

Assertive Behavior in Early Adults with Toxic Parenting Patterns

Perilaku Asertif Pada Individu Dewasa Awal Dengan Pola Pengasuhan *Toxic Parents*

Ni Komang Marthina Pratiwi¹, Ni Nyoman Ari Indra Dewi^{2*}, Dermawan Waruwu³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(*) Corresponding Author : ariindradewi@undhirabali.ac.id

Article info

Keywords:

Assertive behavior, toxic parents, early adulthood

Abstract

Assertive behavior is the ability a person has to express opinions or thoughts honestly, openly and frankly without ignoring the rights or feelings of others. Toxic parents are parents who do not respect their children and treat them poorly as individuals by committing violence that makes both psychologically and physically disturbed. This study aims to determine how assertive behavior in early adult individuals as children in families with toxic parenting patterns. The subjects of this study were early adult individuals aged 18-25 years and experienced exposure to toxic parents. This research uses qualitative research methods with a phenomenological approach. The results obtained from this study are that the parenting given by parents to the subject affects the development of assertive behavior owned by the subject. The conclusion of this study is that the toxic parents experienced by the subjects have a negative impact on them when responding to their parents' behavior and make them apathetic, not open, self-harming, and destructive.

Kata kunci:

perilaku asertif, *toxic parents*, dewasa awal

Abstrak

Perilaku asertif merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menyatakan pendapat atau pemikiran dengan jujur, terbuka dan terus terang tanpa mengabaikan hak atau perasaan orang lain. *Toxic parents* merupakan orang tua yang tidak menghargai anak mereka dan memperlakukan secara tidak baik sebagai individu dengan melakukan kekerasan yang membuat baik psikis dan fisiknya terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perilaku asertif pada individu dewasa awal sebagai anak di keluarga dengan pola pengasuhan *toxic parents*. Subjek penelitian ini adalah individu dewasa awal dengan usia 18-25 tahun dan mengalami paparan *toxic parents*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah pola asuh yang diberikan orang tua kepada subjek memengaruhi perkembangan perilaku asertif yang dimiliki oleh subjek. Kesimpulan dari penelitian ini adalah *toxic parents* yang dialami oleh subjek memberikan dampak negatif bagi mereka saat merespon perilaku orang tua mereka dan menjadikan mereka bersikap apatis, tidak terbuka, melukai diri sendiri, dan destruktif.

PENDAHULUAN

Tugas perkembangan pada masa dewasa awal menurut Hurlock (2011) adalah individu yang mulai bertanggung jawab dengan memperlihatkan kemandirian dalam usaha mencari pekerjaan serta membangun suatu relasi dekat dengan orang lain. Literatur lainnya dari tahap perkembangan psikososial menurut Erikson (Pratita & Herdiana, 2022) menjelaskan bahwa pada masa individu dewasa awal di tahap perkembangan keenam, yakni “Intimidasi vs Isolasi” individu yang tidak dapat berbaur serta tidak memiliki kepercayaan dalam dirinya, maka mereka hanya akan tertuju dan terisolir pada kegiatan atau aktivitas mereka saja. Pratita dan Herdiana (2022) juga menambahkan bahwa tuntutan tugas perkembangan menunjukkan pada masa dewasa awal diharuskan beradaptasi dengan lingkungan sosial di sekitar.

Toxic parents merupakan istilah yang muncul dan digunakan dalam lingkungan keluarga antara orang tua dan anak. Istilah *toxic* dalam *toxic people* adalah sebutan bagi orang yang dianggap *toxic* atau beracun. Menurut Saskara & Ulio (2020) *toxic parents* merupakan orang tua yang tidak menghargai anak mereka dan memperlakukan secara tidak baik sebagai individu dengan melakukan kekerasan yang membuat baik psikis dan fisiknya terganggu. Forward & Buck (2002) dalam bukunya yang berjudul “*Toxic parents: Overcoming Their Hurtful Legacy and Reclaiming Your Life*” menjelaskan bahwa banyak orang tua yang mempunyai pola pengasuhan negatif yang terus menerus konsisten dan dominan dalam kehidupan anak mereka. Selain itu, Dunham, et al. (2011) yang menciptakan “*Poisonous parents*” istilah lain dari *toxic parents* dalam bukunya berjudul “*Poisonous Parenting : Toxic Relationship Between Parents and Their Adult Children*” orang tua yang mempunyai gaya interaksi dan cara pengajaran tentang kehidupan yang dapat merusak kemampuan anak dalam belajar membentuk hubungan dengan anggota keluarga, teman, pasangan dan keturunannya. Berdasarkan definisi-definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *toxic parents* merupakan orang tua yang mempunyai pola pengasuhan negatif yang dilakukan secara terus menerus konsisten dan dominan dalam kehidupan anak sebagai individu, sehingga membuat baik psikis dan fisik menjadi terganggu.

