

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja awal, khususnya siswa SMP, berada di masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa transisi ini biasanya berlangsung antara usia 11 dan 18 tahun (dalam Mariyati, 2022). Fase ini ditandai oleh gejolak emosi, kebingungan, dan perubahan cepat dalam aspek fisik, kognitif, dan sosial, Stanley Hall (dalam Mariyati, 2022) menyebut fase ini sebagai “badai dan tekanan jiwa. Kondisi ini sering menyebabkan konflik, baik dalam diri remaja maupun hubungannya dengan lingkungannya.

Selain itu, Mariyati (2022) mengatakan bahwa masa remaja termasuk peralihan status yang membingungkan, perkembangan pesat, tuntutan untuk mandiri, dan pencarian identitas. Mereka juga memiliki kecenderungan untuk dipandang negatif oleh masyarakat. Situasi ini berpengaruh besar terhadap pembentukan konsep diri dan *Self Confidence* remaja. *Self confidence* merupakan landasan penting bagi remaja untuk berani mengemukakan pendapat mereka dan mendukung proses belajar mereka. Tanpa bantuan orang tua dan lingkungan yang mendukung, pertumbuhan pemahaman diri remaja dapat terhambat (dalam Mariyati 2022).

Hambatan dalam pemahaman diri ini dapat berdampak langsung pada rendahnya *self-confidence*, yang merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja. Oleh karena itu, masa remaja awal menjadi periode yang sangat krusial, karena pengalaman yang dialami pada tahap ini akan membentuk identitas diri dan *self-confidence* mereka di masa depan (Fiorentika, 2024).

Menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson (dalam Moku, 2021), remaja awal berada di tahap *identity vs role confusion*, yaitu ketika mereka mulai mempertanyakan peran di masyarakat dan mencari jati diri mereka. Saat ini, dukungan lingkungan sangat penting. Remaja yang percaya diri cenderung berani dalam mengekspresikan diri, membuat keputusan, dan menjalin hubungan sosial (Rais, 2022). Namun bagi beberapa remaja yang memiliki *Self Confidence* rendah hal ini dapat menyebabkan ketakutan, rasa tidak aman, dan kesulitan beradaptasi.

Data dari Survei Nasional Kesehatan Mental Remaja Indonesia (I-NAMHS) menunjukkan bahwa pada tahun 2022, sekitar 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental yang berhubungan dengan rendahnya *Self Confidence* mereka sendiri, dan 5,5% di antara mereka didiagnosa dengan gangguan mental dan hanya 2,6% orang yang pernah menerima konseling. Tren dari tahun 2023 hingga 2025 juga menunjukkan peningkatan kebutuhan akan layanan dukungan psikologis, meskipun akses dan kesadaran masih terbatas (Kementerian PPPA & UNICEF, 2024; Kementerian PPPA, 2025). Fakta ini menunjukkan bahwa intervensi sejak dini, baik melalui keluarga maupun lembaga pendidikan, sangat penting untuk meningkatkan *Self Confidence* remaja.

Menurut data KPPPA RI (2018), 56% remaja Indonesia memiliki *Self Confidence* yang rendah, yang ditunjukkan oleh rasa takut akan kesalahan, malu, dan khawatir tentang bagaimana mereka akan dinilai orang lain (Nasional et al., 2024). Rasa percaya diri remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan mereka, terutama keluarga dan sekolah. Menurut penelitian Nurzahwa (2024), peran orang

tua sebagai teladan sangat penting. Remaja yang merasa didukung dan dipahami oleh orang tuanya cenderung lebih percaya diri.

Lauster (dalam Yovita, 2020) menyatakan bahwa *Self Confidence* seseorang tumbuh melalui pengalaman hidup dan dapat diperkuat dengan dukungan positif sejak kecil. Remaja akan memiliki *Self Confidence* yang tinggi jika mendapatkan dukungan terus-menerus melalui penghargaan, motivasi, dan perhatian. Sebaliknya, jika mereka tidak mendapatkan dukungan terutama dari orang tua maka, akan membuat remaja ragu dan bergantung pada orang lain (Srijayarni, 2024). *Self Confidence* yang baik mendorong keberanian untuk berekspresi dan membantu perkembangan sosial dan prestasi akademik (Ismah, 2023).

Menurut Ghufron, Nur, dan Risnawati (dalam Fadillah, 2020), faktor yang memengaruhi *self confidence* terbagi menjadi internal dan eksternal. Faktor internal mencakup konsep diri, harga diri, kondisi fisik, serta pengalaman masa lalu, sedangkan faktor eksternal meliputi pendidikan, lingkungan sosial, pekerjaan, dan pengalaman hidup. Dari keseluruhan faktor tersebut, ikatan emosional dengan keluarga sejak dini menjadi penentu utama dalam pembentukan *self confidence*.

