

BAB 2

TINJAUAN TEORITIS

2.1. Kajian Pustaka

2.1.1 *Toxic Parenting*

a. Definisi *Toxic Parenting*

Toxic Parenting adalah istilah “pola asuh yang tidak sehat” digunakan untuk menggambarkan cara orang tua membesarkan anak mereka dengan cara yang tidak sehat secara emosional dan kesehatan mental. Perilaku orang tua yang manipulatif, mengontrol berlebihan, menuntut tanpa peduli, dan mengabaikan kebutuhan emosional anak adalah tanda pola asuh *toxic parenting*. Orang tua dengan sifat ini sering kali tidak menyadari bahwa tindakan mereka, seperti merendahkan, mempermalukan, atau memberikan hukuman ekstrem, dapat berdampak negatif pada perkembangan kesehatan mental anak dalam jangka panjang. *Toxic parenting* tidak selalu disebabkan oleh niat jahat orang tua akan tetapi sering kali disebabkan oleh *stres* berkepanjangan, trauma masa kecil yang tidak terselesaikan, atau kurangnya pengetahuan tentang pengasuhan yang sehat kondisi ini membuat orang tua lebih cenderung mengulangi pola asuh yang tidak sehat di kemudian hari terhadap anaknya Yarliani dan Ismail (2023, hlm:22).

Anak-anak yang diasuh oleh orang tua yang tidak sehat cenderung mengalami pengasuh yang merugikan secara fisik, emosional, dan kesehatan mental. Orang tua yang mengasuh anak dengan cara ini biasanya tidak memperlakukan anak dengan baik, tidak menghormati perasaan, pendapat anak, dan sering menggunakan kekerasan verbal maupun fisik untuk mengontrol anak mereka. Orang tua sering memaksakan perintah, mengabaikan kebutuhan emosional anak, dan kritik atau hukuman berlebihan tanpa alasan yang jelas. Selain itu, orang tua yang memiliki gaya pengasuhan yang tidak sehat seringkali menahan diri untuk bertanggung jawab atas kesalahan mereka, enggan berkompromi, dan jarang meminta

maaf kepada anak atas apa yang telah mereka perbuat. Hal ini, menyebabkan hubungan antara orang tua dan anak menjadi tidak harmonis, tekanan, dan kebingungan emosional I Putu Adi Saskara (2020, hlm:126).

Berdasarkan pernyataan diatas, anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan pola asuh yang tidak sehat lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti rendah diri, kecemasan, *stres*, depresi. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memahami dampak dari perilaku mereka dan belajar menerapkan pola asuh yang lebih positif, empatik, dan mendukung tumbuh kembang anak mereka secara optimal. Pola asuh tidak sehat biasanya terjadi karena faktor lingkungan, pengalaman masa lalu orang tua, *stres*, atau kurangnya pengetahuan tentang pola asuh yang sehat bagi orang tua.

b. Bentuk-Bentuk *Toxic Parenting*

Menurut Pratiwi,dkk (2020,hlm:5) terdapat bentuk-bentuk *toxic parenting*, antara lain sebagai berikut:

1. *Contemptuous Parents*

Orang tua yang merendahkan, menghina, atau mempermalukan anak secara verbal atau nonverbal. Orang tua seringkali memiliki ekspektasi yang sangat tinggi dan menggantungkan impian pribadi mereka kepada anak-anak yang belum tercapai. Orang tua seperti ini sering mengkritik, mencela, atau bahkan menjatuhkan harga diri anak dengan kata-kata kasar atau sikap sinis ketika anak tidak memenuhi harapan tersebut. Pola pengasuhan ini sangat berbahaya karena dapat menghancurkan kesehatan emosional anak. Anak-anak mungkin dibesarkan dengan rasa tidak percaya diri, ketakutan untuk gagal, atau percaya bahwa mereka tidak pernah cukup baik di mata orang tua atau orang lain. Hal ini, dapat menyebabkan gangguan jangka panjang seperti depresi, kecemasan, atau trauma emosional.

