

Pengaruh Toxic Parents Terhadap Kondisi Psikis dan Motivasi Belajar Santri di Pondok Pesantren

Asyi Syifa Ramadani

Prodi Tadris Matematika UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan
E-mail: asyisyifaramadani@gmail.com

Abstrak:

Tujuan dari penelitian ini untuk mengeksplorasi dampak perilaku orang tua yang bersifat merusak (*toxic parents*) terhadap kondisi psikologis serta semangat belajar santri di lingkungan Pondok Pesantren. Fenomena *toxic parents* menjadi isu krusial dalam proses pembentukan karakter dan kesehatan mental remaja, khususnya ketika anak tumbuh dalam keluarga yang minim dukungan emosional. Metode yang digunakan dalam studi ini adalah metode kualitatif dengan metode studi kasus pada seorang santri yang mengalami kekerasan verbal, fisik, serta menghadapi konflik dalam keluarga seperti perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga. Tekni pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi secara langsung, dan instrumen psikologis *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS-21). Hasil temuan menunjukkan bahwa kekerasan emosional dan fisik memberikan pengaruh nyata terhadap munculnya gangguan psikologis seperti depresi ringan, kecemasan tingkat sedang, dan stres berat pada subjek penelitian. Gangguan ini juga berdampak pada penurunan minat belajar dan kesulitan dalam berkonsentrasi saat mengikuti kegiatan akademik. Penelitian ini menekankan pentingnya dukungan psikososial di pesantren, seperti layanan konseling, pelatihan penanganan trauma, serta penguatan peran pendidik sebagai pendamping emosional. Kolaborasi antara lembaga pesantren, keluarga, dan profesional di bidang psikologi menjadi hal yang sangat urgen agar terciptanya lingkungan belajar yang aman, mendukung, serta peduli terhadap kondisi mental santri.

Kata Kunci: *toxic parents*, psikis santri, motivasi belajar, kekerasan emosional, pesantren.

Abstract:

The purpose of this study was to explore the impact of toxic parental behavior on the psychological condition and enthusiasm for learning of students in Islamic Boarding Schools. The phenomenon of toxic parents is a crucial issue in the process of character formation and mental health of adolescents, especially when children grow up in families with minimal emotional support. The method used in this study is a qualitative method with a case study method on a student who experienced verbal and physical violence, and faced family conflicts such as infidelity and domestic violence. Data collection techniques include in-depth interviews, direct observation, and psychological instruments Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21). The findings show that emotional and physical violence have a real influence on the emergence of psychological disorders such as mild depression, moderate anxiety, and severe stress in the research subjects. These disorders also have an impact on decreased interest in learning and difficulty concentrating when participating in academic activities. This study emphasizes the importance of psychosocial support in Islamic boarding schools, such as counseling services, trauma management training, and strengthening the role of educators as emotional companions. Collaboration between Islamic boarding schools, families, and professionals in the field of psychology is very urgent in order to create a safe, supportive, and caring learning environment for the mental condition of students.

Keywords: toxic parents, santri psychology, learning motivation, emotional violence, Islamic boarding schools.

Pendahuluan

Pondok pesantren ialah suatu lembaga pendidikan Islam di Indonesia yang menyelenggarakan pembelajaran berbagai disiplin ilmu keagamaan, serta memainkan peran penting dalam membentuk moral dan akhlak mulia para santrinya¹. Santri sebagai individu yang menjalani aktivitas sosial di pondok pesantren tidak terlepas dari pengaruh latar belakang keluarga mereka. Fenomena *toxic parents* ini menjadi salah satu fenomena yang dialami oleh beberapa santri dan berpengaruh pada psikis dan motivasi belajar santri. *Toxic parents* merupakan perilaku orang tua yang tidak tepat kepada anak sehingga membuat anak mengalami tekanan berlebihan. Tanda tandanya meliputi pengendalian dan manipulasi, memberikan kritik serta penilaian berlebihan, kekerasan emosional dan fisik, tidak menyediakan dukungan emosional, serta emosi yang tidak stabil. Pola asuh ini menyebabkan gangguan mental pada anak, seperti depresi, bipolar, dan kecemasan².