Pola pengasuhan *toxic parents* yang diberikan orang tua terhadap anak membuat mereka memiliki pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan dan tidak menutup kemungkinan memengaruhi kompetensi sosial mereka dalam berinteraksi dengan orang lain menjadi tidak baik. Fakta di lapangan memperlihatkan masih terdapat individu dewasa awal yang pada tahap ini memiliki hambatan dalam bersosialisasi dengan orang lain (khususnya dengan orang tua), sehingga dalam berinteraksi mereka merasa tertekan dan timbul permasalahan dalam hubungan sosial kepada orang lain dalam komunikasi dengan cara mengungkapkan pendapat yang bermasalah, sehingga dalam berinteraksi anak memerlukan suatu kemampuan yang dapat membuat hubungan mereka berjalan lancar dengan orang lain. Maka dari itu, untuk mengatasi hal tersebut mereka memerlukan suatu kemampuan yang dapat membuat interaksi mereka berubah menjadi baik dan lancar tidak hanya dengan keluarga terutama orang tua, tetapi juga dengan orang lain yang mana dikenal dengan asertivitas. Asertivitas adalah pernyataan diri yang positif, mengekspresikan perasaan dengan jujur, dan tetap menghargai orang lain, sehingga akan meningkatkan kepuasan kehidupan pribadi serta kualitas hubungan dengan orang lain (Alberti & Emmons, 2017).

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti terkait kemampuan perilaku asertif pada individu dewasa awal (*early adult*) yang mendapatkan pola pengasuhan *toxic parents*. Karena peneliti melihat fenomena di lapangan bahwa *toxic parents* tersebut belum selesai dengan pada fase remaja, melainkan juga berdampak pada dewasa awal yang akan memiliki keluarga di masa mendatang.

METODE

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kualitatif dengan model pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif dipilih karena merupakan suatu penelitian ilmiah yang memiliki tujuan untuk dapat memahami suatu fenomena dalam konteks sosial secara alamiah serta mengedepankan interaksi komunikasi secara mendalam antara peneliti dengan fenomena yang akan diteliti, sedangkan pendekatan fenomenologi dipilih karena mengaitkan suatu fenomena tertentu melalui gambaran makna dari pengalaman hidup seseorang (Herdiansyah, 2015). Hal ini sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu memahami lebih mendalam bagaimana perilaku asertif yang dimiliki seorang individu di fase dewasa awal dalam keluarga yang menggunakan pola pengasuhan *toxic parents*.

Pemilihan narasumber untuk penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu salah satu teknik untuk menentukan subjek yang masuk ke dalam kriteria tertentu pada penelitian yang akan dilakukan dengan membuat survei mini berupa kuesioner dalam bentuk *Google Form* yang berisi pilihan ganda mengenai karakteristik orang tua *toxic parents* serta satu *essay* mengenai respon yang dikeluarkan oleh individu dewasa awal saat menerima perlakuan tersebut. Adapun kriteria subjek adalah individu dewasa awal usia 18-25 tahun dan yang mengalami perlakuan *toxic parents* oleh orang tuanya. Informan yang diutamakan adalah orang terdekat atau kenalan yang memang mengetahui bagaimana hubungan yang dijalani subjek dengan orang tuanya.

