

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa ini, istilah *toxic* bukanlah sesuatu yang asing lagi di telinga kita (Ibrahim, 2022). Seperti istilah *toxic* dalam *toxic people* yang merupakan sebutan untuk orang-orang yang dianggap toksik atau ‘beracun’. Menurut Carelina & Suherman (2020), istilah toksik merupakan sebutan yang disematkan kepada orang-orang yang memiliki kepribadian yang suka menyusahkan, merugikan orang lain, baik secara fisik maupun emosional, serta baik secara verbal maupun non verbal, yang lebih diartikan sebagai seseorang yang memberikan efek negatif serta membawa pengaruh buruk yang dapat menghancurkan seseorang, yakni sama seperti halnya racun.

Saat ini penggunaan istilah *toxic* sudah cukup luas, umumnya digunakan dalam hubungan antarpasangan dan pekerjaan. Namun, istilah *toxic* ini juga digunakan di dalam lingkungan keluarga, yakni antara orang tua dan anak, yang kemudian memunculkan suatu istilah yang disebut ‘*toxic parents*’. Lalu bagaimana sebenarnya orang tua yang *toxic* itu? Apakah orang tua yang memukul dan terlalu mengontrol anak-anak mereka termasuk *toxic parents*?

Menurut Forward & Buck (2002) dalam bukunya yang berjudul *Toxic Parents: Overcoming Their Hurtful Legacy and Reclaiming Your Life*, menjabarkan bahwa tindakan tersebut tidak semata-mata bisa melabeli mereka

sebagai *toxic parents*. Terkadang orang tua melakukan kesalahan, mereka adalah manusia biasa juga yang memiliki banyak masalah pribadi dan kebanyakan anak masih dapat menghadapi ledakan kemarahan orang tua yang hanya terjadi sesekali, selama anak masih mendapatkan banyak cinta dan kasih sayang untuk memakluminya, tetapi juga ada banyak orang tua yang memiliki pola pengasuhan yang negatif yang terus menerus konsisten dan dominan dalam kehidupan anaknya. Orang tua seperti ini yang membahayakan tumbuh kembang anak, baik secara fisik maupun mental.

Seperti *chemical toxic* (racun kimia), kerusakan emosional yang ditimbulkan oleh orang tua ini menyebar ke seluruh diri anak, dan seiring pertumbuhan dan perkembangan sang anak, rasa sakitnya juga ikut bertambah. Tidak ada kata yang lebih daripada '*toxic*', untuk menggambarkan orang tua yang terus menerus menimbulkan trauma, pelecehan, penghinaan terhadap anak-anak mereka, dan dalam kebanyakan kasus, orang tua masih terus berulang kali melakukannya bahkan setelah anak-anak mereka dewasa. Namun, ada pengecualian untuk aspek "berkelanjutan" atau "berulang kali" dari definisi ini. Pelecehan seksual atau fisik bisa sangat traumatis sehingga meski terjadi sekali saja sudah cukup menyebabkan kerusakan emosional yang luar biasa (Forward & Buck, 2002).

Lebih lanjut, Forward & Buck (2002) menyebut bahwa *toxic parents* dapat dikenali dari perilaku pengasuhannya. Perilaku-perilaku tersebut di antaranya; 1) menekan anak, baik secara psikis dan emosional; 2) menyuap anak dengan uang atau imbalan demi keinginan orang tua dapat terpenuhi; 3) menuntut anak untuk

terlibat dalam masalah orang tua sehingga mampu membuat anak merasa bersalah karena merasa ikut bertanggung jawab; 4) memberikan anak hukuman fisik yang berlebihan dengan alasan untuk mendisiplinkan.

'*Poisonous parents*' merupakan istilah lain dari *toxic parents* yang diciptakan oleh Dunham & Dermer (2011) dalam bukunya yang berjudul *Poisonous Parenting: Toxic Relationship Between Parents and Their Adult Children*. Menurut Dunham & Dermer, *poisonous parents* adalah orang tua yang memiliki gaya interaksi dan cara pengajaran tentang kehidupan yang merusak kemampuan anak untuk membentuk hubungan yang sehat dengan anggota keluarga, teman, kekasih, dan keturunannya. Senada dengan definisi Forward & Buck, Dunham dan Dermer menjelaskan bahwa setiap orang tua membuat kesalahan tetapi frekuensi dan intensitas interaksi tertentu menjadikan mereka orang tua yang 'beracun'. Toksisitas (tingkat bahaya) dari pola asuh *poisonous parents* bervariasi yang berdasar pada banyak faktor: tingkat paparan, pengulangan paparan, persiapan, tujuan, dan tingkat kepekaan dari korban.