Keluarga merupakan satu unit

sosial paling dasar yang terdiri dari individu-individu yang terhubung melalui hubungan darah, pernikahan, maupun adopsi, serta hidup bersama dan saling berinteraksi untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, dan sosial tiap anggotanya³. Anak memiliki kedudukan penting di mata orang tua, yang pertama adalah sebagai makhluk yang fitrah. Fitrah ini terbagi menjadi dua jenis, yakni fitrah ilahiyah atau ketuhanan dan fitrah insaniyah atau kemanusiaan. Istilah *walidain* dari kata *walid*, yang merupakan bentuk ganda dari (tasniyah) dan berarti kedua orang tua. Dalam Al-Qur'an, kata *walid* muncul sebanyak 32 kali, sedangkan *Abawayhi* disebut 7 kali, *abati* yang berasal dari kata *abi* disebut sebanyak 8 kali, *al-umm* sebanyak 35 kali, dan *aba'* muncul sebanyak 116 kali. Secara garis besar, terdapat empat istilah utama dalam Al-Qur'an yang merujuk pada makna anak, yaitu *al-banun*, *walad/awlad*, *zurriyyah*, dan *waliyy*. Kata *banun* sendiri memiliki akar kata yang sama dengan *bana*, yang berarti membangun⁴.

¹ Fitri, R., & Ondeng, S. (2022). Pesantren di Indonesia: Lembaga pembentukan karakter. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 42-54.

² Rahma Maulida, (2024). Toxic Parents Pada Perempuan Yang Mengalami Gangguan Mental. *PSIMPHONI*, 4(2).

³ Yunika, N., Novianti, R., & Zulkifli, N. (2019). Hubungan Konsep Diri dengan Perilaku Moral Anak Usia Dini.

⁴ Widayati, T. (2018). Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Perempuan Perspektif Pendidikan Islam (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

Peran orang tua sangat penting dalam mendukung proses tumbuh kembang anak. Sejak usia dini, pola asuh yang tepat dari orang tua memiliki pengaruh yang besar terhadap tumbuh kembang anak. Sebagai pendidik utama, orang tua yang menggunakan teknik pola asuh yang positif dan efektif akan membantu membentuk karakter anak yang baik⁵. Istilah 'toxic' bukanlah hal yang asing lagi di kalangan kita. Saat ini, istilah "*toxic*" telah digunakan secara luas, terutama dalam konteks hubungan romantis dan dunia kerja. Namun, penggunaannya tidak terbatas pada dua ranah tersebut; istilah ini juga sering dipakai untuk menggambarkan dinamika didalam keluarga, antara orang tua dan anak. Dari sini muncul istilah baru yang dikenal sebagai "*toxic parents*". Lalu, apa sebenarnya yang dimaksud dengan orang tua yang bersikap *toxic*? Apakah orang tua yang melakukan kekerasan fisik atau terlalu mengendalikan kehidupan anak mereka termasuk dalam kategori ini?

Istilah "*poisonous parents*" ialah bentuk lainnya dari sebutan "*toxic parents*", yang diperkenalkan oleh Istilah "*poisonous parents*" ialah bentuk lainnya dari sebutan "*toxic parents*", yang diperkenalkan oleh (Dunham dan Dermer (2011:80)

⁵ Rahmat, S. T. (2018). Pola Asuh yang Efektif dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Journal Education and Culture Missio*, 10(2), 143.

