

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Keluarga adalah lingkungan pertama dan utama yang memiliki peran penting dalam perkembangan anak yang dapat membentuk kepribadian anak agar memiliki moral, etika dan akhlak yang baik. Hal ini keluarga adalah pondasi utama bagi anak sehingga segala pembentukan watak, tingkah laku dan pendidikan anak dimulai dari keluarga seperti bagaimana ketika cara orang tua ketika mengasuh, mendidik, dan membesarkan anak dengan penuh cinta serta ketulusan. Peran orang tua dalam mengasuh anak menentukan pola sikap pribadi dalam kehidupannya dimana proses pendidikan yang diperoleh anak tidak hanya dalam pendidikan formal saja akan tetapi pada pendidikan informal yang didapatkan dari keluarga. Oleh karena itu hubungan orang tua dan anak memainkan peran penting dalam pembentukan kesehatan mental seseorang hingga dewasa. Namun, tidak semua pola asuh orang tua memberikan dampak positif, seperti yang sesuai dengan Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, yang menetapkan bahwa orang tua bertanggung jawab untuk mengasuh, memelihara, mendidik, dan melindungi anak demi tumbuh kembang yang optimal, baik fisik maupun mental. Dalam konteks pendidikan masyarakat pola asuh merupakan bagian dari proses pendidikan informal yang berlangsung dalam lingkungan keluarga, dimana orang tua berperan sebagai pendidik pertama dan menjadi pondasi penting untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal serta mencegah terjadinya pola pengasuhan yang merugikan.

Menurut Forward (2019) *toxic parents* adalah orang tua yang menunjukkan perilaku seperti manipulasi emosional, kontrol berlebihan, pengabaian, atau kekerasan verbal dan fisik yang dapat menghambat perkembangan emosional anak. Pola asuh seperti ini tidak hanya berdampak pada masa kanak-kanak, tetapi juga dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang hingga masa dewasa. Salah satu fenomena yang mulai banyak

mendapat perhatian adalah *toxic parenting* atau pola asuh tidak sehat, yaitu pola pengasuhan yang secara emosional, verbal, atau bahkan fisik menimbulkan luka psikologis pada anak Ramkissoon (2021, hlm:567).

Masa dewasa awal kisaran usia 18 - 40 tahun Santrock (2011) dalam (Putri, 2018,hlm:36) merupakan fase perkembangan yang penuh dengan tuntutan seperti kemandirian, membentuk identitas diri, penyesuaian diri terhadap dunia perkuliahan, kemandirian finansial, persiapan karir, membangun relasi, mengelola kehidupan sosial, dan emosional Arnett (2020). Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok usia dewasa awal seringkali menghadapi berbagai tekanan, baik dari tuntutan akademik, sosial, maupun keluarga. Namun, kondisi psikologis mahasiswa seringkali dipengaruhi oleh pengalaman pengasuhan yang mereka terima sejak kecil. Pada dasarnya setiap keluarga memiliki pola asuh yang berbeda ketika mendidik anak-anaknya seperti otoriter, demokratis, dan permisif. Akan tetapi pada kenyataannya masih terdapat orang tua yang mengasuh anak dengan cara yang tidak sehat misalnya, terlalu sering mengontrol semua hal kecil dalam hidup anak, mudah menyalahkan tanpa memahami keadaan sebenarnya, menggunakan kata-kata kasar, merendahkan anak ketika marah, tidak mendengarkan, dan memberi batasan yang jelas. Menariknya, perilaku ini biasanya tidak disebabkan oleh keinginan orang tua untuk melukai anaknya akan tetapi orang tua tidak sadar, atau mengulangi pola asuh yang mereka lakukan ketika masih kecil. Perilaku pola asuh seperti ini merupakan pola asuh yang tidak sehat yang dapat berdampak pada fisik dan psikis anak. Oleh karena itu, pola asuh yang merugikan lebih sering berasal dari kebiasaan yang tidak disadari, tetapi dampak negatifnya dapat bertahan selama kehidupan anak (Rianti, 2022, hlm:4). Pola pengasuhan yang tidak sehat tersebut dikenal dengan istilah *toxic Parenting*, yaitu penerapan pola asuh orang tua yang mengacu pada perilaku yang tidak baik pada anak dan berdampak buruk secara fisik maupun mental anak (Yarliani, dkk, 2024, hlm:22).