Penelitian ini menggunakan wawancara sebagai instrumen penggalan data primer dan dokumentasi berupa *history* di sosial media sebagai instrumen penggalan data sekunder. Daftar pertanyaan untuk wawancara yang sudah didiskusikan dan divalidasi oleh ahli bersifat semiterstruktur dengan tiga bagian utama. Bagian pertama menyangkut pembangunan *rappor* dan penyampaian *informed consent* untuk setiap narasumber dan informan, bagian kedua menyangkut pertanyaan tentang karakteristik *toxic parents* untuk mengetahui bagaimana sikap, sifat dan perilaku yang dimiliki oleh orang tua narasumber dalam menjalankan peran mereka masing-masing, dan bagian ketiga menyangkut aspek-aspek dan faktor-faktor mengenai perilaku asertif yang narasumber miliki dalam menghadapi perlakuan yang diterima dari orang tua mereka. Wawancara dilakukan secara *online* dan *offline* dan sudah melakukan kesepakatan sebelumnya baik dengan narasumber maupun informan. Hasil wawancara direkam melalui ponsel dan riwayat *chat whatsapp* atas izin narasumber dan informan yang sudah diajukan dalam *informed consent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dengan lima narasumber yang memiliki latar belakang berbeda ini menunjukkan satu kesimpulan yang sama terkait kemampuan perilaku asertif yang dimiliki oleh mereka. Perilaku asertif yang dimiliki oleh narasumber cenderung bersifat negatif terhadap perlakuan yang diterima dari orang tua mereka seperti saat menyatakan keinginan dan menyampaikan pendapat mereka lebih banyak melakukan apa yang mereka inginkan secara diam-diam ataupun memendamnya untuk diri mereka sendiri, lalu saat ingin mempertahankan pendapat tanpa menyakiti perasaan orang tua mereka, mereka cenderung menanggapi dengan diam dan menghindari, kemudian saat mengeskpresikan hubungan mereka dengan orang tua mereka, mereka menyembunyikan perasaan yang mereka miliki

dengan menganggap hubungan mereka biasa saja terhadap orang tua seakan tidak terjadi apa-apa, sehingga respon yang 5 narasumber tersebut keluarkan memiliki dampak negatif. Untuk lebih jelasnya hasil analisis dengan perbandingan dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1. Perilaku Orang Tua dengan *Toxic Parents*

N1	N2	N3	N4	N5
- Mengekang dan memaksakan kehendak terhadap narasumber 1 (ayah)	- Menelantarkan anak dan mengabaikan, ingin menang sendiri serta tidak mau mendengar pendapat orang lain salah satunya terhadap narasumber 2 (ayah)	- Tidak mau mengalah untuk keluarga dan selalu benar dari anggota keluarga lainnya (ayah)	- Tenang dan kaku karena tidak terbiasa mengekspresi kan perasaan beliau kepada narasumber 4 (ayah)	- Keras pada pendiriannya meskipun tidak sejalan dengan anggota keluarganya, keras kepala dalam memaksakan kehendak kepada anggota keluarganya (ayah)
- Cenderung netral (ibu)	- Suka mengatur ngatur padahal tidak pernah berkontribusi terhadap apapun dalam hidup narasumber 2 (ibu tiri)	- Melampiaskan amarahnya dan melakukan kekerasan secara verbal kepada narasumber 3 (ibu)	- Keras dalam memaksakan kehendak kepada narasumber 4 (ibu)	- Sangat berterus terang terhadap apapun meski itu dapat menyakiti perasaan anak-anaknya (ibu)
	- Suka bercanda dan menghabiskan banyak waktu dengan narasumber 2 (ibu kandung)			

Tabel 2. Respon Perilaku individu Dewasa Awal terhadap *Toxic Parents*

N1	N2	N3	N4	N5
Malas berdiskusi, jarang berbicara terkait kegiatan sehari-hari, tidak bebas, sering memendam	Sering melakukan tindakan destruktif agar narasumber 2 didengarkan serta mengabaikan dan bergerak	- Menyalahkan diri sendiri karena meeasa gagal menjadi seorang anak - Melukai diri sendiri	Tidak bisa mengungkapkan suatu hal secara terus terang karena cemas dan takut kepada orang tuanya	Malas berinteraksi dengan orang tuanya, sering berpikiran sesuatu secara berlebihan dan mudah tersinggung

masalah dalam menjauh saat
diri sendiri, iri terjadi konflik
hati semakin
besar
semenjak ada
keponakan