Poisonous parents merupakan orang

tua yang mempunyai pola interaksi serta metode pengajaran hidup yang justru menghancurkan kemampuan anak dalam membangun hubungan yang sehat baik dengan teman, keluarga, dan pasangan, maupun anak-anak mereka di masa depan⁶. Sejalan dengan pendapat Forward dan Buck, dijelaskan bahwa meskipun setiap orang tua tentu pernah melakukan kesalahan, namun seberapa sering dan seberapa intens pola perilaku tertentu terjadi dapat membuat seseorang dikategorikan sebagai orang tua yang "beracun". Orang tua dengan pola asuh seperti ini berpotensi meninggalkan luka emosional yang membekas dalam diri anak hingga masa dewasanya. Efek negatif dari pola asuh yang bersifat *toxic* tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, seperti munculnya rasa cemas, hilangnya kepercayaan diri, dan depresi, tetapi juga dapat mengganggu motivasi belajar anak. Ponpes, ialah sebagai suatu lembaga pendidikan Islam yang menampung santri dari berbagai daerah, menjadi representasi penting untuk menelaah dampak *toxic parenting* terhadap kehidupan santri. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk membahas bagaimana pengaruh *toxic*

⁶ Dunham & Dermer, (2011). *Poisonous Parenting: Toxic Relationship Between Parents and Their Adult Children*. 80

parents terhadap kondisi psikis dan motivasi belajar santri di lingkungan Pondok Pesantren. Dengan memahami dampaknya secara lebih mendalam, penulis berharap hasil penelitian ini dapat menjadi landasan bagi pendampingan psikososial yang lebih efektif di lingkungan pesantren.

Metode

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari *toxic parents* terhadap kondisi psikis dan motivasi belajar santri di pondok pesantren. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang bertujuan menggali dan memahami suatu fenomena secara intensif dalam konteks sosial serta lingkungan alaminya. Pendekatan ini menekankan pentingnya proses interaksi dan komunikasi antara peneliti dengan subjek yang diteliti. Data yang digunakan bersifat uraian, berupa kata-kata, narasi, maupun perilaku, angka atau statistik, sehingga hasil penelitian bersifat menyeluruh dan interpretatif⁷. Penelitian ini melibatkan satu orang partisipan.

⁷Waruwu, M. (2023). Pendekatan penelitian pendidikan: metode penelitian kualitatif, metode penelitian kuantitatif dan metode penelitian kombinasi (Mixed Method). Jurnal Pendidikan Tambusai, 7(1), 2896-2910

Proses pengumpulan data dilakukan melalui asesmen yang mencakup wawancara dan observasi serta tes psikologi *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS-21).

Hasil

Berdasarkan wawancara dan kuesioner terhadap satu responden maka diperoleh hasil yang kongkrit sebagai berikut:

1. Wawancara

1. Apakah kamu pernah mengalami orang tua membentak, memukul atau marah marah secara berlebihan?

Narasumber bercerita bahwa ia sering dibentak dan memukul ketika dirinya membuat kesalahan.

2. Bagaimana perasaan kamu saat itu? Narasumber bercerita bahwa dia biasa saja karena sudah terbiasa.

3. Apakah ada orang dirumah yang bisa kamu ajak bicara saat kamu sedih? Narasumber menyatakan bahwa tidak ada, dia lebih baik memendamnya sendirian.

4. Apakah kamu pernah melihat orang tuamu bertengkar?

Narasumber mengaku bahwa dirinya pernah melihat orang tuanya seperti itu, bahkan setiap orang tuanya bertengkar atau ada salah satu yang memukul itu didepan anak anaknya. Dan narasumber

merasa kasihan kepada ibunya karena

di KDRT tetapi dia tidak bisa melakukan apapun.

5. Apakah kamu pernah melihat orang tua kamu berselingkuh?

Narasumber menyaksikan secara langsung ketika dirinya kelas SD, dan dirinya merasa marah tetapi tidak bisa melakukan apa apa.

6. Apakah dengan adanya masalah masalah dirumah itu berpengaruh kepada akademiku?

Ya, itu sangat mempengaruhi akademik saya, dimana jika saya sedang ada masalah keluarga saya merasa tidak bersemangat ketika bersekolah, saya juga ketika dijelaskan materi jadi tidak mudah untuk faham.

7. Apa harapan kamu untuk kedepannya?

Narasumber menceritakan bahwa dirinya ingin melihat orang tuanya akur tidak bertengkar lagi.