2. *Dismissive Parents*

Orang tua yang mengabaikan terlihat hadir secara fisik tetapi tidak emosional. Meskipun mereka dapat memenuhi kebutuhan dasar anak seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal, mereka tidak memberikan perhatian, kasih sayang, atau komunikasi yang hangat. Anak-anak dalam keluarga jenis ini sering kali merasa diabaikan, tidak dianggap penting, dan menghadapi kesulitan untuk mengungkapkan perasaan mereka. Dengan mengatakan kepada anak-anak, "itu hal sepele" atau "kamu terlalu sensitif," orang tua yang *dismissive* cenderung meremehkan perasaan anak mereka. Di Kemudian hari, ketidakterlibatan emosional ini dapat menyebabkan anak merasa kesepian, tidak berharga, dan sulit mempercayai orang lain.

3. *Pageant Parents*

Orang tua yang sangat bersemangat untuk mendidik anak mereka sesuai dengan tujuan, harapan, dan standar pribadi mereka. Mereka percaya bahwa keberhasilan orang tua mencerminkan keberhasilan anak-anak, sehingga mereka sering memproyeksikan mimpi atau cita-cita yang belum tercapai ke dalam diri anak-anak mereka. Anak-anak yang diasuh dengan cara ini cenderung dianggap sebagai "perpanjangan diri" orang tua daripada individu yang memiliki minat dan keinginan sendiri. Orang tua jenis ini sering menuntut anak-anak mereka untuk tampil sempurna dalam berbagai hal, seperti prestasi akademik, penampilan fisik, atau kemampuan sosial. Anak-anak dipaksa untuk memenuhi keinginan orang tua mereka seolah-olah itu adalah keinginan mereka sendiri. Akibatnya, anak-anak biasanya dibesarkan dengan tekanan yang tinggi, ketakutan akan kegagalan, dan kesulitan untuk tumbuh menjadi individu yang mandiri. pola asuh ini dapat menyebabkan kecemasan dan gangguan kepercayaan diri pada anak jika tidak ditangani dengan baik.

c. Faktor-faktor *toxic parenting*

Aspek penting yang menentukan bagaimana kualitas pengasuhan diterapkan dalam keluarga, setiap faktor memiliki peran tersendiri dalam membentuk cara orang tua berinteraksi, mendidik, dan menanamkan nilai-nilai kepada anak-anaknya. Faktor-faktor tersebut meliputi usia orang tua, keterlibatan orang tua, tingkat pendidikan, dan pengalaman dalam pengasuhan menurut Altridhonato (dalam Chairunnisa S. R, 2021, hlm:14), sebagai berikut:

1. Usia orang tua

Usia orang tua sangat mempengaruhi seberapa baik mereka mengasuh anak karena hubungan antara orang tua dan anak dapat dipengaruhi oleh jarak usia yang terlalu jauh atau terlalu dekat. Orang tua yang terlalu muda cenderung kurang matang secara emosional dan mungkin belum siap menghadapi tantangan pengasuhan dari segi ekonomi, psikologis, dan sosial. Sebaliknya, orang tua yang terlalu tua dapat mengalami keterbatasan fisik dan energi untuk memenuhi kebutuhan anak, terutama dalam hal aktivitas fisik dan interaksi sosial. Oleh karena itu, keseimbangan usia sangat penting agar orang tua dapat menjalankan peran pengasuhan secara fisik dan psikososial dengan baik untuk anak.

2. Keterlibatan orang tua

Keterlibatan orang tua, baik ayah maupun ibu sangat penting untuk pengasuhan yang berhasil. Ayah dan ibu keduanya memiliki peran yang berbeda namun saling melengkapi dalam membantu perkembangan anak. Oleh karena itu, peran dan kehadiran ayah dan ibu sama pentingnya. Ibu lebih dominan dalam memberikan perhatian emosional dan kasih sayang, sedangkan ayah cenderung mengajarkan anak kemandirian dan kedisiplinan. Keterlibatan yang seimbang antara keduanya dapat membuat lingkungan pengasuhan yang harmonis dan mendukung perkembangan anak.

3. Pendidikan orang tua

Pengasuhan terhadap anak sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua. Hal ini berpengaruh karena dengan tingkat pendidikan orang tua yang lebih tinggi biasanya memiliki pengetahuan terhadap pengasuhan yang lebih luas terhadap fase perkembangan anak, teknik pengasuhan yang baik untuk anak, dan komunikasi orang tua yang baik sehingga saling terbuka untuk memberikan informasi baru dan lebih mempertimbangkan tindakan pengasuhan yang baik.