Menurut laporan *World Health Organization* tahun (2022), lebih dari 264 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi, dengan jumlah yang

tinggi terjadi pada kelompok usia dewasa awal. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS,2018) menunjukkan bahwa ada 9,8% dari remaja dan dewasa awal yang mengalami gangguan mental emosional dan pengabaian di masa kecil merupakan salah satu faktor utama timbulnya gangguan depresi dan kecemasan di usia dewasa. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan yang tidak sehat dapat memiliki dampak panjang terhadap kesejahteraan psikologi. Dengan demikian, ini menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesehatan mental terutama di kalangan mahasiswa sangat penting dan data ini didukung oleh *survei* Kementerian Kesehatan RI tahun (2023) yang mengungkapkan peningkatan jumlah mahasiswa yang melaporkan gejala depresi, kecemasan, dan *stres*.

Fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori perkembangan Erik Erikson (1990) yang merupakan seorang psikolog perkembangan yang terkenal dengan teorinya tentang perkembangan psikososial manusia. Teori ini membahas studi tentang perkembangan mental dan sosial anak-anak dan bagaimana pengalaman ini mempengaruhi perkembangan orang dewasa. Erikson berpendapat bahwa perkembangan psikososial adalah proses di mana seseorang tumbuh secara fisik dan psikologis melalui interaksi pengaruh sosial dari kelahiran hingga kematian. Erikson juga berpendapat bahwa perubahan yang terjadi pada kepribadian, perasaan, dan emosi seseorang, perubahan yang terjadi pada cara mereka berkomunikasi dengan orang lain dikenal sebagai perkembangan, serta tahap krusial dalam pembentukan identifikasi diri dalam (Khairunnisa,2022, hlm:76).

Masalah penelitian muncul ketika melihat kenyataan bahwa banyak mahasiswa, termasuk mahasiswa pendidikan masyarakat angkatan 2023 yang membawa pengalaman masa lalu yang penuh tekanan akibat pola asuh yang tidak sehat. Hal ini, bukan hanya berdampak pada kehidupan personal mereka saja akan tetapi berpotensi mengganggu proses akademik dan sosial selama masa perkuliahan. Beberapa mahasiswa mungkin kesulitan dalam membangun pertemanan yang sehat, mengalami kecemasan sosial ketika harus tampil di depan umum, rentan merasa tidak berharga ketika gagal dalam

akademik akibat dari permasalahan ini dapat menurunkan motivasi belajar mahasiswa, dan menghambat kegiatan sehari-hari.

Kesehatan mental pada masa dewasa awal merupakan kondisi emosional, psikologis dan sosial yang memungkinkan individu mampu mengelola *stres*, membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan membuat keputusan dalam kehidupan. Pada fase ini, seseorang mulai menghadapi tuntutan akademik, pekerjaan, sosial, hingga pencarian identitas diri. Akan tetapi kemampuan untuk beradaptasi pada berbagai tuntutan tersebut sangat dipengaruhi oleh kualitas pengalaman pengasuhan yang diterima pada masa sebelumnya. Salah satu faktor terhadap kesehatan mental adalah *toxic parenting* yaitu pola asuh yang tidak sehat, dan kemampuan beradaptasi pada berbagai tuntutan tersebut sangat dipengaruhi oleh pengalaman pengasuhan yang diterima pada masa anak-anak sampai dengan dewasa. Salah satu faktor terbesar terhadap kesehatan mental adalah *toxic parenting* yang mana pada pengasuhan ini memaksakan kehendak, tidak perhatian kepada anak dan lainnya. Pola asuh seperti ini dapat mempengaruhi interpersonal anak yang menyebabkan anak lebih rentan terhadap *stres*, kecemasan, dan depresi.

