

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan penting dalam membentuk kepribadian dan kesehatan mental anak. Melalui keluarga, anak belajar memahami nilai, norma, serta cara berkomunikasi dengan orang lain. Orang tua memiliki peran utama dalam proses tersebut karena menjadi figur terdekat yang memengaruhi perkembangan emosional dan psikologis anak, khususnya pada masa remaja. Pola komunikasi dan pola asuh yang diterapkan orang tua akan sangat menentukan bagaimana anak memandang dirinya sendiri dan lingkungannya.

Dalam praktiknya, tidak semua hubungan orang tua dan anak berjalan secara sehat. Beberapa orang tua menerapkan pola asuh yang cenderung menekan, mengontrol, dan kurang memberi ruang bagi anak untuk menyampaikan perasaan. Pola asuh seperti ini dikenal dengan istilah *toxic parents*. Menurut pemberitaan ANTARA News, *toxic parents* merupakan orang tua yang secara sadar maupun tidak sadar melakukan perilaku yang berdampak negatif terhadap kondisi mental anak, seperti terlalu mengatur, sering menyalahkan, meremehkan perasaan anak, serta memaksakan kehendak tanpa mempertimbangkan kebutuhan emosional anak. Perilaku tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis dan rasa tidak aman pada anak.

ANTARA News juga menjelaskan bahwa dampak *toxic parenting* tidak selalu terlihat secara langsung. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang *toxic* berisiko mengalami masalah emosional, seperti rendahnya rasa percaya diri, kecemasan, perasaan tertekan, hingga kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan mental anak hingga dewasa. Hal ini menunjukkan

bahwa *toxic parents* bukan sekadar istilah populer, melainkan fenomena nyata yang memiliki dampak serius terhadap perkembangan anak.

Fenomena *toxic parents* tidak hanya menjadi perbincangan di media sosial, tetapi juga mendapat perhatian media nasional. Pemberitaan ANTARA News mengungkapkan bahwa pola asuh orang tua yang bersifat menekan, otoriter, dan minim empati dapat berdampak langsung pada meningkatnya masalah kesehatan mental anak dan remaja di Indonesia. Pola komunikasi yang keras dan tidak memberikan ruang dialog sering kali masih dianggap sebagai bentuk kedisiplinan, padahal dapat memicu tekanan emosional yang berkepanjangan. Kondisi tersebut juga relevan dengan realitas sosial di daerah, termasuk di Kabupaten Kebumen. Sebagai wilayah dengan karakteristik keluarga yang masih kuat memegang nilai tradisional, pola komunikasi antara orang tua dan anak di Kebumen cenderung bersifat hierarkis, di mana anak dituntut untuk patuh tanpa banyak ruang untuk menyampaikan pendapat atau perasaan. Dalam konteks ini, gaya komunikasi orang tua yang keras dan tidak terbuka berpotensi menimbulkan kecemasan, tekanan emosional, serta perasaan tidak dihargai pada remaja.

Berdasarkan pemberitaan ANTARA News wilayah Jawa Tengah, permasalahan terkait kesehatan mental remaja, kekerasan verbal dalam keluarga, serta tekanan psikologis akibat pola asuh yang tidak sehat masih ditemukan di berbagai daerah, termasuk wilayah kabupaten. Meskipun tidak selalu dilabeli sebagai *toxic parenting*, praktik komunikasi keluarga yang tidak sehat tersebut memiliki dampak nyata terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji secara mendalam peran komunikasi keluarga dengan karakteristik *toxic parents* terhadap kesehatan mental remaja di Kabupaten Kebumen. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai pengalaman remaja dalam menghadapi pola komunikasi keluarga yang tidak sehat, serta menjadi dasar bagi upaya peningkatan kesadaran orang tua dalam membangun komunikasi keluarga yang lebih terbuka, empatik, dan suportif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana pola komunikasi keluarga dengan karakteristik *toxic parents* dialami dan dimaknai oleh remaja usia 17–21 tahun di Kabupaten Kebumen?
- b. Bagaimana pengalaman remaja usia 17–21 tahun dalam menghadapi pola komunikasi keluarga yang bersifat *toxic* terhadap kondisi kesehatan mental mereka?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Untuk menggambarkan dan memahami pola komunikasi keluarga dengan karakteristik *toxic parents* sebagaimana dialami oleh remaja usia 17–21 tahun di Kabupaten Kebumen.
- b. Untuk memahami pengalaman subjektif remaja usia 17–21 tahun terkait dampak pola komunikasi keluarga yang bersifat *toxic* terhadap kesehatan mental mereka.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya pola komunikasi keluarga yang sehat dalam mendukung kesehatan mental remaja. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi orang tua, pendidik, serta konselor dalam memahami dan menangani permasalahan komunikasi keluarga yang memiliki karakteristik *toxic parents*.

- b. Bagi Penulis

Penelitian ini menjadi sarana bagi penulis untuk menerapkan ilmu dan metode penelitian yang telah diperoleh selama perkuliahan, khususnya dalam bidang komunikasi interpersonal dan penelitian kualitatif. Selain itu, penelitian ini juga melatih kemampuan penulis dalam menganalisis fenomena sosial secara kritis serta memahami pengalaman subjektif individu dalam konteks keluarga.

c. Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmu komunikasi, khususnya dalam bidang komunikasi keluarga, dengan mengeksplorasi fenomena *toxic parents* dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja dalam konteks masyarakat pedesaan di Indonesia.

d. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan rekomendasi bagi keluarga, khususnya di Kabupaten Kebumen, dalam membangun pola komunikasi yang lebih terbuka, empatik, dan suportif guna mencegah dampak negatif *toxic parents* terhadap kesehatan mental remaja.