

GAMBARAN TOXIC PARENTS YANG DITERIMA INDIVIDU DEWASA AWAL

Ni Nyoman Ari Indra Dewi¹, Fransiska Rismawati Hugo²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura
Email : ariindradewi@undhirabali.ac.id

ABSTRAK

Toxic Parents merupakan orangtua yang tidak menghormati dan memperlakukan anaknya dengan baik sebagai individu. Hal tersebut menimbulkan berbagai kendala dalam proses perkembangan, dimana paparan *toxic parents* akan memengaruhi kualitas perkembangan individu dewasa awal. Pada masa dewasa awal individu berada dalam fase tahap pencapaian, kemandirian serta meningkatnya kebergantungan ekonomi serta emosional pada orang tua, namun yang terjadi individu sering dihadapkan dengan masalah komunikasi yang terjadi antara hubungan orang tua, dimana yang terjadi orang tua enggan berusaha mengetahui apa yang dirasakan sang anak, orang tua berpikir bahwa anaknya telah dewasa sehingga banyak tuntutan dari orang tua terhadap anak. Orang tua hanya memikirkan keinginannya sendiri tanpa berusaha berkomunikasi dengan baik kepada anak yang sedang memasuki perkembangan dewasa awal. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah mendeskripsikan bagaimana gambaran *toxic parents* yang diterima oleh individu dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua narasumber dewasa awal yang terpapar perilaku *toxic parents* mendapatkan perlakuan yang negative dari orang tua seperti narasumber tidak mendapatkan perlakuan yang hangat dari orang tua, tidak diberikan kebebasan mengekspresikan emosinya seperti marah, sedih, kecewa. Orang tua kerap memberikan perkataan negative, menolak berkompromi dan tidak mau meminta maaf apabila melakukan kesalahan. Orang tua juga kerap merendahkan kapasitas anak dan menuntut harus dipenuhi keinginannya.

Kata kunci: *Toxic parents, individu, dewasa awal*

1. Pendahuluan

Setiap manusia memiliki tugas perkembangannya mulai dari anak-anak, remaja, orang dewasa hingga lansia. Masa dewasa awal (*early adulthood*) merupakan masa peralihan dari remaja menuju dewasa, dimana merupakan periode perkembangan yang bermula pada rentan usia 18-39 tahun. Masa dewasa awal berakhir antara usia 20-40 tahun. Masa dewasa awal merupakan pembentukan kemandirian seseorang secara pribadi maupun ekonomi, seperti pengembangan karir, memilih pasangan, memulai keluarga (Santrock, 2002). Beberapa individu yang memasuki dewasa awal masih tinggal bersama orangtua dan meningkatkan kebergantungan ekonomi serta emosional pada orang tua (Heatt, 2008). Pada fase ini tidak jarang orang tua enggan berusaha mengetahui apa yang dirasakan sang anak, orang tua berfikir bahwa anaknya telah dewasa sehingga banyak tuntutan dan eksperasi dari orang tua terhadap anaknya (Saskara & SM, 2020). pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian (Annisa Verizka, 2020) berisi bahwa ditemukan kasus individu dewasa awal yang menerima perlakuan kekerasan psikologis saat tinggal bersama keluarganya, seperti keberadaannya yang tidak diterima oleh orang tua, direndahkan martabatnya dengan memanggil dan melontarkan

perkataan kasar, dibanding-bandingkan dengan saudaranya, menuntut untuk memenuhi ekspektasi orang tua dan keluarga serta dibatasi dalam kegiatan sosialnya. Disisilain yang diungkapkan oleh KPI Bali pada tahun 2015 banyak terdapat kekerasan pada anak, bahkan Bali masuk dalam sepuluh besar daerah dengan tingkat kekerasan pada anak tertinggi.

Berdasarkan hasil wawancara singkat yang penulis lakukan terhadap salah satu narasumber yang mengalami *toxic parents*, berikut lampiran kutipan wawancara : *"menurut saya orang tua saya hmmm baik, yaa suka ngomel-ngomel sih kak kalo lagi kesel, dia tu emosian kak, kalo lagi kesel suka bentak-bentak gitu, iyah dia bentak-bentak pakai suara keras dan tinggi, sampai kadang saya emosi dengarnya, orang tua saya juga tidak percaya dengan saya, ia susah memberi ijin jika saya ingin melakukan kegiatan diluar, ya khususnya bapak saya, bapak mengekang dan selalu meremehkan saya, bahkan dulu saya selalu diberi omongan keras dan jika saya berbuat salah atau gak ngerti pelajaran saya suka dipukul."* (narasumber O, 19 th).