4. Pengalaman dalam pengasuhan

Pengalaman orang tua dalam mengasuh anak baik secara pribadi, maupun melalui hasil pembelajaran sosial, kegiatan seminar tentang pengasuhan dan lain-lainnya turut memengaruhi kemampuan orang tua untuk menerapkan pola asuh yang tepat. Orang tua yang memiliki pengalaman sebelumnya akan lebih memahami kebutuhan dan karakter anak dan lebih siap menghadapi situasi yang beragam yang terjadi selama proses pengasuhan. Selain itu, pengalaman hidup yang berasal dari lingkungan sosial seperti keluarga besar, teman juga dapat meningkatkan pemahaman tentang pengasuhan.

d. Dampak *Toxic Parenting*

Menurut Hidayah,dkk pada (2024,hlm:42) dampak *toxic parenting* yang akan diterima oleh anak seperti anak menjadi tertutup, kehilangan rasa kepercayaan diri, pemalu, pemaarah, menjadi takut jika sedang didepan publik, sulit mengendalikan diri sendiri, sulit dalam mengatur emosional, sulit dalam bersosialisasi dengan lingkungan, dan lain-lain. Dampak *toxic parenting* dapat mengurangi kemandirian anak sehingga membuat anak menjadi kurang percaya diri, selalu menyalahkan diri sendiri, memiliki sifat yang buruk, merasa dirinya tidak berguna bagi orang lain, merasa tidak dihargai, merasa tidak disayang, merasa sendiri meskipun ditempat keramaian, selalu dihantui rasa bersalah meskipun bukan kesalahannya, ragu akan masa depan, dan mudah *stress*.

Menurut Muyasaroh dan Sumiyati (2024,hlm:39). Hal ini jika terus berkepanjangan akan menimbulkan trauma yang melekat pada anak dan akan menghambat proses perkembangan yang ada pada dirinya.

2.1.2 Kesehatan Mental

a. Definisi Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah suatu kondisi seorang individu yang berada dalam kondisi sejahtera baik secara emosional, psikologis, sosial dan mampu menyadari kemampuan dirinya dan dapat menjalankan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kesehatan mental menurut UU Nomor 18 Tahun 2014 adalah keadaan seseorang yang mampu berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga seseorang tersebut mampu menyadari potensi yang ada dalam dirinya, mengatasi tekanan baik dari lingkungan keluarga, teman, pekerjaan, dan memberikan kontribusi dalam keseharian. *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 kesehatan mental adalah suatu keadaan kesejahteraan dimana individu menyadari kemampuannya sendiri, mampu beradaptasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif, dan mampu berkontribusi pada lingkungan sosial.

Menurut Erfianto (2021,hlm:4) menjabarkan bahwa kesehatan mental merupakan suatu keadaan atau kondisi yang dimana seseorang tidak dapat merasakan perasaan bersalah mengenai dirinya, menerima kekurangan yang ada pada dirinya ataupun kelebihan serta memiliki kemampuan menghadapi masalah hidupnya serta memiliki kebahagiaan yang ada dalam dirinya. Menurut Notosoedirjo (dalam Ardiansyah, dkk, 2012, hlm:3) mengatakan bahwa kesehatan mental adalah orang yang terus menerus tumbuh, berkembang dan matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian dalam berpartisipasi dilingkungan sosial.

Berdasarkan pengertian dari para ahli tersebut dapat di simpulkan bahwa kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan yang dimiliki

oleh individu dalam mengelola potensi yang ada pada dirinya, mampu menghadapi tekanan hidup, menerima kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri, mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial, dan produktif dalam kehidupan sehari-hari.

