



HUBUNGAN *TOXIC PARENTING* DENGAN *SELF ESTEEM* SISWA DI SMA KRISTEN

Anaci Omega Saiputa¹, R. Pasifikus Christa Wijaya³, Mardiana Artati⁴, Marni⁵

Program Studi Psikologi, Universitas Nusa Cendana Kupang^{1,2,3,4,5}

e-mail: ¹anacysaiputa25@gmail.com, ²pcwijaya@staf.undana.ac.id,

³mardiana.artati@staf.undana.ac.id ⁴marni.marni@staf.undana.ac.id

Diterima: 28/2/2026; Direvisi: 3/3/2026; Diterbitkan: 12/3/2026

ABSTRAK

Toxic parenting merupakan pola asuh yang merugikan dan dapat menghambat perkembangan psikologis remaja, terutama dalam pembentukan self esteem. Pola asuh ini mencakup perilaku orang tua yang menuntut secara berlebihan, kurang memberi dukungan emosional, serta cenderung meremehkan atau mengkritik anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara toxic parenting dengan self esteem pada siswa di SMA Kristen 1 Kalabahi. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 215 siswa berusia 14–19 tahun yang dipilih melalui teknik quota sampling. Instrumen penelitian terdiri dari Skala Toxic Parenting berdasarkan aspek Dunham, Dermer, & Carlson serta Self Esteem Inventory dari Coopersmith. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara toxic parenting dan self esteem ($r = -0,306$; $p = 0,000$), yang berarti semakin tinggi tingkat toxic parenting yang dialami siswa maka semakin rendah self esteem mereka. Mayoritas siswa berada pada kategori self esteem sedang (82,8%) dan toxic parenting kategori sedang (76,3%). Analisis regresi menunjukkan bahwa toxic parenting memberikan kontribusi sebesar 9,36% terhadap variasi self esteem, dengan aspek dismissive parents menjadi faktor yang paling dominan dalam menurunkan self esteem siswa. Temuan ini menegaskan bahwa kualitas hubungan emosional antara orang tua dan anak sangat penting dalam membangun self esteem yang sehat, serta perlunya intervensi berbasis edukasi parenting untuk meningkatkan pola asuh positif dalam mendukung perkembangan psikologis remaja..

Kata Kunci: *Toxic Parenting, Self Esteem, Remaja*

ABSTRACT

Toxic parenting is a detrimental parenting pattern that can hinder adolescents' psychological development, particularly in shaping their self-esteem. This parenting style includes excessive demands, emotional neglect, and demeaning criticism directed toward the child. This study aims to examine the relationship between toxic parenting and self esteem among students at SMA Kristen 1 Kalabahi. Employing a quantitative approach with a correlational design, the study involved 215 students aged 14-19 years selected using a quota sampling technique. The instruments used were the Toxic Parenting Scale based on the aspects proposed by Dunham, Dermer, and Carlson and the Self-Esteem Inventory developed by Coopersmith. The results indicated a significant negative relationship between toxic parenting and self-esteem ($r = -0.306$; $p = 0.000$), meaning that higher levels of toxic parenting are associated with lower levels of self-esteem. Most students were categorized as having moderate self-esteem (82.8%) and moderate levels of toxic parenting (76.3%). Regression analysis showed that toxic parenting contributed 9.36% to the variance in self-esteem, with the dismissive parents aspect being the most dominant factor in lowering students' self-esteem. These findings highlight the crucial





role of emotional bonding between parents and children in fostering healthy self-esteem, and suggest the need for parenting education interventions to promote healthier parenting practices that support adolescents' psychological development..

