

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Definisi Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Hurlock mengatakan bahwasannya remaja dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*. *Adolescere* berasal dari kata latin yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.<sup>1</sup> Periodeisasi pada masa remaja menurut Hurlock terbagi menjadi tiga priode yaitu, remaja awal yang dimulai pada usia 12-14 tahun (*early adolescence*), remaja madya pada usia 15-18 tahun (*midlle adolescence*), dan remaja akhir pada usia 19-21 tahun (*late adolescence*).<sup>2</sup> Masa remaja disebut masa kritis karena munculnya masalah perilaku, penyesuaian diri dan juga remaja dituntut untuk memahami dan menerima perubahan yang terjadi, oleh karena itu remaja harus bisa menyesuaikan dan menyelesaikan tugas perkembangannya.<sup>3</sup>

Teori Piaget, menyatakan bahwa secara psikologis masa remaja adalah usia individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia ketika anak merasa berada dalam tingkatan yang sama dengan orang yang lebih tua, sekurang-

---

<sup>1</sup> Mohammad Ali, Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan peserta didik* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2015), h. 9.

<sup>2</sup> Izzatur Rusuli, “Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson dengan Konsep Islam”, *Jurnal As-Salam*, Vol. 6 No. 1, (Januari –Juni 2022), h. 76.

<sup>3</sup> Novi Qonitatin, et al., “Relasi Remaja - Orang Tua dan Ketika Teknologi Masuk di Dalamnya”, *Buletin Psikologi*, Vol. 28 No. 1 (Juni 2020), h. 21

kurangnya dalam memecahkan masalah.<sup>4</sup> Menurut Kanopka, secara umum masa remaja dibagi menjadi tiga bagian, yaitu sebagai berikut:<sup>5</sup>

a. Masa remaja awal (12-15 tahun)

Pada masa ini individu mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak tergantung pada orang tua.

b. Masa remaja pertengahan (15-18 tahun)

Pada masa ini remaja mulai mengembangkan kematangan tingkah laku, belajar mengendalikan impulsivitas, dan membuat keputusan-keputusan awal yang berkaitan dengan tujuan vokasional yang ingin dicapai.

c. Masa remaja akhir (19-22 tahun)

Masa ini ditandai oleh persiapan akhir untuk memasuki peran-peran orang dewasa. Selama periode ini remaja berusaha memantapkan tujuan vokasional dan mengembangkan *sense of personal identity*.

## 2. Ciri-ciri Remaja

Individu akan mengalami perubahan fisik dan psikis pada masa remaja, selain itu, remaja juga mengalami perubahan kognitif dan mulai berpikir abstrak seperti orang dewasa. Selain itu, secara emosional remaja terpisah dari orang tuanya untuk mengenali peran barunya dalam lingkungan sosial sebagai orang dewasa.<sup>6</sup> Menurut Elizabeth B. Hurlock, remaja adalah masa yang penting dalam

<sup>4</sup> Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Cet.5, Jakarta: Erlangga, 2002), h. 216.

<sup>5</sup> Hendrianti Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), h.29.

<sup>6</sup> Hendrianti Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), h.28.

kehidupan yang ditandai dengan karakteristik tertentu. Masa remaja memiliki ciri-ciri sebagai berikut:<sup>7</sup>

a. Ciri-ciri umum masa remaja

- 1) Periode yang penting, terjadinya perubahan fisik, perkembangan mental yang cepat terutama pada awal masa remaja.
- 2) Periode peralihan, masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, maka setiap masa peralihan status individu menjadi tidak jelas karena terdapat keraguan terhadap peran yang harus dilakukan remaja.
- 3) Periode perubahan, selama masa remaja tingkat perubahan fisik, sikap dan perilaku akan sama. Selain itu terjadi juga perubahan yang bersifat universal, diantaranya terjadinya perubahan pada tubuh, berubahnya pola perilaku dan minat, meningginya emosi, dan juga terjadinya pertentangan pada setiap perubahan.
- 4) Usia Bermasalah, masa remaja sering mengalami masalah yang sulit untuk diatasi. Alasan kesulitan itu adalah pada masa kanak-kanak, ketika terjadi suatu masalah maka yang menyelesaikan adalah orang tua dan guru, hal ini menyebabkan anak tidak memiliki pengalaman dalam menyelesaikan masalah. Selain itu terdapat remaja yang merasa bisa untuk menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan orang tua dan guru karena merasa sudah mandiri.