b. Karakteristik Masa Dewasa Awal

Masa dewasa awal, yang mencakup rentang usia 18 s.d 40 tahun merupakan fase transisi dari remaja ke dewasa dimana individu mulai mengeksplorasi dan mengeksperimen identitas diri dalam bidang pendidikan, pekerjaan, dan kisah percintaan Santrock 2011 (dalam Putri, 2018, hlm:36). Menurut Erikson ditandai oleh tugas perkembangan utama yaitu memasuki tahap *Intimacy vs. Isolation*, di mana individu berusaha membentuk hubungan dekat yang stabil, hangat, dan penuh kepercayaan. (Santrock, 2020, hlm:440–441) menegaskan bahwa pada tahap ini, kemampuan menjalin hubungan yang berkomitmen menjadi pusat perkembangan sosial-emosional dewasa awal, kemandirian antara kemandirian, pengembangan kepercayaan interpersonal, penyesuaian terhadap peran baru sebagai pasangan, meningkatnya empati dan keterbukaan emosional. Menurut Hurlock 1980 (dalam paputungan, 2023, hlm:5) karakteristik masa dewasa awal seperti masa produktif, kreativitas berkembang sesuai dengan minat, penyesuaian terhadap hidup baru, masa komitmen, keterasingan sosial.

c. Indikator Kesehatan Mental

Kesehatan mental dapat dikatakan sebagai kondisi dimana seseorang individu mampu mengelola dengan baik emosional dalam dirinya sehingga meminimalisir adanya ketidakstabilan emosi dan pikiran yang tidak dapat dikontrol dengan baik. Adapun indikator dari kesehatan mental diantaranya (Ningrum, dkk., 2022, hlm:1178), diantaranya:

1. Aspek Emosional

Sehat secara emosional seseorang sangat dipengaruhi oleh masa lalu seseorang karena dapat merasakan kebahagiaan, tenang dan mudah mengontrol diri dan pandai dalam mengendalikan dirinya dan pikiran. Terutama bagaimana seseorang dirawat oleh orang tua atau pengasuh. anak-anak dapat mengalami trauma psikologis selama masa dewasa akibat pola asuh yang tidak sehat seperti perilaku merendahkan, kritik berlebihan, dan pengabaian emosional. Jika emosi anak tidak diakui atau tidak direspons dengan tepat oleh orang tua anak dapat tumbuh dengan perasaan tidak berharga, rendah diri, cemas, dan kesulitan mengatur emosi mereka.

2. Aspek Psikologis

Individu yang dikatakan sehat secara psikologis cenderung lebih produktif, lebih termotivasi, dan lebih kuat dalam menghadapi tekanan hidup karena mereka menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat kesehatan psikologis yang rendah dapat mengakibatkan masalah emosional seperti kecemasan, depresi, dan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial.

3. Bebas dari mental *ilness*

Seseorang individu berada dalam kondisi tanpa gangguan yang dapat mempengaruhi cara berpikir, suasana hati, maupun perilaku. Hal ini, menunjukkan bahwa seseorang mampu mengelola tekanan dengan baik dengan menjalin aktivitas dengan sehari-hari secara produktif.

d. Faktor-Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental

Menurut Dewi pada (2012, hlm:16) Kesehatan mental dipengaruhi oleh tiga faktor yang dapat mempengaruhi mental seseorang, sebagai berikut:

1. Faktor Biologis

Biologi berperan seperti tubuh kita memiliki banyak sistem yang berfungsi, yang berdampak pada kesehatan mental dan yang paling penting adalah otak, kelenjar endokrin, genetika, dan fungsi sensori.

- a. Otak karena mengatur pemikiran, perasaan, dan pengambilan keputusan.
- b. Kelenjar endokrin atau sistem hormon yang dapat membuat seseorang merasa lebih cemas, tertekan, atau bahkan tenang.
- c. Genetika juga dapat memengaruhi misalnya seperti, faktor keturunan agar dapat meningkatkan kemungkinan beberapa individu menderita gangguan kecemasan.
- d. Fungsi sensori atau pancaindra juga berpengaruh karena apa yang dilihat, didengar, atau dirasakan tubuh dapat memengaruhi suasana hati dan respons emosi seseorang.

2. Faktor Psikologis

Faktor psikologis adalah pendekatan yang berpengaruh besar pada kondisi mental seseorang dimana pada pendekatan psikologis memiliki 3 pandangan yang membahas mengenai hal tersebut, yaitu:

- a. Psikoanalisa yaitu bagaimana seorang anak dibesarkan dengan cara orang tua berkomunikasi, dan pengalaman awal dalam keluarga adalah yang paling berdampak.
- b. Behavioristik yaitu proses pembelajaran yang berarti seseorang belajar mengenali perasaan mereka, menangani masalah, dan mengubah cara mereka berpikir agar belajar sosial akan mempengaruhi kepribadian seseorang.