Keywords: Toxic Parenting, Self Esteem, Adolescents

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan sebuah periode krusial dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan berbagai transformasi fundamental, mulai dari aspek fisik, kognitif, hingga kematangan sosial. Fase transisi ini sering kali menempatkan individu pada posisi yang rentan terhadap berbagai tekanan psikologis eksternal maupun internal yang dapat mengganggu keseimbangan mental mereka. Salah satu fondasi utama yang harus dibangun dengan kokoh selama masa ini adalah harga diri atau yang sering dikenal dengan istilah *self-esteem*. Komponen ini merupakan bentuk evaluasi mendalam yang dilakukan individu terhadap nilai dirinya sendiri, yang nantinya akan sangat memengaruhi kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, meningkatkan motivasi dalam menuntut ilmu, serta menjaga stabilitas kesehatan mental secara keseluruhan. Dalam kondisi yang sangat ideal, setiap remaja seharusnya tumbuh dalam sebuah ekosistem yang memberikan dukungan emosional penuh, penerimaan tanpa syarat, serta pola asuh yang memberdayakan demi terbentuknya pandangan diri yang positif (Florensa et al., 2023; Sumargi & Giovanni, 2021). Namun, kenyataan di lapangan sering kali menunjukkan gambaran yang sangat kontradiktif, di mana tidak semua remaja beruntung memiliki akses terhadap lingkungan pengasuhan yang suportif dan kondusif bagi pertumbuhan harga diri mereka yang sehat dan optimal (Kurniawan et al., 2023; Sururi & Muslikah, 2020; Wasono, 2021).

Dalam realitas sosial yang lebih luas, ditemukan fenomena di mana sebagian orang tua justru menerapkan pola interaksi yang bersifat destruktif atau dikenal dengan istilah *toxic parenting*. Praktik pengasuhan ini sering kali ditandai dengan munculnya kritik yang berlebihan, penetapan standar atau tuntutan hidup yang sama sekali tidak realistis, minimnya keterlibatan dukungan emosional, hingga perilaku yang secara sengaja meremehkan potensi sang anak. Pola asuh yang beracun seperti ini jelas sangat bertentangan dengan prinsip-prinsip dasar pengasuhan sehat yang seharusnya mengedepankan aspek kehangatan, responsivitas yang cepat terhadap kebutuhan anak, serta jalinan komunikasi dua arah yang terbuka. Berbagai kajian psikologi mutakhir telah secara konsisten menegaskan bahwa pola pengasuhan yang negatif ini memiliki korelasi yang sangat erat dengan fenomena rendahnya *self-esteem* pada anak usia remaja. Dampak sistemik dari perilaku orang tua tersebut tidak hanya berhenti pada penurunan rasa percaya diri saja, melainkan juga memicu peningkatan kecemasan yang akut serta risiko gangguan kesehatan mental yang lebih serius (Aprilia et al., 2023; Huang et al., 2024; Kurniawan et al., 2023). Tekanan emosional yang dialami remaja dalam lingkungan keluarga yang toksik pada akhirnya akan melumpuhkan fungsi adaptif mereka, termasuk menurunnya kemampuan bersosialisasi dan prestasi akademik di sekolah (Aziz et al., 2021; Fadhillah & Siregar, 2024; Niman et al., 2022).

Kesenjangan yang sangat mencolok mulai terlihat ketika harapan akan pola asuh yang hangat dan suportif berbenturan keras dengan kenyataan pahit di lapangan, khususnya bagi remaja yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang tidak sehat. Kondisi yang tidak ideal ini memberikan dampak langsung yang sangat destruktif terhadap perkembangan konsep diri serta cara remaja melakukan penilaian terhadap keberadaan mereka di tengah masyarakat, yang pada akhirnya akan merusak struktur *self-esteem* secara perlahan. Berdasarkan pengamatan