---

<sup>7</sup> Rosleny Marliani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2015), h. 166-169.

- 5) Masa remaja sebagai masa mencari identitas, pada masa ini remaja akan berusaha mencari identitas diri untuk menjelaskan siapa dirinya, dan apa perannya dalam masyarakat.
  - 6) Usia yang menimbulkan ketakutan, anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, tidak bisa dipercaya, takut bertanggung jawab, dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang seharusnya membimbing dan mengawasi kehidupan remaja menjadi tidak simpatik kepada remaja, termasuk kepada remaja yang berperilaku normal dan tidak menyebabkan masalah.
  - 7) Masalah yang tidak realistis, remaja cenderung melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.
  - 8) Ambang masa dewasa, dengan semakin mendekatnya usia kematangan, remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip yang telah ada belasan tahun, serta memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa.
- b. Beberapa ciri khusus mengenai perubahan yang terjadi pada masa remaja adalah sebagai berikut:
- 1) Masa storm & stres, adalah masa dimana terjadinya peningkatan emosional secara cepat pada remaja awal.
  - 2) Perubahan yang cepat secara fisik juga disertai dengan kematangan seksual.
  - 3) Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan orang lain. Selama masa remaja, banyak hal yang menarik bagi dirinya yang dibawa dari masa kanak-kanak diganti dengan hal baru dan lebih matang.

- 4) Perubahan nilai, yang semula mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa.
- 5) Remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Disatu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi pada sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang akan menyertai kebebasan tersebut, serta meragukan kemampuannya untuk memikul tanggung jawab tersebut.

## **B. Strategi Coping Stress**

### **1. Pengertian Strategi Coping Stress**

Menurut Rasmun, stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu. Stres merupakan gangguan mental yang terjadi pada seseorang karena adanya tekanan baik dari dalam maupun dari luar yang sulit untuk dihadapi. Stres kerap kali diakibatkan dari kegagalan dalam memenuhi keinginan dan kebutuhan diri. Dampak stress pada individu dapat diraskan baik secara intelektual, sosial, spiritual, fisik dan psikologis.<sup>8</sup> Respon stres yang dihadapi setiap individu berbeda-beda, orang yang mengalami stres seringkali kehilangan minat untuk bersosialisasi, lebih suka menyendiri, dan menjadi malas beraktivitas. Selain itu dari segi emosi biasanya individu menjadi pemarah, sensitif, merasa tidak berdaya bahkan frustrasi. Selain itu respon stres pada fisik yaitu pusing, tegang otot, demam, terjadinya gangguan tidur, hingga merasa lelah dan kehilangan energi.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> Juli Andriyani, “Strategi Coping Stres dalam Mengatasi Problema Psikologis”, *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2, (Desember, 2019), h.39-40.

<sup>9</sup> Dwi Wulan Novianti, “Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19”, *Jurnal Medika Hutama*, Vol. 03 No. 01, (Oktober, 2021), h. 1680.

Kata *coping* berasal dari kata *cope* yang memiliki arti menghadapi, melawan, penanggulangan, ataupun mengatasi (*to cope with* yaitu mengatasi, menanggulangi). *Coping* dapat diartikan upaya atau reaksi yang dilakukan individu untuk mengatasi, mengurangi, atau mentolerir perasaan yang menjadi beban dan tekanan kejiwaan yang dapat menyebabkan stres.<sup>10</sup> Menurut Rustiana *coping* dikhususkan pada bagaimana seseorang mengatasi tuntutan yang menekan.<sup>11</sup> Menurut Utomo strategi koping adalah usaha individu untuk mengelola stress dengan cara tertentu. Strategi koping sebenarnya berasal dari kata koping yang artinya usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi tuntutan internal dan eksternal sebagai sesuatu yang membebani dan mengganggu kelangsungan hidup.<sup>12</sup>