Berdasarkan definisi-definisi di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa *toxic parents* adalah orang tua yang memiliki pola pengasuhan negatif yang dilakukan secara konsisten dan dominan dalam kehidupan anak, seperti pelecehan, kekerasan, penghinaan, dan lain sebagainya yang dapat menimbulkan trauma serta merugikan anak dalam jangka panjang.

Gaya pengasuhan yang diterapkan oleh setiap orang tua akan mempengaruhi bagaimana perkembangan anak karena berkaitan dengan stimulus

yang diberikan kepada anak (Permatasari & Hastuti, 2013). Anak-anak yang sering mendapatkan pola asuh *abusive* dari orang tua yang toksik, seperti terlalu sering ditelantarkan atau dipukuli, dilecehkan secara seksual, diperlakukan seperti orang bodoh, terlalu dikekang, selalu dibebani oleh rasa bersalah yang tidak mereka lakukan, dan ketika dewasa hampir seluruh dari mereka menderita gejala yang sangat mirip: harga diri yang rendah dan rusak, yang mengarah pada perilaku merusak diri sendiri (Forward & Buck, 2002). Dengan cara apapun, mereka hampir merasa tidak berharga, tidak dapat dicintai, dan tidak berhak. Perasaan ini sebagian besar berasal dari fakta bahwa anak-anak dari orang tua yang toksik menyalahkan diri mereka sendiri atas perlakuan *abusive* orang tua mereka, terkadang secara sadar dan terkadang tidak. Apalagi bagi seorang anak yang tidak berdaya dan memiliki ketergantungan dengan orang tuanya yang *abusive*, maka akan lebih mudah untuknya merasa bersalah, seperti merasa bersalah karena telah melakukan sesuatu yang “buruk” sehingga pantas mendapatkan kemarahan orang tuanya daripada menerima kenyataan menyakitkan bahwa orang tua mereka, sang pelindungnya, adalah orang yang tidak dapat dipercaya. Ketika anak-anak ini dewasa, mereka terus menanggung beban rasa bersalah dan ketidakmampuan ini, sehingga sulit bagi mereka untuk mengembangkan citra diri yang positif. Rendahnya harga diri dan rasa percaya diri pada gilirannya dapat mewarnai setiap aspek kehidupannya kelak (Forward & Buck, 2002).

Pengalaman orang tua sendiri tentang masa kecil mereka dan gaya pengasuhan yang diterima cenderung menjadi penentu utama gaya pengasuhan

yang akan mereka terapkan kepada anak-anak mereka. Sebuah penelitian mampu menunjukkan bahwa pengalaman perlakuan buruk yang diterima oleh orang tua saat mereka masih kanak-kanak cenderung memiliki efek merugikan pada kemampuan pengasuhan berikutnya (Fitzgerald et al., dalam Dewanggi et al., 2015). *Toxic parenting* tidak semata-mata muncul secara tiba-tiba. Menurut Dewanggi et al. (2015) ada beberapa faktor hal tersebut dapat terjadi: 1) pengalaman pola asuh yang dialaminya di masa lalu. Pengalaman mampu membentuk bagaimana karakter orang tua dalam mengasuh anak dan biasanya *toxic parenting* ini sendiri terbawa dari bagaimana orang tuanya dahulu memperlakukannya sehingga sebenarnya mereka pun kesulitan untuk menahan perilaku toksik tersebut agar tidak terulang lagi kepada anaknya; 2) tingkat pendidikan yang rendah; 3) lingkungan masyarakat yang menerapkan pola pengasuhan yang sama; atau 4) tuntutan ekonomi yang memaksa orang tua untuk bekerja lebih keras dan akhirnya menimbulkan stres yang mampu memicu *toxic parenting*.

Selama pandemi Covid-19, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melakukan survei di 34 provinsi soal kekerasan fisik dan psikis terhadap anak-anak. Survei nasional KPAI yang dilakukan secara daring ini memiliki jumlah sampel sebanyak 25.164 responden. Hasilnya, orang tua mengaku melakukan kekerasan fisik kepada anak-anak, seperti mencubit (39,8%), menjewer (19,5%), memukul (10,6%), mengurung (5,2%), dan lain-lain. Selain kekerasan fisik, orang tua juga mengaku melakukan kekerasan psikis, berupa memarahi (72,1%),

membentak (33,1%), membanding-bandingkan dengan anak lain (31,9%), mengancam (8%), dan lain-lain (KPAI, 2021).