- c. Humanistik yaitu kebutuhan pribadi, seperti merasa dihargai, diterima, dan aman. Sehingga hal ini bisa berdampak pada kesehatan mental di kemudian hari jika kebutuhan ini tidak dipenuhi agar seseorang dipercaya mempunyai kemampuan dalam memahami potensi diri dan berkembang untuk mencapai aktualisasi diri.

3. Faktor Sosio-Kultural

Pendekatan sosio-kultural memiliki beberapa pendekatan, yaitu: keluarga yang mempelajari pengaruh pola asuh, interaksi antar anggota keluarga, dan fungsi keluarga terhadap kesehatan mental seseorang selain itu dunia akademik atau perkuliahan dan lingkungan yang sehat juga dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, diantaranya:

- a. Keluarga adalah kelompok terkecil dalam masyarakat yang terbentuk melalui hubungan darah, atau ikatan lainnya yang menjadi tempat utama seseorang untuk mendapatkan kasih sayang, cinta, dukungan, motivasi, serta pendidikan pertama dalam hidup. Akan tetapi tidak sedikit juga yang tidak mendapatkan hal ini bahkan ada yang sampai merasa dirinya tidak ada di keluarga, diabaikan, mendapatkan tuntutan yang bahkan seseorang tersebut tidak suka sampai seseorang tersebut kesehatan mental nya terganggu padahal seharusnya didalam keluarga setiap anggota saling mendukung, berinteraksi, memberikan kasih sayang yang utuh.
- b. Perkuliahan atau Akademik adalah ketika mahasiswa mengalami kecemasan, pikiran yang sulit dikendalikan, tekanan fisik, dan emosional karena tuntutan tugas kuliah. Hal ini terjadi karena dosen terhadap mahasiswa agar dapat menyelesaikan tugas dengan cepat, mencapai hasil yang memuaskan, mendapatkan tugas secara bersamaan, jadwal kuliah yang padat dan kurangnya waktu untuk istirahat. Hal ini,

menjadikan mahasiswa merasakan tertekan secara berlebihan dan membuat stres secara akademik.

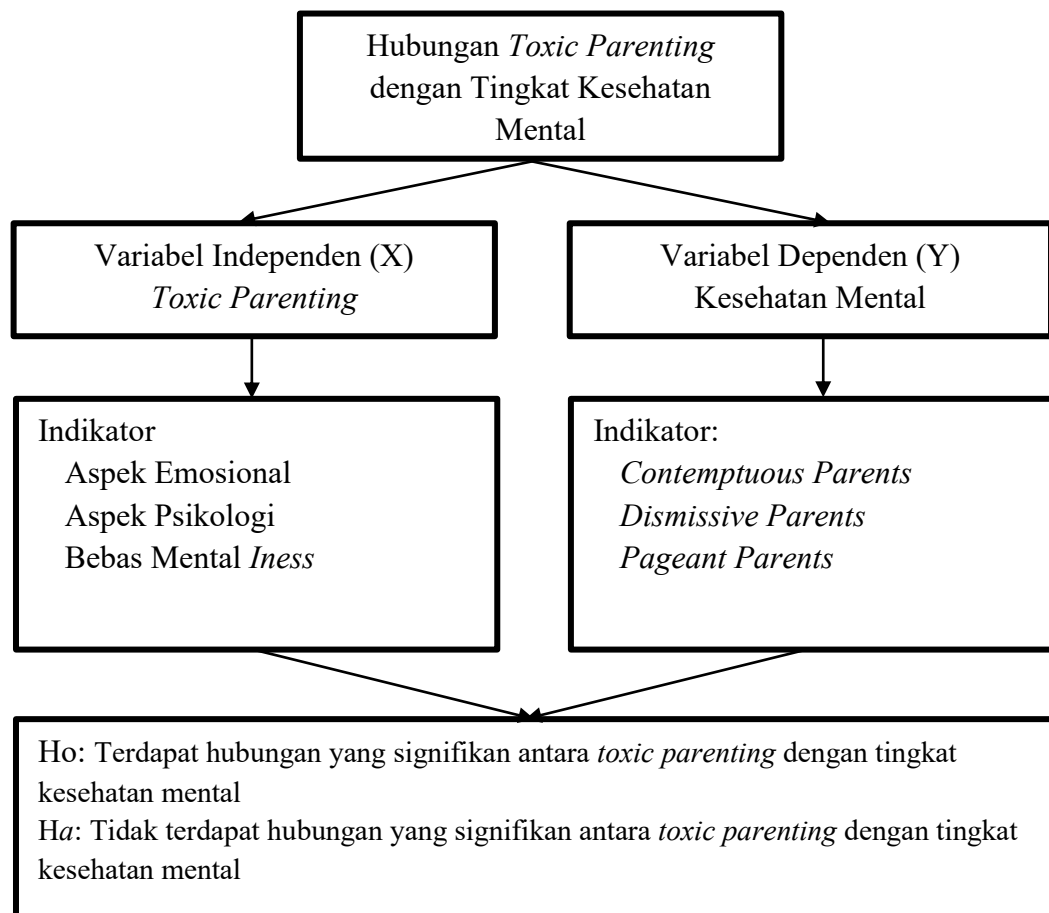
- c. Faktor lingkungan menjadi salah satu faktor karena lingkungan segala sesuatu yang ada di sekitar individu yang dapat membentuk cara seseorang berpikir, berinteraksi, bersikap dan lainnya. Lingkungan yang positif bisa membantu seseorang berkembang dengan baik sedangkan lingkungan yang tidak sehat dapat menimbulkan masalah tekanan dan kesehatan mental seseorang.