Hal ini sejalan dengan Nurzahwa (2024) yang menekankan bahwa perasaan didengar dan dihargai orang tua berpengaruh besar terhadap *Self Confidence* anak. Sayangnya, masih banyak orang tua yang kurang menyadari pentingnya komunikasi terbuka dan dukungan emosional, bahkan ada yang menerapkan pola asuh *toxic* dengan mengabaikan kebutuhan emosional anak (Lauster dalam

Yovita, 2020). Kondisi seperti ini dapat membuat remaja merasa tidak berharga dan sulit mengekspresikan diri. Oleh karena itu, pola asuh positif berbasis dukungan dan empati menjadi kunci dalam membantu remaja mengembangkan *self confidence* yang kuat untuk menghadapi tantangan hidup (Puspitasari dalam Srijayarni, 2024).

Dalam konteks sosial budaya di Desa Jatiroto, pola asuh yang bersifat *toxic* masih sering ditemukan. Hal ini berakar dari nilai tradisional yang menuntut kepatuhan mutlak anak terhadap orang tua. Praktiknya dapat terlihat melalui kebiasaan orang tua membandingkan anak dengan teman sebaya, memberikan kritik keras di depan umum, hingga membatasi ruang komunikasi dalam keluarga. Di lingkungan sekolah, khususnya pada jenjang SMP, sebagian orang tua juga menekan anak agar selalu berprestasi, bahkan tidak segan menegur guru jika hasil belajar anak tidak sesuai harapan. Ekspresi kasih sayang pun terbatas, di mana apresiasi jarang diberikan, sementara tuntutan menjaga nama baik keluarga lebih diprioritaskan.

Pola interaksi seperti ini memunculkan proses psikologis yang kompleks. Meskipun beberapa remaja berusaha mengatasi tekanan dengan menunjukkan performa terbaiknya (*overcompensation*), tetapi tidak sedikit pula yang mengalami dampak negatif berupa luka emosional, perasaan tidak berharga, hingga trauma yang terbawa hingga dewasa (Ismiati, 2024). Kondisi ini tidak hanya terjadi di Jatiroto, melainkan juga di berbagai daerah di Indonesia. Pola asuh *toxic* masih dianggap wajar karena adanya norma sosial yang membenarkan praktik membandingkan anak, pemberian hukuman fisik maupun verbal, serta

minimnya komunikasi emosional dalam keluarga (Yulianti, 2024). Padahal, sejumlah penelitian menegaskan bahwa pola asuh semacam ini berhubungan erat dengan rendahnya *self confidence*, meningkatnya kecemasan, serta hambatan perkembangan psikologis remaja. Oleh sebab itu, peran orang tua dalam memberikan penghargaan, dukungan emosional, serta komunikasi yang positif sangatlah penting untuk membantu anak membangun *self confidence* (Sari, 2023).

Dunham (dalam Maulida, 2023) menyatakan *toxic parents* adalah orang tua yang memiliki cara berinteraksi dan memberikan pengajaran hidup yang dapat merusak kemampuan anak untuk membangun hubungan yang positif, termasuk dengan teman, kekasih, keluarga, dan keturunannya. Menurut para orang tua *toxic*, perilaku ini sebagai bentuk untuk melindungi anaknya dari pengaruh yang buruk dan untuk mendorong mereka supaya mencapai tujuan mereka. Namun, cara orang tua ini dalam berinteraksi dapat menghambat perkembangan emosional anak, membuat mereka kurang percaya diri, dan menghalangi eksplorasi diri yang penting bagi remaja.

Maka, fokus penelitian ini adalah pola asuh negatif, khususnya pola asuh yang *toxic*, karena jenis pengasuhan ini banyak dan terbukti berdampak langsung pada pembentukan *Self Confidence* remaja. Banyak remaja dibesarkan dalam keluarga yang tidak memberikan dukungan emosional, tetapi pola asuh yang positif dapat membangun *Self Confidence* mereka (Sari, 2023). Orang tua sering tidak menyadari cara pengasuhan yang tidak baik, seperti membandingkan anak, mengabaikan upaya anak, atau menggunakan kekerasan verbal. Dalam (Hidayah et al., 2022), cara seperti ini menurunkan *Self Confidence* dan harga diri anak.

Rogers (1951) juga menekankan betapa pentingnya penerimaan tanpa syarat dari orang tua untuk membantu anak menjadi lebih percaya diri (Hidayah et al., 2022).