Data tersebut tentu tidak bisa mewakili keseluruhan fenomena pola asuh *abusive* orang tua kepada anaknya di Indonesia. Fenomena *toxic parents* terkadang tidak dapat dideteksi oleh orang luar karena penampakan orang tua dan keluarga yang bisa tampak baik-baik saja. Beberapa anak mungkin saja tidak menyadari bahwa perlakuan orang tuanya termasuk ke dalam pola asuh toksik, meski telah terlihat dampak negatifnya terhadap dirinya. Dan bukan hanya anak saja, orang tua pun terkadang tidak menyadarinya atau bahkan menyangkalnya (*denial*). Menurut Ari Pratiwi, seorang psikolog anak dan keluarga, terkadang anak-anak yang berprestasi, berparas rupawan, dan mampu bersosialisasi dengan baik bisa saja memiliki luka fisik dan batin yang rapuh. *Toxic parents* yang merusak mental anak tidak dapat dihukum karena luka yang disebabkan tidak nyata, berbeda dengan kekerasan fisik yang langsung bisa divisum.

Meski pola asuh *abusive* orang tua toksik dihentikan, tidak serta merta pengaruh perlakuannya terhadap mental dan emosional anak juga akan hilang. Tidak mudah untuk menyembuhkan psikis anak yang terlanjur terluka, terutama mereka yang sampai mengalami trauma. Ketika mereka tumbuh dewasa, tidak menutup kemungkinan pengalaman-pengalaman *abusive* atau trauma itu akan mempengaruhi pada bagaimana mereka melihat masa depannya; bagaimana mereka memperlakukan dirinya, pasangannya, bahkan anak-anaknya kelak. Hal inilah yang kerap menjadi salah satu kekhawatiran terbesar anak-anak yang dibesarkan oleh *toxic parents*. Seperti yang diungkapkan oleh seorang narasumber

dalam Podcast Curhat Babu episode “Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?” yang diunggah pada 10 Februari 2021 di aplikasi Spotify.

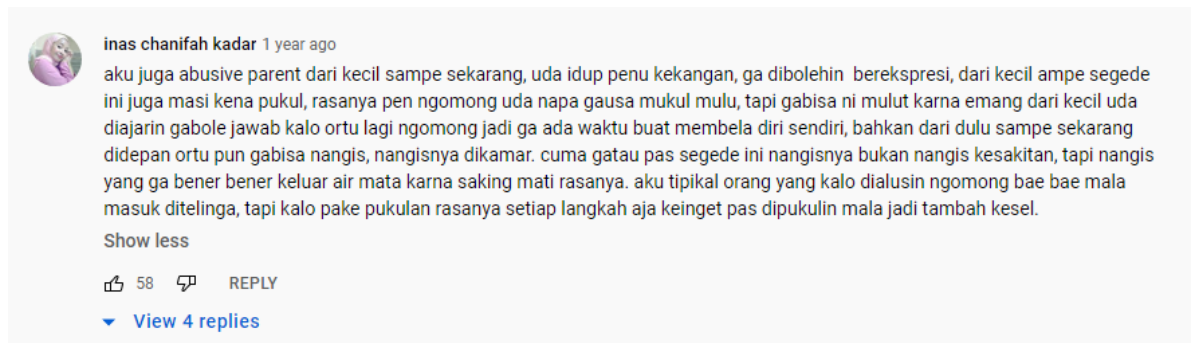
Podcast Curhat Babu merupakan kepanjangan dari Curhat Bapak dan Ibu. Curhat Babu membicarakan topik yang tidak jauh-jauh dari *parenting*, namun juga sesekali menyelipkan konten-konten dengan topik hubungan dengan pasangan, baik seputar kehidupan saat menikah maupun yang akan menuju ke jenjang tersebut. Podcast Curhat Babu episode “Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?” menjawab dan membahas kegalauan seorang pendengar setia Curhat Babu yang mengaku memiliki orang tua *toxic* yang sering berlaku *abusive* kepadanya dan saudara-saudaranya. Kini sang pengirim email telah berusia 25 tahun dan memiliki seorang kekasih. Namun, memiliki pengalaman diasuh oleh orang tua yang toksik, tidak hanya telah mengganggu kestabilan mentalnya tetapi juga menimbulkan banyak kekhawatiran dan ketakutan terhadap masa depannya.