e. Dampak Kesehatan Mental

Dampak kesehatan mental yang sulit diatasi adalah penurunan kemampuan untuk beraktivitas sehari-hari, kemampuan untuk belajar, berinteraksi dengan lingkungan, membatasi diri dengan menyendiri, tidak ada keinginan untuk berkontribusi dalam kegiatan kampus, stres, depresi dan bahkan pemikiran untuk bunuh diri semua hal ini adalah contoh dari dampak kesehatan mental jika diabaikan terus menerus akan berakibat fatal.

2.2. Kerangka Konseptual

Konsep penelitian yang akan dilakukan pada penelitian ini bermula dari adanya permasalahan bahwa terdapat mahasiswa yang berada di masa dewasa awal. Mahasiswa cenderung rentan mengalami masalah tekanan kesehatan mental dengan melihat tanda dan gejala seperti gangguan kecemasan (perasaan cemas dan takut yang berlebihan), cenderung menyendiri, kurang aktif dalam diskusi kelas, enggan berpartisipasi dalam kegiatan organisasi, menyalahkan diri sendiri secara berlebihan atas kegagalan kecil dan merasa tidak pernah cukup, menunjukkan keraguan, ketidakpercayaan diri dan lain-lain yang akan menyebabkan, kecemasan, *stres*, depresi. Hal ini, diduga akibat pola asuh orang tua yang tidak sehat sehingga menjadi hal penting dalam kesehatan mental mahasiswa.



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual
(Sumber: Hasil Data Peneliti 2026)

2.1. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Verizka Annisa dan Fatchiah E. Kertamuda (2020) dengan judul “Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Dewasa Awal yang Memiliki Pengalaman Kekerasan Emosional” dalam penelitian ini menggambarkan kesejahteraan psikologis seorang perempuan dewasa awal (usia 22 tahun) yang mengalami kekerasan emosional dari keluarga sejak kecil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang mengalami kekerasan emosional dari orang tua dapat mengalami dampak pada beberapa aspek kesehatan mental, seperti ketidakstabilan emosi, penerimaan diri yang rendah, dan kesulitan menguasai lingkungan sosial. Namun, orang-orang ini tetap dapat membangun hubungan positif dan memiliki tujuan hidup.

Penelitian ini relevan karena menggambarkan dampak jangka panjang dari *toxic parenting*, kekerasan emosional terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis pada fase dewasa awal, yang sejalan dengan subjek peneliti yaitu mahasiswa pendidikan masyarakat angkatan 2022 usia 18-25 tahun.