Teori mengenai strategi *coping* secara lebih komprehensif dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman yang secara umum mengemukakan bahwa strategi *coping* terdiri dari usaha yang bersifat kognitif dan behavioural. Ada beberapa cara untuk mengkategorikan strategi koping yang digunakan individu ketika menghadapi stres. Salah satu kategorisasi yang paling umum adalah mengklasifikasikan strategi *coping* sebagai fokus masalah (*problem focused coping*) atau *coping* sebagai fokus emosional (*emotional focused coping*). Strategi koping berfokus masalah bertujuan untuk mengubah atau menghilangkan sumber stres, sedangkan

---

<sup>10</sup> Made Saihu, M. Adib Abdushomad, Encep Darisman, “Strategi Coping Stress Mahasiswa dalam Penulisan Skripsi”, *ALIM Journal of Islamic Education*, Vol. 3 No. 1, (2021), h. 66.

<sup>11</sup> Desi Sulistyon Wardani, “Strategi Coping Orang Tua Menghadapi Anak Autis”, *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol. 11 No. 1, (Mei, 2009), h. 28.

<sup>12</sup> Shanty Natalia, Ana Dwi Lestari, “Faktor Dukungan Orang Tua dengan Strategi Coping Remaja Menghadapi Bullying di SMP Malang”, *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol. 7 No. 2, (September, 2021), h. 138-139.

strategi koping berfokus emosi memfokuskan pada penyesuaian respon emosional yang ditimbulkan oleh situasi stres.<sup>13</sup>

Lazarus dan Folkman mengatakan bahwa keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi *coping*. Strategi *coping* sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lain-lain sangat berpengaruh pada kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.<sup>14</sup>

Menurut Cohen dan Lazarus *coping* juga memiliki beberapa fungsi yaitu:<sup>15</sup>

- a. Untuk mengurangi kondisi-kondisi lingkungan yang menyakitkan dan memperbesar kemungkinan untuk memulihkannya.
- b. Untuk menerima dan menyesuaikan diri dengan peristiwa atau kenyataan yang tidak menyenangkan.
- c. Untuk mempertahankan citra diri yang positif
- d. Untuk mempertahankan keseimbangan emosional.
- e. Untuk melanjutkan hubungan yang memuaskan dengan orang lain.

Selain itu, menurut Taylor terdapat empat tujuan *coping*, yaitu mempertahankan keseimbangan emosi, mempertahankan self-image yang positif,

---

<sup>13</sup> Naomi Revadani Setianingrum, Anastasia Sri Maryatmi, "Hubungan Antara kecerdasan Emosi dan *Coping Stress* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Anak Sulung di Kelurahan X Bogor", *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, Vol. 4 No. 3, (November, 2020), h. 116.

<sup>14</sup> Siti Maryam, "Strategi *Coping*: Teori dan Sumberdayanya", *Jurnal Konseling Andi Mantappa*, Vol. 1 No. 2, (Agustus, 2017), h. 102.

<sup>15</sup> Zulfahmi Yasir Yunan, "Strategi *Coping* Anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga", *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, Vol. 7 No. 2, (Desember, 2018). h. 160.

mengurangi tekanan lingkungan atau menyesuaikan diri terhadap kajian negatif, dan tetap melanjutkan hubungan yang memuaskan dengan orang lain.<sup>16</sup> Efektif tidaknya strategi koping yang digunakan tergantung pada faktor kepribadian dari masing-masing individu, dan tingkat stres yang dialami. Jika strategi koping yang dipilih oleh individu tersebut tidak cocok maka dapat menyebabkan masalah baru dan menimbulkan kegagalan dalam menghadapi masalah.<sup>17</sup>

Dari teori dan pengertian yang telah dipaparkan di atas, dapat peneliti simpulkan bahwa strategi *coping* merupakan cara atau respon individu untuk menangani dan menghadapi situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapi dan mengganggu keberlangsungan hidup. Hal itu dilakukan untuk mengurangi efek negatif dan memperoleh rasa aman dalam dirinya.