Pembahasan

Tugas perkembangan pada masa dewasa awal menunjukkan bahwa pada masa ini individu dewasa awal diharuskan untuk beradaptasi dengan lingkungan di sekitar. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Santrock (dalam Dewi & Hugo, 2021) bahwa masa dewasa awal merupakan pembentukan kemandirian seseorang secara pribadi maupun ekonomi seperti pengembangan karir, memilih pasangan, memulai keluarga. Akan tetapi, faktanya di lapangan memperlihatkan adanya individu dewasa awal yakni lima narasumber dalam penelitian ini yang masih memiliki hambatan dalam berinteraksi dengan orang lain terutama terhadap orang tua mereka, sehingga diperlukan kemampuan yang dapat membuat seseorang dapat menyampaikan apa yang ia inginkan secara jujur, terbuka, dan terus terang tanpa mengabaikan hak atau perasaan orang lain. Perilaku asertif dibagi menjadi lima aspek. Pertama adalah aspek bertindak sesuai keinginan sendiri, pada narasumber 1 melakukan tindakan tersebut secara diam-diam, narasumber 2 dan 5 melakukan tindakan tersebut secara terus terang, yaitu meminta uang untuk biaya pendidikannya kepada ayahnya dan menyatakan apa yang ia ingin kepada orang tuanya, terakhir narasumber 3 dan 4 tidak melakukan tindakan tersebut baik secara terus terang maupun diam-diam. Ketika bahasa cinta primer seseorang terpenuhi, ia akan merasa aman di dalam cinta dan mencapai potensi tertinggi di dunia, sebaliknya jika bahasa cinta primer tidak terpenuhi maka individu tersebut tidak akan pernah mencapai potensi tertinggi di dunia.

Kedua adalah aspek mampu mempertahankan diri, pada narasumber 1 terlihat mampu menerima keadaan yang terjadi dalam mempertahankan pendapat yang ia miliki. Hal tersebut sejalan dengan teori Supratiknya (1995) dalam aspek mengenai pembukaan diri yang mana individu mengungkapkan pikiran, perasaan dan reaksinya serta membiarkan orang lain mengetahui tentang dirinya. Kemudian narasumber 2 melakukannya dengan bersikap apatis dan tetap bertindak sesuai yang ia inginkan dengan catatan hal tersebut tidak bersifat negatif, lalu narasumber 3 dan 4 juga tetap tidak menyatakan dan mempertahankannya secara terbuka maupun diam-diam, terakhir narasumber 5 melakukannya dengan tetap mempertahankan pendapat yang ia miliki yang menurutnya masuk akal meskipun akan mendapatkan pertentangan dari orang tuanya. Hal ini sejalan dengan teori Jay (2007) dalam aspek mengenai berkata tidak yang mana kaitannya dengan berkata “tidak” pada orang lain jika hal tersebut tidak sesuai dengan keinginannya.

Ketiga adalah aspek mampu menyampaikan pendapat, pada narasumber 1 dan 2 menyampaikannya melalui tindakan sesuai yang ia inginkan, kemudian narasumber 3 menyampaikannya dengan melihat situasi dan kondisi dari orang tuanya terlebih dahulu, lalu narasumber 4 tetap tidak menyampaikan pendapatnya kepada orang tuanya, terakhir narasumber 5 menyampaikannya dengan berdiskusi kecil dengan orang tuanya dan jika tidak mendapatkan solusi yang ia inginkan, ia beralih untuk berdiskusi dengan kakak-kakaknya. Keempat adalah aspek tidak mengabaikan perasaan orang lain, pada narasumber 1, 2, 4, 5 memilih untuk diam agar tidak terjadi konflik dengan orang tua mereka serta narasumber 3 yang mencari situasi kondusif terlebih dahulu agar memperkecil adanya konflik dengan orang tuanya. Kelima aspek mengekspresikan hubungan, pada

narasumber 1, 2, 3, 4, dan 5 hubungan yang terjalin biasa saja seolah tidak terjadi permasalahan apapun dengan orang tua mereka di dalam keluarga. Alberti dan Emmons (2017) berpendapat bahwa salah satu faktor yang memengaruhi perilaku asertif adalah pola asuh dan lingkungan. Seseorang dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu seperti interaksi dengan orang tua maupun di lingkungan sekitar yang mana akan menentukan respon dalam menghadapi masalah saat beranjak dewasa.

Berdasarkan data analisis di atas yang terjadi dari perilaku dari pola asuh yang diberikan oleh orang tua mereka, kelima narasumber mengalami dampak negatif. Forward & Buck (2002) menyatakan bahwa *toxic parents* merupakan orang tua yang mempunyai pola pengasuhan negatif yang dilakukan secara terus menerus konsisten dan dominan dalam kehidupan anak sebagai individu, sehingga membuat baik psikis dan fisik menjadi terganggu.