“Bertahun-tahun aku hidup, nggak pernah sehari pun aku nggak denger omongan negatif dari orang tuaku, terutama Ayah. Entah mereka membanggakan diri sendiri, bicara tentang orang lain, atau bahkan menjelek-jelekan anaknya sendiri. Sebagai anak terakhir, aku merasa banyak sekali beban yang ditanggung dari perilaku *abusive* secara verbal yang dilakukan orang tuaku karena bagi mereka berkata kasar sangatlah normal. Bahkan waktu kakak-kakakku remaja dulu, mereka sering mendapatkan pukulan. Dan aku pun sekali-dua kali juga kena. Nggak peduli walaupun anaknya perempuan semua. Tapi sejujurnya, rumah bukanlah tempat yang nyaman. Aku bahkan berharap pasanganku nggak seperti Ayahku. Nah, sekarang menjelang usia 25, aku mulai sadar dan cenderung

tertutup sekali. Lebih baik aku diam daripada aku dapat perlakuan yang *abusive* secara verbal. Ada ketakutan suatu saat nanti kalo aku nikah, orang tuanya pacarku nggak kasih restu kalo liat orang tuaku pasangan kayak gini dan masih banyak sekali ketakutan yang ada di dalam diriku. Pertanyaannya, *what should I do? Should I go to see therapist?*”

Pengirim email yang dianonimkan tersebut mungkin saja bukan satu-satunya orang yang memiliki permasalahan dan merasakan kekhawatiran tersebut. Apa yang dirasakan si pengirim mungkin saja dirasakan pula oleh anak-anak lain dengan orang tua yang toksik dan kini telah beranjak dewasa, dan itu mungkin hanya menjadi salah satu dari banyaknya kekhawatiran yang dirasakan anak-anak dengan *toxic parents* ketika dewasa.

Untuk memperkuat data penelitian, peneliti mencoba mencari dan akhirnya menemukan beberapa konten podcast pada platform YouTube yang membahas tentang permasalahan yang sama dengan topik penelitian ini, yakni *toxic parents*. Salah satunya, yaitu pada *channel* IDN Times [Millenniask] episode “*Abusive Parents: Seberapa Besar Dampak Orang Tua Abusive Terhadap Millenials*”, yang mengundang narasumber anak-anak millennial, korban dari pola asuh *toxic parents* yang kini telah tumbuh dewasa. Pada bagian komentar, ditemukan beberapa pengakuan dari para audiens yang memiliki pengalaman dengan *toxic parents*:



Gambar 1.1 Komentar Mengenai *Toxic Parents*

(Sumber: *Channel* YouTube IDN Times)



Gambar 1.2 Komentar Mengenai *Toxic Parents*

(Sumber: *Channel* YouTube IDN Times)



Gambar 1.3 Komentar Mengenai *Toxic Parents*

(Sumber: *Channel* YouTube IDN Times)

Berdasarkan beberapa komentar pengakuan di atas, dapat diketahui bahwa ada dari mereka yang sering mendapatkan pola asuh toksik dari orang tuanya, seperti berupa kekangan, tidak diberi kesempatan untuk menyampaikan pendapat hingga mendapatkan kekerasan verbal maupun non-verbal. Ada yang mengaku dampak dari pola asuh toksik oleh *toxic parents* tidak pernah menghilang dari dirinya bahkan ketika ia telah dewasa. Ada pula yang sampai mengalami trauma psikologis (yaitu, kondisi yang terjadi sebagai akibat dari peristiwa buruk yang menimpa diri seseorang) dan takut untuk membangun rumah tangga di masa depan.

Melalui episode “Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?”, kedua penyiar dari podcast *Curhat Babu* mencoba memberikan pendapat dan solusi dari

perspektif mereka. Sebagai sepasang orang tua muda yang telah memiliki anak, mereka mencoba memberikan perspektif dari sisi orang tua, tetapi juga sebagai seseorang yang pernah menjadi anak, mereka berusaha memberikan perspektif dari sisi anak. Hal ini menjadi salah satu alasan ketertarikan peneliti dalam melakukan penelitian ini. Melalui penelitian ini, peneliti ingin melihat bagaimana anak-anak yang memiliki pengalaman dengan *toxic parents* dan telah memasuki fase dewasa awal dalam melakukan penerimaan terhadap *toxic parents* pada podcast Curhat Babu episode “Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?”. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dewasa awal yang berdomisili di beberapa kota/kabupaten di Indonesia sebagai subjek penelitiannya.

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini ialah bagaimana resepsi dewasa awal terhadap *toxic parents* pada podcast Curhat Babu episode “Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?” ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana resepsi dewasa awal terhadap *toxic parents* pada podcast Curhat Babu episode “Bisakah Kita Mengubah Orang Tua Kita?”.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat berkontribusi dalam mengisi kesenjangan yang ada saat ini di bidang Ilmu Komunikasi, yaitu dalam hal kajian media, terutama penelitian tentang podcast.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi para orang tua, podcaster dengan tema *parenting*, praktisi kesehatan mental, dan seluruh pihak yang memiliki peran ataupun kewenangan dalam menyediakan ruang diskusi bagi tema *parenting*, terutama topik *toxic parents*.