## 2. Jenis-jenis *Coping Stress*

Lazarus & Folkman membagi strategi koping menjadi dua kelompok besar, antara lain:<sup>18</sup>

### a. *Problem-focused coping* (Terfokus pada masalah)

*Problem focused coping* merupakan salah satu strategi koping yang dilakukan individu untuk menghadapi dan menghilangkan sumber stres dengan membuat rencana dan melakukan tindakan lebih lanjut dengan segala kemungkinan yang akan terjadi agar dapat memperoleh apa yang telah

<sup>16</sup> Desi Sulistyon Wardani, “Strategi *Coping* Orang Tua Menghadapi Anak Autis”, *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol. 11 No. 1, (Mei, 2009), h. 29.

<sup>17</sup> Dena Noor Apriliana, “Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19”, *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 9 No. 1, (Maret 2021), h. 91.

<sup>18</sup> Maindra Fauziannisa, Mareyke Maritje Wagey Tairas, “Hubungan antara *Strategi Coping* dengan *Self-efficacy* pada Penyalahguna Narkoba pada Masa Pemulihan”, *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol.02 No. 03, (Desember 2013), h. 138.

direncanakan dan diinginkan. Pada strategi ini individu akan berpikir secara logis dan positif dalam mengatasi masalahnya.<sup>19</sup> Adapun bentuk dari problem focused coping ini yaitu:

- 1) *Confrontative coping* adalah usaha agresif untuk mengubah situasi dengan mencari penyebabnya dan akan mengalami resiko.
- 2) *Seeking social support* adalah usaha yang digunakan untuk mencari sumber dukungan informasi, dukungan sosial dan dukungan emosional.
- 3) *Planful problem solving* adalah usaha yang dilakukan untuk mengubah situasi, dan memecahkan suatu masalah.

b. *Emotion focused coping* (Terfokus pada emosi)

*Emotional focused coping* merupakan cara yang dilakukan individu apabila dihadapkan dalam situasi dan kondisi yang menekan, sehingga yang dilakukan individu adalah mengontrol respon emosional yang ada dalam dirinya. Menurut Santrock *emotional focused coping* merupakan strategi yang dilakukan individu dalam memberikan respon, atau salah satu bentuk penanganan stres dengan cara emosional, dan menggunakan evaluasi yang defensive.<sup>20</sup> Adapun bentuk coping dari *emotion focused coping* yaitu:

- 1) *Self-control* merupakan usaha yang digunakan untuk mengatur tindakan dan perasaan diri sendiri.

---

<sup>19</sup> Nauratul Iqramah, Nurhasanah, Nurbaity, “Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping) Dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala”, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3 No. 4, (Desember, 2018), h.77.

<sup>20</sup> Martunus Wahab, Eko Sujadi, Leni Setioningsih, “Strategi Coping Korban Bullying”, *Jurnal Tarbawi*, Vol. 13 No. 02, (Desember, 2017), h. 23.

- 2) *Distancing* yaitu usaha untuk melepaskan diri dengan cara memberikan perhatian lebih kepada hal yang bisa menciptakan suatu pandangan yang positif.
- 3) *Positive reappraisal* yaitu suatu usaha untuk menciptakan hal-hal positif dengan memusatkan kepada diri sendiri dan menyangkut religiusitas.
- 4) *Accepting responsibility* yaitu mrngakui adanya peran diri sendiri dalam masalah.
- 5) *Escape Avoidance* yaitu melakukan tingkah laku untuk lepas atau menghindar.<sup>21</sup>