Penelitian mengenai hubungan pola asuh dengan *Self Confidence* remaja telah banyak dilakukan. Lestari dan Mamus (2022) menemukan adanya hubungan negatif signifikan antara sikap *overprotective* orang tua dan tingkat *Self Confidence* remaja, di mana semakin tinggi perlakuan protektif berlebihan, semakin rendah rasa percaya diri anak. Temuan serupa diperoleh Asih (2023) pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana, yang menunjukkan bahwa perilaku *overprotective* orang tua berkorelasi negatif signifikan dengan kepercayaan diri, dengan nilai koefisien $-0,191$ ($p < 0,05$). Rahmani, Kurniasari, dan Firmansyah (2023) juga mendukung temuan ini melalui penelitian kuantitatif pada 163 siswa sekolah dasar, dengan hasil korelasi $r = -0,5115$ dan signifikansi $p = 0,000$, yang menegaskan bahwa *toxic parenting* berhubungan negatif dengan *Self Confidence* siswa. Secara umum, penelitian-penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh yang bersifat berlebihan, mengontrol, atau merugikan, berkontribusi langsung pada rendahnya rasa percaya diri anak maupun remaja.

Sebaliknya, penelitian lain menemukan bahwa pola asuh yang sehat bermanfaat dalam perkembangan remaja. Rohana (2024) menemukan bahwa pola asuh orang tua dan *self confidence* memiliki dampak positif dan signifikan terhadap prestasi belajar siswa SMK Negeri 1 Surakarta. Dengan koefisien $0,50$ dari pola asuh orang tua dan koefisien $0,374$ dari keyakinan diri, masing-masing. Artinya, pola asuh dan rasa percaya diri siswa berkorelasi positif dengan prestasi akademik mereka. Sari (2023) berpendapat bahwa pola asuh demokratis, yang

mencakup dukungan emosional, kesempatan untuk membuat keputusan, dan penghargaan terhadap usaha anak, dapat secara efektif meningkatkan keyakinan diri remaja.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, pola asuh *toxic* seperti perilaku orang tua yang terlalu protektif terbukti memiliki korelasi negatif signifikan dengan *Self Confidence* anak. Rasa percaya diri cenderung menurun seiring dengan meningkatnya pola asuh yang merugikan secara emosional, misalnya melalui kontrol berlebihan, sikap meremehkan, maupun gaya otoriter. Kondisi ini menegaskan bahwa pola asuh yang tidak sehat menjadi salah satu faktor penting yang dapat menghambat perkembangan psikologis, khususnya dalam membangun kepercayaan diri pada masa remaja. Namun demikian, masih sedikit penelitian yang secara khusus berfokus pada remaja awal, padahal fase ini merupakan periode krusial dalam pembentukan identitas diri sekaligus penguatan rasa percaya diri (Fadillah, 2020).

Fenomena rendahnya *Self Confidence* pada remaja awal sering terlihat dalam kehidupan sekolah. Di SMPN 1 Jatiroto sendiri banyak siswa menunjukkan sikap enggan berbicara, kurang berinisiatif, dan mengalami kesulitan mengekspresikan diri, sehingga perkembangan identitas diri mereka menjadi terhambat. Kondisi ini juga berdampak pada kemampuan beradaptasi di lingkungan sosial serta kesiapan menghadapi tantangan akademik. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi *Self Confidence* remaja, terutama pola asuh yang diterapkan dalam keluarga, agar dapat diberikan dukungan yang sesuai. Dengan demikian penulis akan melakukan penelitian dengan judul hubungan antara *Toxic*

Parents dengan *Self Confidence* pada Remaja Awal di SMP Negeri 1 Jatiroto untuk mengeksplorasi lebih lanjut hubungan pola asuh orang tua yang *toxic* terhadap *Self Confidence* remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat disimpulkan bahwa rumusan masalah yang didapat ialah “apakah terdapat hubungan antara *toxic parents* dengan *Self Confidence* pada siswa SMPN 1 Jatiroto?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *toxic parents* dengan *Self Confidence* pada remaja awal di SMP.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis yaitu:

1. Manfaat teoritis: Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan sebagai ilmu pengetahuan bagi peneliti sendiri serta dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmiah dalam bidang psikologi perkembangan, terutama mengenai pengaruh pola asuh orang tua terhadap *Self Confidence* pada remaja awal. Hasil dari penelitian ini juga dapat memperkuat teori yang berkaitan dengan perkembangan psikososial remaja, terutama pada teori menurut tokoh Eric Erikson tentang tahap *identity vs role confusion* dalam pembentukan konsep diri dan kepercayaan diri.
2. Manfaat Praktis penelitian ini memiliki manfaat praktis bagi kedua pihak: bagi peneliti, hasilnya dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program

intervensi atau penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan keyakinan diri remaja dengan memperhatikan bagaimana pola asuh orang tua memengaruhi mereka. Sementara itu, bagi orang tua, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi untuk mengevaluasi dan memperbaiki metode yang mereka gunakan untuk membangun hubungan yang lebih baik antara mereka dan anak-anak mereka.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyak studi yang mengangkat topik pola asuh dan pengaruhnya terhadap aspek-aspek psikologis pada remaja, diantaranya:

1. Pada penelitian dilakukan oleh Lestari dan Mamus (2022) yang berjudul Sikap *Overprotective* Orang Tua dan Kepercayaan Diri Remaja, hasilnya terdapat hubungan antara tingkat kepercayaan diri remaja dan sikap *overprotective* orang tua. menunjukkan hubungan negatif yang sangat signifikan antara kedua variabel tersebut. Semakin banyak protes yang berlebihan yang ditunjukkan oleh orang tua, semakin kurang kepercayaan diri remaja. Hasil ini menegaskan bahwa pola asuh yang terlalu mengontrol dapat menghambat perkembangan psikologis anak, terutama dalam membangun kepercayaan diri. Ini terjadi bahkan ketika pola asuh ini digunakan untuk tujuan perlindungan. Penelitian ini menunjukkan bahwa parenting yang berbahaya terutama *parenting* yang terlalu melindungi memiliki dampak nyata terhadap ketidakpercayaan diri remaja.

2. Pada penelitian yang dilakukan Asih (2023) yang berjudul perilaku *overprotective* orang tua dengan kepercayaan diri pada mahasiswa di universitas Kristen Satya Wacana hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perlakuan *overprotective* orang tua dengan kepercayaan diri pada mahasiswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar $-0,191$ dengan signifikansi $0,025$ ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi perilaku *overprotective* yang ditunjukkan orang tua, maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri mahasiswa. Dan sebaliknya jika perilaku *overprotective* orang tua pada anak rendah, maka akan semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmani, Kurniasari, dan Firmansyah (2023) yang berjudul Hubungan antara *toxic parenting* dengan *self-confidence* pada siswa sekolah dasar di SDN Gunung Sari 03 Kecamatan Citeureup. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan 163 siswa yang menjawab. Kuesioner standar digunakan untuk mengumpulkan data untuk masing-masing variabel. Dengan nilai korelasi $r = -0,5115$ dan signifikansi $p = 0,000$, hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara parenting yang berbahaya dan keyakinan diri. Artinya, semakin banyak perilaku parenting yang merugikan yang dirasakan oleh anak semakin rendah kepercayaan dirinya. Penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis anak, khususnya keyakinan terhadap dirinya sendiri, dapat dipengaruhi secara langsung oleh pola asuh yang negatif.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Rohana (2024) yang berjudul *The Influence Between Parenting and Self-Confidence on Learning Achievement at SMK Negeri 1 Surakarta*. menunjukkan hasil bahwa prestasi belajar siswa dipengaruhi secara signifikan oleh pola asuh orang tua, *Self Confidence* dan afeksi diri, dari ketiga faktor inilah menunjukkan bahwa pola asuh orang tua dan kepercayaan diri siswa dapat meningkatkan hasil belajar siswa. selain itu, efikasi diri juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa, memperkuat pentingnya peran orang tua dan keyakinan bahwa mereka dapat membantu mereka sukses di sekolah.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2023) yang berjudul *How Parenting Effects Adolescent Self Confidence*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya pengasuhan otoriter dan permisif memiliki dampak negatif terhadap perkembangan kepercayaan diri remaja. Gaya pengasuhan otoritatif cenderung mendukung perkembangan kepercayaan diri yang positif pada remaja.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa pola asuh negatif yang berkepanjangan berdampak negatif pada *Self Confidence* anak dan remaja. Namun, masih sedikit penelitian yang memfokuskan pada remaja awal, pada penelitian sebelumnya masih focus pada anak sekolah dasar atau mahasiswa. Padahal, masa remaja awal merupakan titik awal kerentanan psikologis yang dapat memengaruhi perkembangan jangka panjang. Selain itu, penelitian sebelumnya berfokus pada jenis pola asuh tertentu, seperti pola asuh *overprotektif*, otoriter, atau permisif, tanpa melihat fenomena pola asuh *toxic* yang

berdampak buruk pada anak. Dengan demikian, penelitian ini memiliki perbedaan karena menitikberatkan pada konteks remaja awal di tingkat SMP, serta secara spesifik mengkaji bagaimana pola *toxic* berhubungan dengan *self confidence* mereka. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman baru yang lebih kontekstual, sekaligus menjadi landasan bagi upaya intervensi pendidikan maupun konseling keluarga agar dukungan orang tua lebih efektif dalam membangun *Self Confidence* remaja.