2. Kuesioner DASS (Depression, Anxiety, Stress Scales).

0 = tidak pernah

1 = kadang kadang

2 = sering

3 = sangat sering atau hampir selalu

pertanyaan	skor	kategori
tidak dapat merasakan hal yang menyenangkan lagi seperti biasanya.	0	depressi
merasa putus asa	1	deperssi
merasa saya tidak berharga	1	depressi
merasa hidup ini tidak berarti.	1	depressi
tidak merasakan antusiasme terhadap apa pun.	0	depressi
tidak memiliki energi atau motivasi untuk melakukan apa pun.	1	depressi
Merasa sedih dan murung hampir sepanjang waktu	1	depressi
merasa mulut saya kering.	1	Anxiety
mengalami kesulitan bernapas (napas terasa pendek tanpa sebab jelas).	1	Anxiety

merasa panik tanpa alasan jelas.	1	Anxiety
merasa gemetar (seperti tangan bergetar,	3	Anxiety
merasa gugup.	1	Anxiety
merasa akan kehilangan kendali	1	Anxiety
merasa takut tanpa alasan yang masuk akal.	0	Anxiety
merasa kesulitan mengendalikan hal-hal penting dalam hidup saya (misalnya tugas sekolah, urusan keluarga, teman).		stress
merasa gugup atau tertekan karena tugas atau tekanan dari sekolah.	2	stress
merasa kewalahan dengan banyaknya hal yang harus saya lakukan.	2	stress
merasa semua hal terjadi di luar kendali saya.	1	stress
mudah merasa kesal atau marah karena banyak tekanan.	2	stress

merasa masalah datang bertubi-tubi dan sulit dihadapi.	3	stress
Mudah merasa tersinggung	2	stress

Skoring:

A. Jumlahkan skor dari masing-masing kelompok (Depresi, Kecemasan, Stres).

B. Karena DASS-21 adalah versi pendek dari DASS-42, **kalikan total skor setiap kategori dengan 2** untuk memperoleh skor akhir.

C. Gunakan interpretasi skor berikut:

1. Normal : 0-9
 2. Ringan : 10-13
 3. Sedang : 14-20
 4. Berat : 21-27
 5. Sangat berat : + 28
- Depresi = $5 \times 2 = 10$ (kategori ringan)
 - Anxiety = $8 \times 2 = 16$ (kategori sedang)
 - Stress = $13 \times 2 = 26$ (kategori berat)

Pembahasan

Tujuan penelitian ini untuk memahami pengaruh perilaku orang tua yang bersifat toksik terhadap kondisi psikologis dan motivasi belajar seorang santri di Pondok Pesantren.

Melalui pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus dan pemanfaatan instrumen DASS-21, hasil penelitian menunjukkan bahwa dampak terhadap kekerasan verbal, konflik dalam keluarga, serta perselingkuhan orang tua memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan semangat belajar narasumber.

Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa narasumber mengalami kekerasan verbal maupun fisik secara berulang dari orang tuanya. Ia kerap dimarahi dengan nada tinggi bahkan mendapatkan perlakuan fisik saat melakukan kesalahan. Kondisi ini memunculkan rasa takut, kebingungan, dan ketidakmampuan untuk mengekspresikan emosi secara terbuka. Narasumber juga tidak memiliki figur tempat bersandar secara emosional, termasuk di lingkungan keluarganya sendiri. Situasi tersebut mencerminkan adanya isolasi emosional yang mendalam, yang merupakan salah satu indikator umum dari depresi pada masa remaja⁸.

Lebih jauh, narasumber juga menjadi saksi langsung atas konflik serius antara kedua orang tuanya,

termasuk kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan ayah terhadap ibu serta kasus perselingkuhan. Pengalaman ini memicu trauma emosional dan perasaan iba yang kuat, disertai dengan ketidakberdayaan. Dengan adanya peristiwa peristiwa tersebut narasumber mengalami depresi ringan, anxiety sedang dan stress berat sehingga membuat narasumber sering merasa sedih, kehilangan motivasi untuk belajar, dan mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran di sekolah. Temuan ini sejalan dengan pandangan Erikson mengenai krisis identitas pada remaja, yang menyatakan bahwa gangguan dalam lingkungan inti seperti keluarga dapat menghambat proses pembentukan kepercayaan diri dan identitas diri⁹.