### C. Toxic Parenting

*Parenting* adalah kemampuan atau keterampilan orang tua dalam merencanakan, melahirkan, membesarkan dan merawat anak. Seorang terapis formatif Jerome Kagan menyatakan, *parenting* adalah apa yang harus dilakukan oleh orang tua dalam perkembangan sosial anak, sehingga anak-anak dapat bertanggung jawab dalam segala hal yang mereka lakukan, dan berkontribusi sebagai warga negara.<sup>22</sup> James mengatakan pola asuh adalah tentang bagaimana orang tua berinteraksi dan memberikan kasih sayang kepada anaknya, bagaimana orang tua bereaksi terhadap anak-anaknya, bagaimana cara orang tua mengatasi masalah, dan bagaimana orang tua bertindak sebagai panutan di depan anak.<sup>23</sup> Pola asuh yang dilakukan oleh orang tua dapat mempengaruhi tumbuh kembang,

---

<sup>21</sup> Richard S.Lazarus & Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*, (New York:Springer Publishing Company, 1986), h. 99.

<sup>22</sup> Asmidar Parapat, Rita Nofianti, Siti Latifa, "Optimalisasi Partisipasi Orang Tua Melalui Kegiatan *Parenting* di Desa Lau Gumba Kecamatan Berastagi Kabupaten Karo", *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, Vol. 9 No. 9, (2022), h. 3398.

<sup>23</sup> Kustiah Sunarty, "Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Kemandirian Anak", *Journal of EST*, Vol.2 No.3, (Desember, 2016), h. 154.

dan berdampak bagi psikis sang anak. Setiap orang tua memiliki cara yang berbeda dalam menerapkan pola asuh untuk anak mereka, hal ini bisa disebabkan karena latar belakang pengetahuan, norma, ekonomi dan pekerjaan.<sup>24</sup>

Dalam bahasa Indonesia *toxic* memiliki makna racun, dan *parenting* artinya pengasuhan, jadi dapat diartikan bahwasannya *toxic parenting* adalah pola asuh yang beracun, salah dan keliru yang dilakukan oleh orang tua ataupun keluarga dan tanpa sadar dapat melukai psikologis anak. Orang tua yang melakukan *toxic parenting* disebut *toxic parents*, yaitu orang tua yang *toxic* dalam mengasuh anak, contohnya orang tua yang tidak peduli dengan perasaan dan pendapat anak, anak harus sesuai dengan keinginan orang tua tanpa memperdulikan bahwa anak juga memiliki hak atas hidup mereka sendiri.<sup>25</sup> *Toxic* dianggap sebagai suatu fenomena dimana seseorang yang berperilaku untuk mengintimidasi atau meremehkan orang lain, tidak mendukung, menguras tenaga, tidak menghargai, tidak puas, dan merasa paling bisa sehingga menganggap orang lain tidak setara dengan kemampuannya.<sup>26</sup>

Menurut Mikulincer orang tua yang *toxic* adalah mereka yang menunjukkan gaya hidup dan interaksi yang merusak kemampuan anak untuk membentuk hubungan yang sehat dengan anggota keluarga, teman, dan pasangan. Setiap orang tua memang cenderung melakukan kesalahan. Dalam frekuensi dan intensitas interaksi tertentu, kesalahan tersebut dapat merugikan anak. Dampak

---

<sup>24</sup> Euis Pupu, Mubiar Agustin, "Menyikapi *Toxic Parent* Terhadap Kepercayaan Diri Anak Usia Dini Pada Masa New Normal", *PIAUDKU: Journal of Islamic Early Childhood Education*, Vol. 1 No. 1, (Mei 2022), h. 3.

<sup>25</sup> Rianti, Ahmad Dahlan, "Karakteristik *Toxic Parenting* Anak dalam Keluarga", *DIAJAR (Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran)*, Vol.1 No.2, (April, 2022), h.192.