awal dan data yang ditemukan pada para siswa di SMA Kristen 1 Kalabahi, teridentifikasi adanya gejala-gejala yang menunjukkan rendahnya tingkat kepercayaan diri pada sebagian besar peserta didik. Pengalaman terhadap perilaku pengasuhan yang merugikan muncul dalam berbagai bentuk yang sangat nyata, seperti ketiadaan sandaran emosional dari orang tua saat anak sedang mengalami kesulitan, penggunaan kritik verbal yang cenderung merendahkan martabat anak, hingga kebiasaan membandingkan prestasi anak dengan individu lain secara tidak adil. Realitas empiris ini menunjukkan bahwa masalah harga diri remaja di sekolah tersebut bukanlah masalah yang berdiri sendiri, melainkan merupakan sebuah akibat dari dinamika interaksi yang terjadi di dalam rumah yang memerlukan perhatian secara akademis (Muhayati et al., 2022; Rahmah et al., 2024; Sururi & Muslikah, 2020).

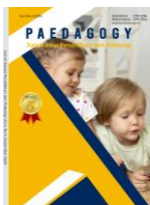
Walaupun diskursus mengenai hubungan antara pola asuh yang salah dan harga diri telah banyak dieksplorasi oleh para ahli sebelumnya, masih terdapat celah penelitian yang sangat signifikan, terutama bila diletakkan dalam konteks masyarakat di wilayah Nusa Tenggara Timur. Setiap daerah memiliki karakteristik sosial dan budaya yang unik, yang tentunya akan sangat memengaruhi bagaimana dinamika hubungan antara orang tua dan anak remaja terbentuk serta dijalankan setiap harinya. Sampai saat ini, belum ditemukan adanya kajian ilmiah yang secara spesifik dan mendalam membedah kaitan antara praktik pengasuhan yang tidak sehat dengan tingkat *self-esteem* remaja di Kabupaten Alor. Padahal, nilai-nilai lokal dan norma budaya yang dianut oleh masyarakat setempat diyakini memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap cara orang tua memberikan arahan serta bagaimana remaja merespons perilaku tersebut. Ketiadaan data yang spesifik untuk wilayah ini menciptakan sebuah kekosongan informasi bagi para praktisi pendidikan dan kesehatan mental di daerah tersebut. Oleh karena itu, penelitian yang menyasar pada karakteristik masyarakat Alor menjadi sangat penting untuk dilakukan guna memahami fenomena ini dari sudut pandang yang lebih kontekstual dan relevan dengan kondisi sosiokultural setempat (Kadiwano et al., 2026; Malaikosa & Taopan, 2020; Ranimpi et al., 2023; Usfal et al., 2026).

Sebagai jawaban atas tantangan tersebut, penelitian ini hadir dengan membawa nilai inovatif yang kuat dengan menyajikan gambaran empiris terbaru mengenai hubungan pola asuh yang kurang sehat dengan tingkat harga diri remaja di SMA Kristen 1 Kalabahi. Kebaruan dari kajian ini terletak pada upayanya mengintegrasikan fenomena psikologis global ke dalam konteks lokal yang sangat spesifik, sehingga mampu menghasilkan data yang lebih akurat dan tepat sasaran bagi masyarakat setempat. Temuan yang dihasilkan diharapkan dapat memperkaya khazanah literatur psikologi perkembangan, khususnya dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir, serta memberikan sumbangsih pemikiran segar bagi para akademisi. Selain itu, hasil kajian ini akan menjadi dasar ilmiah yang berharga dalam merancang berbagai program intervensi untuk memperkuat pola asuh positif di tingkat keluarga serta program peningkatan rasa percaya diri bagi remaja di lingkungan sekolah. Inovasi penelitian ini tidak hanya berhenti pada pengumpulan data, tetapi juga bertujuan memberikan rekomendasi kebijakan aplikatif bagi pihak sekolah dan orang tua dalam menciptakan ekosistem pertumbuhan anak yang sehat, harmonis, dan berkelanjutan demi masa depan generasi muda di wilayah Kabupaten Alor.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menelaah keterkaitan antara pola asuh merugikan dan harga diri remaja. Lokasi pelaksanaan studi bertempat di SMA Kristen 1 Kalabahi, Kabupaten Alor, dengan periode pengumpulan