Dalam aspek kuantitatif, hasil pengisian instrumen DASS-21 oleh narasumber menunjukkan adanya kecenderungan terhadap gangguan psikologis. Skor tertinggi muncul pada kategori depresi. Depresi merupakan gangguan pada suasana hati yang ditandai dengan perasaan sedih yang berlangsung lama serta kehilangan minat terhadap aktivitas yang dulu dianggap menyenangkan¹⁰. yang ditandai oleh

⁸ Hawton, K., Saunders, K. E., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373-2382.

⁹ Jannah, M., & Satwika, Y. W. (2021). Pengalaman krisis identitas pada remaja yang mendapatkan kekerasan dari orangtuanya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 51-59.

¹⁰ Dianovinina, K. (2018). Depresi pada remaja: gejala dan permasalahannya. *Jurnal Psikogenesis*, 6(1), 69-78.

perasaan putus asa, rendah diri, kesedihan mendalam, serta kurangnya energi. Pada dimensi kecemasan, narasumber mengalami gejala seperti gemetar, serangan panik tanpa pemicu yang jelas, serta kesulitan bernapas. Sementara itu, dalam aspek stres, tampak bahwa narasumber merasa terbebani oleh tanggung jawab, mudah marah, dan mengalami tekanan hidup yang berat.

Secara psikometrik, hasil skoring DASS-21 mengindikasikan bahwa narasumber berada pada tingkat depresi dan stres sedang, serta kecemasan ringan. Meskipun demikian, gejala-gejala yang muncul telah memengaruhi kemampuan narasumber dalam menjalani aktivitas sehari-hari, terutama dalam hal motivasi belajar dan interaksi sosial. DASS-21 memiliki keakuratan yang lebih tinggi dalam mengidentifikasi gangguan psikologis jika digunakan bersamaan dengan metode kualitatif seperti wawancara mendalam, sebagaimana telah diterapkan dalam penelitian ini¹¹.

Penelitian ini juga mengungkap adanya hubungan antara pola asuh yang bersifat *toxic* dengan penurunan kemampuan kognitif pada anak.

¹¹ Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.

Metode pengasuhan merujuk pada cara orang tua dalam mengarahkan dan membentuk perilaku anak sejak lahir hingga dewasa. Pola iniberperan penting dalam menentukan kualitas perkembangan anak. Oleh sebab itu, orang tua perlu memiliki pemahaman yang baik mengenai metode pengasuhan yang tepat agar dapat mendidik anak menjadi pribadi yang sehat secara fisik dan mental, serta memiliki ketaatan terhadap ajaran agama dan orang tua. Cara orang tua mengasuh anak dapat membawa dampak baik maupun buruk terhadap perkembangan anak, sehingga pemahaman terhadap aspek-aspek dan tujuan utama pola asuh menjadi sangat krusial demi mendukung pertumbuhan anak yang optimal¹². Sejumlah studi menunjukkan bahwa tekanan emosional yang berlangsung lama akibat hubungan keluarga yang disfungsional dapat mengganggu fungsi memori kerja, konsentrasi, dan kemampuan dalam mengelola emosi¹³. Temuan ini selaras dengan pernyataan narasumber yang mengalami kesulitan berkonsentrasi di kelas karena pikirannya terganggu oleh konflik keluarga. Pengalaman masa kecil yang penuh tekanan emosional, jika tidak ditangani

¹² Shodiq, M. (2024). Pola Asuh dalam Al-Qur'an (Studi Atas QS. Luqman Ayat 13-19 Pada Tafsir Al- Amthal Karya Nāsir Makārim Shīrāzī). *MAHAD ALY JOURNAL OF ISLAMIC STUDIES*, 1(1), 55-98.