<sup>26</sup> Rinaldy Raka Wicaksana, Nova Kristiana, "Kampanye Sosial *Stop Toxic* Sebagai Upaya Membangun Sikap Positif Bermain *Game*", *Jurnal Barik*, Vol. 2 No. 2, (2021) h. 203.

tersebut dapat berlangsung dalam jangka panjang, berimplikasi pada harga diri, persahabatan, dan hubungan yang hangat antara anak dan orang tuanya. Jika orang tua menjadi orang tua yang *toxic*, maka anak tidak akan memiliki sandaran dalam menghadapi stres. Bahkan, orang tua yang *toxic* bisa menjadi sumber stres *toxic* pada anak.<sup>27</sup>

Istilah lain dari *toxic parenting* adalah *poisonous parents* yang diciptakan oleh Dunham dan Dermer. *Poisonous parents* adalah interaksi dan cara mendidik anak tentang kehidupan yang dilakukan oleh orang tua dengan cara yang beracun, sehingga orang tua membuat kesalahan dalam pengasuhan anak yang berakibat tidak baik bagi kemampuan sang anak untuk membentuk hubungan dalam keluarga, pasangan, teman hingga keturunannya.<sup>28</sup>

*Toxic parenting* termasuk kedalam pola asuh otoriter. Pola asuh otoriter adalah cara mendidik anak dengan menggunakan kepemimpinan otoriter, dimana pemimpin memutuskan segala kebijakan, langkah, dan tugas yang harus dijalankan. Pola asuh otoriter diketahui mencerminkan sikap keras dan seringkali diskriminatif dari orang tua. Hal ini ditandai dengan adanya tekanan dari anak untuk menuruti segala perintah dan keinginan orang tua, kontrol yang sangat ketat terhadap perilaku anak, kurangnya kepercayaan orang tua, seringnya menghukum anak, dan sedikit pujian atau hadiah jika anak telah mencapai sesuatu.<sup>29</sup>

---

<sup>27</sup> Hardiyati Pratiwi, Ikta Yarliani, Murniyanti Ismail, Rizki Noor Haida, Noer Asmayati "Assesing the Toxic Levels in Parenting Behavior and Coping Strategies Implemented During the COVID-19 Pandemic, *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, Vol. 14 No. 2, (November, 2020), h. 233.

<sup>28</sup> Sumardjijati, Dyva Claretta, Heidy Arviani, "Toxic Parents Pada Podcast (Studi Deskriptif Kualitatif Resepsi Kh'alayak Dewasa Awal Terhadap Podcast Curhat Babu Episode "Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?")", *KINESIK*, Vol. 9 No. 2, (2022), h. 144.

<sup>29</sup> Qurrotu Ayun, "Pola Asuh Orang Tua dan Metode Pengasuhan dalam Membentuk Kepribadian Anak", *ThufuLA*, Vol.5 No.1, (Januari-Juni, 2017), h. 106-109.

Susan Forward mengatakan bahwa orang tua yang dikategorikan sebagai orang tua *toxic*, mempunyai ciri-ciri seperti:<sup>30</sup>

- a. Memperlakukan anak seperti orang yang bodoh.
- b. Terlalu melindungi anaknya sehingga anaknya terkekang karena orang tuanya terlalu mengekang.
- c. Terlalu membebani anaknya dengan rasa bersalah atau dengan kesalahan yang mereka perbuat lalu diungkit terus menerus oleh orang tuanya.
- d. Mengatakan kata-kata yang membuat anak tidak percaya diri dan merasa tidak dicintai oleh orang tuanya sendiri.
- e. Ciri yang terakhir yaitu, sebagian orang tua terkadang memukul anaknya ketika anaknya membuat kesalahan.

Berdasarkan teori dan pengertian yang telah dipaparkan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa *toxic parenting* adalah pola asuh negatif orang tua baik perbuatan maupun perkataan yang dilakukan secara terus menerus sehingga dapat menyebabkan trauma dan kerusakan mental pada anak. Pola asuh *toxic* yang dilakukan orang tua dapat ditentukan oleh pengetahuan, norma, ekonomi, pekerjaan, kondisi mental dan pengalaman orang tua itu sendiri terkait bagaimana pengasuhan yang mereka terima dulu.

---

<sup>30</sup> Shelfira Carelina, maman Suherman, "Makna Toxic Parents di Kalangen Remaja Kabaret SMAN 10 Bandung", *Prosiding Hubungan masyarakat*, Vol. 6 No. 2, (2020), h. 381.