SIMPULAN

Toxic parents merupakan istilah yang muncul dan digunakan dalam lingkungan keluarga antara orang tua dan anak. Istilah *toxic* dalam *toxic people* adalah sebutan bagi orang yang dianggap *toxic* atau beracun. *Toxic parents* merupakan orang tua yang tidak menghargai anak mereka dan memperlakukan secara tidak baik sebagai individu dengan melakukan kekerasan yang membuat baik psikis dan fisiknya terganggu. Berdasarkan definisi-definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *toxic parents* merupakan orang tua yang mempunyai pola pengasuhan negatif yang dilakukan secara terus menerus konsisten dan dominan dalam kehidupan anak sebagai individu, sehingga membuat baik psikis dan fisik menjadi terganggu.

Perilaku asertif merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu sesuai dengan keinginan, mempertahankan diri tanpa kecemasan, mengungkapkan perasaan secara jujur dan nyaman, serta mampu menggunakan hak-hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain.

Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku asertif adalah pola asuh dan lingkungan, pola asuh merupakan pengalaman masa lalu seseorang berupa interaksi dengan orang tua yang mana akan sebagai pola respon untuk menghadapi masalah saat beranjak dewasa nanti. Melalui 5 aspek perilaku asertif yang diberikan kepada kelima narasumber untuk mengetahui bagaimana mereka merespon perilaku orang tua mereka saat ingin menyatakan pendapat atau keluhan yang mereka miliki.

Toxic parents yang dialami oleh kelima narasumber memberikan dampak negatif bagi mereka saat merespon perilaku orang tua mereka dan menjadikan mereka bersikap apatis, tidak terbuka, melukai diri sendiri, dan destruktif. Akibat paparan *toxic parents* yang diterima oleh kelima narasumber menyebabkan perilaku asertif yang seharusnya dibangun sejak kecil tidak mampu berkembang dengan sempurna saat beranjak dewasa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih untuk lembaga Universitas Dhyana Pura beserta para dosen dan staf yang terlibat dalam penelitian ini. Penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih untuk partisipan penelitian karena penelitian dengan perencanaan semaksimal dan sebaik apapun tidak akan menghasilkan apapun tanpa bantuan narasumber dan informan. Ucapan terima kasih selanjutnya penulis sampaikan pada semua orang yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan penelitian ini. Seluruh bantuan kecil dari orang lain memberikan dampak

besar untuk penyusunan penelitian ini. Hal terbaik yang terjadi tentunya atas izin Tuhan Yang Maha Esa, maka penulis mengucapkan terima kasih terakhir atas izin-Nya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alberti, R., & Emmons, M. (2017). Your perfect right assertiveness and equality in your life and relationships (10 ed.). *Raincoat Book*.
- Dewi, N. N. A. I., & Hugo, F. R. (2021). Gambaran toxic parent yang diterima individu dewasa awal. In *Seminar Ilmiah Nasional Teknologi, Sains, dan Sosial Humaniora (SINTESA)* (Vol. 4).
- Dunham, S. M., Dermer, S. B., & Carlson, J. (Ed.). (2011). Poisonous parenting: Toxic relationships between parents and their adult children. *Routledge*.
- Forward, S., & Buck, C. (2002). Toxic parents overcoming their hurtful legacy and reclaiming your life. *Bantam Book*.
- Herdiansyah, H. (2015). Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi. *Salemba Humanika*.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5 ed.). *Erlangga*.
- Jay, R. 2007. How To Manage Your Boss : Membangun Hubungan Kerjasama yang Sempurna. *Jakarta : PT Gelora Aksara Pratama*
- LLDIKTI. (2020). Toxic parents. <https://lldikti5.kemdikbud.go.id/home/detailpost/toxic-parents>
- Pratita, H. S., & Herdiana, I. (2022). Hubungan antara asertivitas dengan kekerasan dalam pacaran pada wanita dewasa awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 582–589. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34579>
- Saskara, I. P. A., & Ulio. (2020). Peran komunikasi keluarga dalam mengatasi “toxic parents” bagi kesehatan mental anak. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2).
- Supratiknya, A.(1995) Tinjauan psikologi Komunikasi Antar Pribadi. *Yogyakarta:Kanisius*.