¹³ McLaughlin, K. A., Sheridan, M. A., & Lambert, H. K. (2014). Childhood adversity and neural development: Deprivation and threat as distinct dimension

Pengalaman masa kecil yang penuh tekanan emosional, jika tidak ditangani secara tepat, dapat berkembang menjadi gangguan kepribadian di masa dewasa. Hal ini mencakup risiko mengalami kesulitan dalam hubungan sosial, gangguan kecemasan, hingga depresi kronis¹⁴. Oleh karena itu, sangat penting bagi institusi seperti pondok pesantren untuk menyediakan layanan konseling dan dukungan psikososial secara proaktif.

Pentingnya intervensi dini sangat ditekankan dalam kasus ini. Guru, ustaz, dan wali asrama dapat berperan sebagai figur signifikan (significant other) yang membantu santri pulih dari trauma serta membangun kembali rasa aman. Berdasarkan teori dukungan sosial keberadaan individu yang memberikan dukungan emosional di lingkungan sekolah atau pesantren dapat menjadi faktor pelindung terhadap dampak buruk trauma yang bersumber dari keluarga¹⁵. Temuan dalam penelitian ini menyoroti urgensi penguatan kapasitas pendampingan psikologis di lembaga pendidikan Islam.

Pondok pesantren perlu memiliki tenaga profesional yang memahami psikologi perkembangan, atau menjalin kerja sama dengan pihak eksternal seperti lembaga psikologi, guna memberikan intervensi yang tepat bagi santri dengan latar belakang keluarga yang bermasalah. Selain itu, edukasi berkala kepada orang tua santri mengenai pola asuh yang sehat dan bahaya kekerasan dalam rumah tangga harus menjadi bagian integral dari program parenting pesantren¹⁶.

Dalam konteks pendidikan Islam, penanaman nilai-nilai seperti kasih sayang (rahmah), komunikasi yang jujur dan terbuka (tabligh), serta tanggung jawab dalam kehidupan keluarga (amanah) harus kembali diperkuat melalui kegiatan keagamaan maupun kajian rutin.

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا
لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي
ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Surah Ar-Rum ayat 21

“Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih

¹⁶ Amin, A. M. (2021). Implementasi Pembentukan Karakter Multikultural Santri Pondok Pesantren Riyadlus Sholihin Kota Probolinggo. *Tarbiyatuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(1), 46-68.

dan sayang (mawaddah warahmah).
 Sesungguhnya pada yang demikian
 itu benar-benar terdapat tanda-tanda
 bagi kaum yang berpikir.”

(QS. Ar-Rum: 21)

→ Ayat ini menjelaskan pentingnya
 memberikan kasih sayang dalam
 keluarga, sebagai dasar ketenangan
 dan pendidikan yang penuh empati¹⁷.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا
 وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْجِبَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَظُ
 شِدَادٍ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا
 يُؤْمَرُونَ

Surah At-Tahrim ayat 6

“Wahai orang-orang yang beriman!
 Peliharalah dirimu dan keluargamu
 dari api neraka...”

(QS. At-Tahrim: 6)

→ Mengandung pesan suatu tanggung
 jawab orang tua dalam **mendidik dan
 melindungi keluarga**,

termasuk dalam aspek pendidikan
 akhlak dan keagamaan¹⁸.

وَلَا يَخْشَوْنَ اللَّهَ رِسَالَتِ يُلْعُونَ الَّذِينَ
 اللَّهُ إِلَّا أَحَدًا يَخْشَوْنَ
 حَسْبِيَ بِاللَّهِ وَكَفَى ۖ

Surah Al-Ahzab ayat 39

“(Yaitu) orang-orang yang
 menyampaikan risalah-risalah Allah,
 mereka takut kepada-Nya dan tidak
 takut kepada siapa pun selain kepada
 Allah. Dan cukuplah Allah sebagai
 Pembuat Perhitungan.”

(QS. Al-Ahzab: 39)

→ Menunjukkan pentingnya
 menyampaikan amanah secara jujur,
 termasuk dalam komunikasi dan
 pendidikan dalam keluarga¹⁹.