Wawancara juga dilakukan pada narasumber yang mengalami *toxic parents*, berikut kutipan wawancaranya : *"sama orang tua aku di tuntut untuk ngelanjutin usaha keluarga tapi aku pengen nyari psikologi. Kadang aku gak percaya diri dan suka nyakitin diri sendiri tapi saya berusaha kontrol itu dan kmren saya berusaha cari pertolongan kak dengan cari orang yang mengerti untuk saya ajak curhat gitu. Ak gak pernah nerima penghargaan gitu kak, ak dw dari pagi terus pulang bantu nyelesaikan pekerjaan rumah, kadang mebanjar lalu jemput ibuk kerja"* (narasumber M, 19 th)

Dari hasil wawancara yang dilakukan penulis terlihat orang tua dari kedua narasumber sulit mengendalikan emosinya dan tak jarang menyalahkan anak serta meremehkan keadaan anak. Dari pernyataan tersebut dapat dilihat bahwa orang tua mengarah pada *Toxic Parent*, pernyataan tersebut serupa dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa *Toxic Parent* ialah orang tua yang tidak menghormati dan memperlakukan anaknya dengan baik sebagai individu. Mereka dapat melakukan berbagai kekerasan pada anak baik melalui fisik maupun psikologis yang akan membuat kesehatan mental anak terganggu. *Toxic parents* juga enggan berkompromi, bertanggung jawab, maupun meminta maaf kepada anaknya (Saskara & SM, 2020)

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melihat gambaran *toxic parents* yang diterima oleh individu dewasa awal, karena penulis melihat fenomena di lapangan bahwa ada individu dewasa awal yang mendapatkan perlakuan "*toxic*" dari orang tua seperti perilaku tidak menghormati dan menghargai keberadaan individu dewasa awal.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Alasan dalam memilih metode studi kasus sebagai metode yang akan digunakan karena fokus penelitian sesuai dengan topik penelitian ini, yaitu penulis menemukan kasus dimana ditemukan individu dewasa awal yang terpapar *toxic parent* sejak dini namun memiliki perilaku mengarah pada kemampuan regulasi diri. Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang dan pada subjek pertama memiliki 1 informan sedangkan pada subjek kedua memiliki 3 informan. Subjek Penelitian pada penelitian ini dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*.

Menurut Sugiyono (2017) *purposive sampling* merupakan metode yang digunakan untuk menentukan siapa yang akan dimasukan kedalam kelompok sampel penelitian serta peneliti harus akurat dan memastikan bahwa responden yang menjadi narasumber penelitian bisa dan mampu memberikan informasi yang diinginkan sesuai dengan permasalahan pada penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumen.

3. PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan disalah satu daerah kabupaten Badung. Proses pengambilan data dilakukan selama bulan Mei dan Juni 2021.

Tabel 1. Data Demografis Narasumber

Data Partisipan	Subjek 1	Subjek 2
Inisial	NV	DD
Usia	19 Tahun	18 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Laki-laki
Pendidikan Terakhir	SMA	SMA
Agama	Katolik	Hindu
Aktifitas yang dijalankan	Belajar dan latihan fisik	Belajar dan latihan fisik

Hasil penemuan didapatkan bahwa subyek 1 (NV) mendapatkan Hukuman Fisik semenjak kecil dari orang tuanya. Kekerasan fisik yang diterima dari ibu berupa cubitan, pukulan ringan, sedangkan kekerasan fisik yang diterima dari ayah berupa tamparan, pukulan dengan sapu, perilaku merendam subjek di kamar mandi, dikenakan panci pana, serta ditendang. NV menerima kekerasan fisik dan emosional dari orang tua seperti kekerasan verbal dari ibu berupa kata-kata kasar, bentakan, kutukan, ungkapan menjatuhkan semangat, kurangnya apresiasi terhadap subjek ketika ia mendapatkan suatu prestasi, menolak apa yang dirasakan oleh subjek, perilaku mengkritik dan menyakitkan, pelabelan buruk serta ekspektasi tinggi tanpa memperhatikan kemampuan dan usaha dari subjek, apabila melakukan kesalahan orang tua subjek tidak merasa bersalah dan tidak pernah meminta maaf. NN juga mendapatkan penanaman rasa bersalah dari orang tua berupa kritikan yang menjatuhkan, sikap ibu membuat subjek merasa bersalah karena sosok ibu mengungkapkan kerugian finansial dalam membiayai kehidupan subjek. Dalam aspek toxic parents sogokan dari orang tua, subjek kerap menerima janji yang mengarah pada menyogok, dimana ayah subjek menjanjikan apabila subjek masuk SMA yang ayah inginkan akan dibelikan barang, subjek berusaha untuk mewujudkannya dan hasilnya pun memuaskan, subjek mampu masuk SMA favorit namun janji tersebut tidak kunjung ditepati hingga saat ini. Subjek memiliki persepsi bahwa orang tua sudah menyakiti perasaannya.