Selain itu, *toxic parenting* juga mempengaruhi kemampuan regulasi emosi. Individu yang terbiasa menerima respon negatif dari orang tua cenderung kesulitan mengekspresikan perasaan secara sehat, mudah merasa terancam secara emosional, serta mengalami kesulitan dalam menyelesaikan konflik. Dalam konteks kehidupan perkuliahan, hal ini berdampak pada kemampuan membangun hubungan sosial, mengelola tekanan akademik, dan mempertahankan keseimbangan psikologis. Dengan demikian, kesehatan mental dewasa awal sangat erat kaitannya dengan kualitas pola asuh yang diterima di masa sebelumnya. Ketika pengasuhan yang diberikan bersifat toksik, dampaknya tidak hanya terbatas pada masa kanak-kanak, tetapi menetap hingga dewasa dan berpotensi mengganggu fungsi dan kesejahteraan psikologis individu. Oleh karena itu, memahami sejauh mana pengaruh *toxic parenting* menjadi penting, terutama ketika ditemukan gejala

mental emosional pada mahasiswa yang berada pada fase perkembangan dewasa awal.

Berdasarkan hasil pra-observasi dengan melakukan wawancara pada salah satu mahasiswa Program Studi Pendidikan Masyarakat Angkatan 2023 ditemukan hal yang menarik bagi peneliti yaitu orang tua selalu memaksakan kehendak tanpa berbicara terlebih dahulu tanpa peduli terhadap pendapat, memaksakan kehendak, merendahkan dan lainnya. Jika dibiarkan, kondisi ini dapat berkembang menjadi kecemasan, *stres*, hingga depresi.

Berdasarkan fenomena peneliti dapatkan dari hasil pra-observasi, peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian mengenai “***Hubungan Toxic Parenting dengan Tingkat Kesehatan Mental pada Mahasiswa Pendidikan Masyarakat Angkatan 2023***”.

1.2. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan yang menjadi masalah penelitian adalah apakah terdapat hubungan yang signifikansi antara hubungan *toxic parenting* dengan tingkat kesehatan mental pada mahasiswa pendidikan masyarakat angkatan 2023?

1.3. Definisi Operasional

1.1.1 Toxic parenting

Toxic parenting atau pola asuh yang tidak sehat diidentifikasi sebagai pola pengasuhan yang ditandai dengan perilaku yang merugikan secara emosional dan psikologis terhadap anak. Orang tua dengan pengasuhan yang tidak sehat selalu mengkritik anak secara berlebihan, membandingkan anak dengan orang lain, mengabaikan, memaksakan kehendak dan merendahkan.

1.1.2 Kesehatan mental

Kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan dimana seseorang dapat berfungsi secara optimal dalam hal emosional, psikologis, dan sosial. Mahasiswa dengan kesehatan mental yang baik akan menunjukkan

kemampuan untuk mengelola *stres*, menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, dan memiliki keinginan untuk maju dan mencapai tujuan hidup. Sebaliknya mahasiswa yang mengalami gangguan kesehatan mental biasanya mengalami gejala seperti kecemasan, *stres*, depresi, atau penurunan kemampuan untuk melakukan tugas sosial dan akademik.

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *toxic parenting* dan tingkat kesehatan mental pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat angkatan 2023.

1.5. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian antara lain, sebagai berikut:

1.1.1 Manfaat Secara Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambahkan literatur ilmiah terkait pola asuh orang tua dengan kesehatan mental dewasa awal, dan menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya terkait pola asuh orang tua yang tidak sehat.

1.1.2 Manfaat Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, pengetahuan, dan informasi bagi praktis, antara lain:

a. Bagi Mahasiswa

Meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya kesehatan mental dan dampak pola asuh orang tua yang tidak sehat.

b. Bagi Dosen dan Program Studi

Menjadi bahan pertimbangan dalam merencanakan program konseling, seminar atau program pendukung terkait kesehatan mental untuk mahasiswa.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan lebih paham bahwa pola asuh yang sehat bukan hanya sebatas memenuhi kebutuhan finansial, pendidikan akan tetapi memberikan dukungan, memenuhi kebutuhan emosional, menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan mampu memperbaiki pola asuh yang sehat dengan cara membangun komunikasi yang terbuka dengan anak dan orang tua, menumbuhkan kepercayaan diri anak terhadap orang tua, memberikan kasih sayang sehingga menciptakan hubungan keluarga yang harmonis dan mendukung tumbuh kembang anak.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait *toxic parenting* dan kesehatan mental dengan variabel maupun metode yang lebih beragam.