “Toxic parents” bagi kesehatan mental anak peran komunikasi keluarga dalam mengatasi “toxic parents” bagi kesehatan mental anak. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2). <https://www.ejournal.ihtn.ac.id/index.php/PW/issue/archive>
- Saskara, I. P. A., & Ulio. (2020). Peran komunikasi keluarga dalam mengatasi toxic parents bagi kesehatan mental anak. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 5(2), 125–134.
- Stuart, G. W. (2009). *Principles and practice of psychiatric nursing* (9th ed.). Mosby Elsevier, St. Louis
- Sugiharto, A. S., Keliat, B. A., & Sri, T. (2012). *Manajemen keperawatan: aplikasi MPKP di rumah sakit*. Jakarta: EGC.
- Suwijik, S. P., & A’yun, Q. (2022). Pengaruh kesehatan mental dalam upaya memperbaiki dan mengoptimalkan kualitas hidup perempuan. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.19184/jfgs.v2i2.30731>
- Ulfadhilah, K. (2021). The effect of toxic parents on character in childhood in TK IT Al-Umm

. *Islamic Early Childhood*, 6(1).27-36.

- Varadhila, S. (2020). Psychological well-being pada keluarga broken home psychological well-being in broken family. *Insight : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(1). <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i1>
- Widianti, E., Afriyanti, A., Saraswati, N. P. S. D., Utami, A., Nursyamsiah, L., Ningrum, V. C., Putri, V. N., & Ustami, L. (2021). Intervensi pada remaja dengan gangguan bipolar: kajian literatur. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(1), 79–94. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/6726>
- Widodo, prasetyo budi. (2006). Reliabilitas dan validitas konstruk skala konsep diri untuk mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(1), 1-9–9. <https://doi.org/10.14710/jpu.3.1.1>