Hasil penemuan didapatkan bahwa subjek 2 (DD) mendapatkan hukuman fisik dari ayah berupa tamparan dan tendangan. Sosok ayah melakukan kekerasan fisik dengan alasan agar subjek tumbuh menjadi disiplin dan kuat. DD menerima kekerasan fisik dan emosional subjek kerap dibentak dan diberi kutukan yang membuat subjek merasa takut, ayah subjek kerap melontarkan bercandaan yang menjatuhkan, sehingga tidak jarang subjek DD merasa terbebani dan tidak berani bicara karena orang tua merasa paling benar dan tidak akan meminta maaf apabila

ditunjukkan kesalahannya oleh anak. DD juga mendapatkan penanaman rasa bersalah, subjek kerap mendengar sang ayah menceritakan kesulitan keuangan disaat ayah sedang pendidikan perwira dan tidak jarang ayah kerap mengungkit biaya sekolah yang dibutuhkan subjek. Ayah kerap kali mengatakan bahwa telah mengeluarkan biaya banyak untuk kehidupan subjek, agar subjek menuruti kemauan dari ayah. Semenjak kecil DD terbiasa mendapatkan sogokan dari orang tua, seperti subjek diminta melakukan keinginan orang tua dengan iming-iming hadiah uang dan hal tersebut dilakukan hingga subjek berusia dewasa awal. Persepsi DD terhadap orang tuanya adalah, orang tua membuat ia merasa sedih dan kerap kali menyakiti perasaannya hingga timbul merasa diri tidak berarti sebagai seorang anak.

Toxic Parents atau orang tua "beracun" mungkin dianggap sebagai istilah yang mengerikan dan membuat orang tua menjadi defensif apabila mendengar istilah tersebut. Seperti pengalaman yang dialami oleh subjek NN dan DD, keduanya mendapatkan perilaku "toxic" dari orang tua seperti tidak mendapatkan perlakuan yang hangat dari orang tua, tidak diberikan kebebasan mengekspresikan emosinya. Orang tua kerap memberikan perkataan negative, menolak berkompromi dan tidak mau meminta maaf apabila melakukan kesalahan. Orang tua juga kerap merendahkan kapasitas anak dan menuntut harus dipenuhi keinginannya. Menurut Saskara dan SM (2020), *toxic parents* adalah gambaran orang tua yang melakukan kekerasan terhadap anak bahkan membuat kondisi psikologis atau kesehatan mentalnya terganggu. *Toxic parents* juga enggan berkompromi, bertanggung jawab, maupun meminta maaf pada anaknya. Ciri-ciri *toxic parents* tergambar dari perilaku orang tua seperti melakukan kekerasan fisik secara berlebihan terhadap anak dengan alasan disiplin, membuat anak merasa bersalah dan melibatkan anak pada permasalahan orang tua, menekan anak secara fisik dan emosional serta menyuap anak agar mau mengikuti keinginan orang tua, Saskara (Forward dan Buck 2002). Subjek NN dan DD memiliki persepsi bahwa kedua orang tua telah menyakiti perasaan mereka serta membuat keduanya tumbuh individu dengan citra diri yang tidak positif hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ade (2020), bahwa *toxic parents* dapat menimbulkan dampak negative terhadap perkembangan individu dewasa awal, selain memiliki rasa percaya diri yang kurang anak *toxic parents* akan terbiasa menyalahkan dirinya sendiri serta tumbuh dengan citra diri yang buruk, merasa tidak berharga, merasa sendiri, selalu dihantui pada rasa bersalah, stress, mudah marah serta ragu akan masa depan.

4. KESIMPULAN

Kedua narasumber dewasa awal yang terpapar perilaku *toxic parents* mendapatkan perlakuan yang negative dari orang tua seperti narasumber tidak mendapatkan perlakuan yang hangat dari orang tua berupa kekerasan fisik, tidak diberikan kebebasan mengekspresikan emosinya seperti marah, sedih, kecewa. Orang tua kerap memberikan perkataan negative, menolak berkompromi dan tidak mau meminta maaf apabila melakukan kesalahan. Orang tua juga kerap merendahkan kapasitas anak dan menuntut harus dipenuhi keinginannya, bahkan menggunakan iming-iming uang agar individu dewasa awal menuruti keinginan orang tua.

DAFTAR RUJUKAN

- Ade. 2020. *Waspada! Toxic Parent Bisa Berdampak Buruk pada Anak*. [https://mamapapa.id/waspada-toxic parent/](https://mamapapa.id/waspada-toxic-parent/)
- Annisa Verizka, F. E. K. (2020). Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Memiliki Pengalaman Kekerasan Emosional. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), 27–39.
- Annisa Verizka, F. E. K. (2020). Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Memiliki Pengalaman Kekerasan Emosional. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), 27–39.
- Santrock, J. W. (2002). *Psikologi Perkembangan, jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Saskara, I. P. A., & SM, U. (2020). Peran komunikasi keluarga dalam mengatasi “toxic parents” bagi kesehatan mental anak. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 5(2), 125–134. <https://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/PW/article/view/1820/1493>
- Sugiyono. 2017. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung ; Alfabeta