data yang berlangsung selama bulan Juni hingga Juli dua ribu dua puluh lima. Subjek penelitian melibatkan dua ratus lima belas siswa yang berada dalam rentang usia empat belas hingga sembilan belas tahun. Secara demografis, sampel ini terdiri dari sembilan puluh dua siswa laki-laki dan seratus dua puluh tiga siswa perempuan yang berasal dari jenjang kelas sepuluh dan sebelas. Peneliti menggunakan teknik *quota sampling* untuk menentukan jumlah responden yang representatif dari populasi siswa di sekolah tersebut. Pemilihan metode ini bertujuan untuk menghasilkan data numerik yang akurat guna menguji hipotesis mengenai hubungan negatif antara variabel yang diteliti. Seluruh partisipan dilibatkan secara sukarela setelah mendapatkan izin resmi dari otoritas sekolah serta diberikan penjelasan mengenai etika riset demi menjaga objektivitas hasil di lapangan secara menyeluruh.

Instrumen pengumpulan data menggunakan dua jenis kuesioner terstruktur yang dikembangkan dalam format skala *Likert*. Perangkat pertama adalah Skala *Toxic Parenting* yang dirancang untuk mengukur persepsi siswa terhadap perilaku orang tua yang bersifat destruktif. Skala ini mencakup tiga dimensi utama yakni *pageant parents* (orang tua yang menuntut kesempurnaan), *dismissive parents* (orang tua yang abai), dan *contemptuous parents* (orang tua yang meremehkan) guna memotret tingkat tekanan emosional dalam keluarga. Perangkat kedua adalah *Self Esteem Inventory* yang digunakan untuk mengevaluasi penilaian diri siswa dalam empat dimensi harga diri yang berbeda. Sebelum diimplementasikan secara meluas, kedua instrumen tersebut telah melalui serangkaian uji coba teknis untuk memastikan tingkat validitas dan reliabilitasnya pada kelompok usia remaja di wilayah tersebut. Hal ini dilakukan agar alat ukur yang digunakan mampu menjaring data yang konsisten dan tepat sasaran sesuai dengan konstruksi psikologis yang diuji. Penggunaan instrumen standar ini memfasilitasi peneliti dalam mengonversi fenomena interaksi keluarga menjadi data statistik yang siap diolah.

Prosedur pelaksanaan dimulai dengan pendampingan langsung oleh peneliti di dalam ruang kelas guna memberikan instruksi mengenai tata cara pengisian dan menjamin kerahasiaan identitas para responden. Data yang telah terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum memasuki tahap pemrosesan digital menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis data diawali dengan pengujian asumsi klasik yang mencakup uji normalitas melalui teknik *Shapiro-Wilk* serta pengujian *linearity* untuk memverifikasi kelayakan model data parametrik. Untuk membuktikan hubungan antar variabel, peneliti menerapkan uji korelasi *Pearson* guna melihat arah dan kekuatan kaitan antara pola asuh dan harga diri. Selanjutnya, dilakukan analisis regresi linear dengan metode *backward* untuk mengidentifikasi kontribusi spesifik dari tiap dimensi pola asuh terhadap variasi nilai harga diri siswa. Seluruh prosedur pengolahan statistik dijalankan pada taraf signifikansi lima persen. Tahapan sistematis ini memastikan bahwa setiap simpulan yang ditarik berlandaskan pada bukti empiris yang kuat serta dapat dipertanggungjawabkan secara metodologis dalam lingkup ilmu psikologi perkembangan remaja saat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Uji Normalitas

Tests of Normality						
Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk			
Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	



<i>Toxic parenting</i>	.047	215	.200*	.995	215	.675
<i>Self esteem</i>	.056	215	.097	.989	215	.087
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Tabel 1 menyajikan hasil uji normalitas data untuk variabel toxic parenting dan self esteem menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov serta Shapiro-Wilk. Berdasarkan hasil uji Shapiro-Wilk terhadap 215 responden, variabel toxic parenting memiliki nilai signifikansi sebesar 0.675, sedangkan variabel self esteem memiliki nilai signifikansi sebesar 0.087. Karena kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data untuk kedua variabel tersebut berdistribusi normal. Hasil ini memenuhi asumsi prasyarat untuk melakukan analisis statistik parametrik pada tahap penelitian selanjutnya.