Penelitian yang dilakukan oleh yulianti (2024) dengan judul “Pengaruh *toxic parenting* terhadap *insecurity* remaja di SMA Negeri 3 Kota Tasikmalaya”. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai korelasi sebesar 0,785 yang mana termasuk dalam kategori kuat serta nilai R Square sebesar 0,676 yang artinya variabel *toxic parenting* memberikan kontribusi sebesar 67,6% terhadap *insecurity* pada remaja sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain dengan nilai signifikansi sebesar 0,302 menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada memperluas kajian pada fase dewasa awal yaitu mahasiswa yang berada pada masa transisi menuju kemandirian sehingga individu pada tahap ini sering mengalami tekanan akademik, sosial, dan emosional yang dapat memperburuk kondisi kesehatan mental bukan hanya rasa *insecurity* saja apa lagi pengalaman *toxic parenting* dimasa lalu.

Penelitian yang dilakukan oleh sherina riza Chairunnisa (2021) dengan judul “Pengaruh *toxic parenting* terhadap perilaku emosional anak usia dini di Kecamatan Pondok Aren” pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *toxic parenting* dengan perilaku emosional anak usia dini. Hal ini, berdasarkan hasil uji korelasi product moment dengan diperoleh nilai $r \text{ hitung} = -0,608 > r \text{ tabel} = 0,195$ dengan taraf signifikansi $< 0,05$ serta koefisien determinasi sebesar 36,97%. Hasil tersebut menandakan adanya pengaruh perilaku emosional anak yang artinya, semakin tinggi tingkat *toxic parenting* yang diterapkan oleh orang tua dalam mengelola emosi anak menjadi lebih mudah takut, tidak percaya diri, dan sulit bersosialisasi. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada subjek penelitian jikalau Chairunnisa meneliti anak usia dini sedangkan penelitian ini melatih mahasiswa yang mana dalam segi usia kisaran 18-25 tahun yang sudah berada

pada tahap perkembangan dewasa awal. Hal ini menjadi pembeda dan menunjukkan bahwa *toxic parenting* memiliki dampak efek jangka panjang terhadap kondisi emosional dan mental individu yang mana perilaku ini diterima pada masa kanak-kanak hingga dewasa awal bahkan lebih.

Oktariani (2021) dalam penelitiannya yang berjudul "Dampak Toxic Parents dalam Kesehatan Mental Anak" yang dipublikasikan pada Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K), menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi literatur (*library research*). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana pola asuh *toxic parenting* berdampak terhadap kesehatan mental anak.

Hasil kajian menunjukkan bahwa *toxic parents* adalah orang tua yang memperlakukan anak dengan tidak hormat, seperti meremehkan pencapaian anak, sering membanding-bandingkan anak dengan saudara atau anak lain, serta melakukan kekerasan fisik maupun verbal. Perilaku ini pada akhirnya "meracuni" kondisi psikologis anak tanpa disadari oleh orang tua itu sendiri. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa dampak *toxic parenting* dapat memunculkan dua tipe respons anak, yaitu anak yang penurut (berusaha menekan keinginannya demi membahagiakan orang tua) dan anak yang pemberontak (menjadi pembangkang). Jika pola asuh ini berlangsung terus-menerus sepanjang kehidupan anak, maka kesehatan mental anak akan terganggu, yang pada akhirnya memengaruhi perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari, seperti munculnya kecemasan tinggi, kesulitan membangun kedekatan emosional, kesulitan

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2022) dengan judul "Hubungan Antara *Toxic Parents* Terhadap Kondisi Kesehatan Mental Remaja" dengan sample 155 mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu (usia 18–23 tahun) menemukan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *toxic parents* dan kesehatan mental mahasiswa ($r = 0,655$; $R^2 = 0,429$) pada 155 mahasiswa UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Melalui metode korelasional dengan instrumen kuesioner, penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi perilaku *toxic parenting*

yang dialami, semakin buruk kondisi kesehatan mental remaja. Temuan ini relevan sebagai dasar teori bagi penelitian mengenai hubungan *toxic parenting* dan kesehatan mental mahasiswa.

2.2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis diartikan sebagai hasil jawaban sementara yang ada dalam perumusan masalah yang nantinya harus ditinjau kembali. Peneliti diharuskan memaparkan hipotesis yang dapat disimpulkan sebagai, berikut:

- Ha = terdapat hubungan yang signifikan antara *toxic parenting* dengan tingkat kesehatan mental pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat Angkatan 2023
- Ho = tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *toxic parenting* dengan tingkat kesehatan mental pada mahasiswa Pendidikan Masyarakat Angkatan 2023