Hal ini bertujuan untuk
 menumbuhkan kesadaran di kalangan
 orang tua bahwa peran mereka tidak
 hanya bertanggung jawab dalam
 memenuhi kebutuhan finansial,

¹⁷ Sofiawati, E., & Suhada, D. (2024). Nilai-
 Nilai Edukatif Al-Qur'an Surat Ar-Rum Ayat 21
 Dalam Membangun Rumah Tangga Sakinah
 Mawaddah Wa Rahmah Kajian Ilmu
 Pendidikan
 Islam. *Masagi*, 3(1), 122-129.

¹⁸ Al Ayyubi, I. I., Abdullah, D. S., Nurfajriyah, D.
 S., Yasmin, S., & Hayati, A. F. (2024). Peran Orang
 Tua Dalam Pendidikan Islam Berdasarkan QS At-
 Tahrim Ayat 6. *Al Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an
 dan Tafsir*, 4(1), 71-83.

¹⁹ Nurdin, N. (2019). Implementasi Keteladanan
 Rasulullah Saw Berdasarkan Al-Qur'an Surat Al-
 Ahzab Ayat 21 Bagi Pendidik Era Milenial.
Tadabbur: Jurnal Peradaban Islam, 1(1), 29-48.

tetapi juga berperan sentral dalam proses pembentukan karakter anak. Di sisi lain, guru agama dan ustaz memiliki peran penting dalam memberikan penguatan spiritual bagi santri yang tengah menghadapi tekanan emosional di lingkungan keluarganya²⁰.

Oleh karena itu, studi ini tidak hanya merekam penderitaan yang dialami anak-anak dari keluarga yang toksik, tetapi juga menjadi refleksi kritis bagi pengembangan sistem pendidikan pesantren yang ramah anak dan tanggap terhadap trauma. Diperlukan sistem pelaporan yang aman dan terpercaya bagi santri untuk menyampaikan masalah tanpa takut mendapat stigma. Selain itu, pelatihan kepada pengasuh tentang pendekatan trauma-informed care sangat penting agar respons yang diberikan tidak memperburuk kondisi psikologis santri.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh yang toksik memiliki dampak signifikan terhadap munculnya gejala depresi, kecemasan, dan stres pada remaja, serta menurunkan kemampuan akademik dan sosial mereka.

Oleh sebab itu, pendekatan kolaboratif antara pondok pesantren, keluarga, dan tenaga ahli psikologi sangat dibutuhkan guna menciptakan lingkungan yang sehat secara mental, sosial, dan spiritual bagi perkembangan santri.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh toksik dari orang tua, seperti kekerasan verbal, fisik, dan konflik keluarga, berdampak serius pada kondisi mental santri. Akibatnya, santri bisa mengalami depresi, cemas, stres, serta kehilangan semangat belajar dan sulit bersosialisasi. Karena itu, pesantren perlu menyediakan layanan konseling dan pendampingan psikologis yang tepat. Guru dan ustaz juga berperan penting sebagai pembimbing spiritual. Selain itu, orang tua harus diberi pemahaman tentang pola asuh yang sehat agar peran mereka sebagai pendidik anak berjalan dengan baik. Kesimpulannya, dibutuhkan kerja sama antara pesantren, keluarga, dan tenaga profesional untuk membangun suasana belajar yang aman, suportif, dan memperhatikan kesejahteraan mental para santri.