Tabel 2. Uji Statistik Deskriptif

Descriptives				
			Statistic	Std. Error
Toxic parenting	Mean		88.67	1.062
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	86.58	
		Upper Bound	90.77	
	5% Trimmed Mean		88.57	
	Median		89.00	
	Variance		242.679	
	Std. Deviation		15.578	
	Minimum		44	
	Maximum		132	
	Range		88	
	Interquartile Range		21	
	Skewness		.124	.166
	Kurtosis		.042	.330
Self esteem	Mean		32.21	.439
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	31.34	
		Upper Bound	33.07	
	5% Trimmed Mean		32.20	
	Median		33.00	
	Variance		41.409	
	Std. Deviation		6.435	
	Minimum		17	
	Maximum		48	
	Range		31	
	Interquartile Range		8	
	Skewness		-.045	.166

	Kurtosis	-.129	.330
--	----------	-------	------

Tabel 2 menjelaskan statistik deskriptif dari variabel toxic parenting dan self esteem untuk memberikan gambaran sebaran data. Variabel toxic parenting menunjukkan nilai rata-rata sebesar 88.67 dengan standar deviasi 15.578, serta rentang nilai antara 44 hingga 132. Sementara itu, variabel self esteem memiliki nilai rata-rata sebesar 32.21 dengan standar deviasi 6.435. Nilai minimum untuk self esteem adalah 17 dan nilai maksimumnya mencapai 48. Data ini menunjukkan sebaran skor responden dengan nilai median masing-masing variabel sebesar 89.00 dan 33.00.

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas Variabel *Toxic parenting* dan *Self esteem*

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Self esteem</i> * <i>Toxic parenting</i>	Between Groups	(Combined)	3401.040	65	52.324	1.428	.040
		Linearity	829.733	1	829.733	22.641	.000
		Deviation from Linearity	2571.308	64	40.177	1.096	.321
	Within Groups		5460.541	149	36.648		
	Total		8861.581	214			

Tabel 3 memaparkan hasil uji linieritas antara variabel toxic parenting dan self esteem melalui perhitungan anova. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi pada baris deviation from linearity sebesar 0.321. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0.05, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel pengasuhan beracun dengan harga diri siswa. Selain itu, nilai f hitung pada aspek penyimpangan linieritas tercatat sebesar 1.096. Temuan ini menegaskan bahwa asumsi linieritas telah terpenuhi sehingga analisis regresi atau korelasi dapat dilakukan secara valid.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Correlations			
		<i>Toxic parenting</i>	<i>Self esteem</i>
<i>Toxic parenting</i>	Pearson Correlation	1	-.306**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	215	215
<i>Self esteem</i>	Pearson Correlation	-.306**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	215	215

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 4 menunjukkan hasil uji korelasi pearson product moment antara toxic parenting dan self esteem pada 215 siswa. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah sebesar -0.306 dengan nilai signifikansi 0.000. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0.01, maka disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Arah korelasi yang negatif menandakan bahwa semakin tinggi tingkat toxic parenting yang diterima, maka semakin rendah tingkat self esteem siswa. Hubungan ini menunjukkan dampak nyata pola asuh terhadap penilaian diri responden.