Pustaka Acuan

Al Ayyubi, I. I., Abdullah, D. S., Nurfajriyah, D. S., Yasmin, S., & Hayati, A. F. (2024). Peran Orang Tua Dalam Pendidikan

²⁰ Gunarsa, S. D. (1991). *Psikologi praktis: anak, remaja dan keluarga*. BPK Gunung Mulia

- Islam Berdasarkan QS At-Tahrim Ayat 6. Al Muhafidz: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, 4(1), 71-83.
<https://doi.org/10.57163/almuha fidz.v4i1.90>
- Amin, A. M. (2021). Implementasi Pembentukan Karakter Multikultural Santri Pondok Pesantren Riyadlus Sholihin Kota Probolinggo. Tarbiyatuna: Jurnal Pendidikan Islam, 14(1), 46-68.
<https://doi.org/10.36835/tarbiyatuna.v14i1.841>
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada remaja: gejala dan permasalahannya. Jurnal Psikogenesis, 6(1), 69-78.
<https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.634>
- Dunham & Dermer, (2011). Poisonous Parenting: Toxic Relationship Between Parents and Their Adult Children. 80
- Fitri, R., & Ondeng, S. (2022). Pesantren di Indonesia: Lembaga pembentukan karakter. Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam, 2(1), 42-54.
- Forward, S. (2002). Toxic parents. Random House.
- Gunarsa, S. D. (1991). Psikologi praktis: anak, remaja dan keluarga. BPK Gunung Mulia.
- Hawton, K., Saunders, K. E., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. The lancet, 379(9834), 2373-2382.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60322-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60322-5)
- Jannah, M., & Satwika, Y. W. (2021). Pengalaman krisis identitas pada remaja yang mendapatkan kekerasan dari orangtuanya. Jurnal Penelitian Psikologi, 8(2), 51-59.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. Behaviour research and therapy, 33(3), 335-343.
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- McLaughlin, K. A., Sheridan, M. A., & Lambert, H. K. (2014). Childhood adversity and neural development: Deprivation and threat as distinct dimensions of early experience. Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 47, 578-591.
<https://doi.org/10.1016/j.neubio rev.2014.10.012>
- Maulida, R. (2024). Toxic Parents Pada Perempuan Yang Mengalami Gangguan Mental. PSIMPHONI, 4(2).
<https://doi.org/10.30595/psimp honi.v4i2.19024>
- Nurdin, N. (2019). Implementasi Keteladanan Rasulullah Saw Berdasarkan Al-Qur'an Surat Al-Ahzab Ayat 21 Bagi Pendidik Era Milenial. Tadabbur: Jurnal Peradaban Islam, 1(1), 29-48.
<https://doi.org/10.22373/tadabb ur.v1i1.48>
- Purba, J., Yulianto, A., Widyanti, E., Esa, D. F. P. U. I., & Esa, M. F. P. U. I. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout pada guru. Jurnal Psikologi, 5(1), 77-87.
- Rahmat, S. T. (2018). Pola Asuh yang Efektif dalam Mendidik Anak di Era Digital. Journal Education and Culture Missio,

10(2), 143.

- Scheltema, T. (2020). Psychological Effects of Toxic Parenting in Childhood and Adolescence. *Journal of Child Psychology*, 15(3), 134–146.
- Shodiq, M. (2024). Pola Asuh dalam Al-Qur'an (Studi Atas QS. Luqman Ayat 13-19 Pada Tafsir Al-Amthal Karya Nāsir Makārim Shīrāzī). *MAHAD ALY JOURNAL OF ISLAMIC STUDIES*, 1(1), 55-98.
<https://doi.org/10.63398/jsimahadaly.v1i1.11>
- Sofiawati, E., & Suhada, D. (2024). Nilai-Nilai Edukatif Al-Qur'an Surat Ar-Rum Ayat 21 Dalam Membangun Rumah Tangga Sakinah Mawaddah Wa Rahmah. *Kajian Ilmu Pendidikan Islam. Masagi*, 3(1), 122- 129.
<https://doi.org/10.37968/masagi.v3i1.676>.
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan penelitian pendidikan: metode penelitian kualitatif, metode penelitian kuantitatif dan metode penelitian kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896-2910.
- Widayati, T. (2018). Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Perempuan Perspektif Pendidikan Islam (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
<https://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/3864>
- Yunika, N., Novianti, R., & Zulkifli, N. (2019). Hubungan Konsep Diri dengan Perilaku Moral Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 2(3), 73-80.
<https://doi.org/10.31004/aulad.v2i3.36>.