Hasil analisis data terhadap 215 siswa menunjukkan bahwa mayoritas partisipan, yakni sebesar 76,3 persen, mengalami pengalaman pengasuhan yang kurang suportif dalam kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja di lingkungan sekolah ini menghadapi pola asuh yang cenderung memberikan tekanan psikologis namun tidak pada tahap ekstrem. Sejalan dengan kondisi tersebut, tingkat penilaian diri atau harga diri siswa juga didominasi oleh kategori sedang dengan persentase mencapai 82,8 persen, sementara hanya sebagian kecil yang memiliki tingkat penilaian diri sangat tinggi atau rendah. Angka-angka ini memberikan gambaran bahwa meskipun siswa secara umum memiliki pandangan yang cukup positif terhadap diri mereka sendiri, mereka tetap berada dalam posisi rentan terhadap dinamika yang terjadi di dalam keluarga. Komposisi responden yang terdiri dari 42,8 persen laki-laki dan 57,2 persen perempuan dengan rentang usia 14 hingga 19 tahun memberikan perspektif luas mengenai fase perkembangan identitas yang sedang merekaalui dalam kehidupan sehari-hari di sekolah tersebut. Kondisi moderat ini mencerminkan situasi di mana individu masih berupaya menjaga nilai diri di tengah tantangan lingkungan rumah yang tidak selalu memberikan dukungan penuh bagi perkembangan mental mereka secara maksimal (Desi et al., 2024; Rahman, 2022; Sulaiman et al., 2021; Wasono, 2021; Wongsokarto & Kurniawan, 2025).

Pengujian statistik yang dilakukan mengonfirmasi adanya hubungan negatif yang signifikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar minus 0,306 dan tingkat signifikansi 0,000. Hasil numerik ini menunjukkan hubungan terbalik yang jelas, di mana peningkatan perilaku pengasuhan yang tidak sehat akan diikuti dengan penurunan harga diri pada siswa secara keseluruhan. Temuan ini memiliki implikasi mendalam bagi pembentukan konsep diri remaja, karena kritik yang berlebihan dan kurangnya kehangatan emosional secara langsung mengikis kepercayaan diri internal mereka. Ketika remaja terpapar pada tingkat pengasuhan yang kurang suportif, kemampuan mereka untuk menghargai potensi diri sendiri menjadi sangat terhambat. Korelasi ini membuktikan bahwa atmosfer psikologis yang diciptakan oleh orang tua berfungsi sebagai cermin bagi remaja dalam memandang diri mereka di dunia nyata. Refleksi negatif dari orang tua pada akhirnya termanifestasi sebagai penilaian rendah terhadap nilai pribadi di mata anak tersebut. Akibatnya, keberadaan lingkungan yang tidak mendukung menjadi penghalang utama dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang sehat. Hubungan yang signifikan ini menyoroti urgensi untuk memperhatikan bagaimana gaya komunikasi orang tua berdampak pada kesehatan mental siswa sekolah menengah selama masa pertumbuhan yang sangat kritis bagi masa depan mereka (Claretta et al., 2022; Febrianti & Subroto, 2023; Rismanda et al., 2025; Suwandi et al., 2024).

Analisis lebih lanjut melalui metode regresi linear menunjukkan bahwa model ini berhasil memprediksi sebesar 16,5 persen varians pada tingkat harga diri siswa, dengan faktor pengabaian emosional muncul sebagai prediktor paling dominan. Gaya pengasuhan ini ditandai dengan minimnya dukungan emosional serta kecenderungan untuk mengabaikan kebutuhan psikologis anak, yang terbukti memiliki dampak paling kuat dalam menurunkan penilaian diri remaja. Saat remaja merasa bahwa perasaan mereka tidak penting atau tidak diperhatikan oleh pengasuh utama, mereka mulai menginternalisasi perasaan tidak layak untuk mendapatkan perhatian atau kasih sayang. Kurangnya kehadiran emosional ini menghambat pembentukan landasan yang aman bagi perkembangan identitas yang sehat selama masa transisi menuju kedewasaan. Remaja yang tumbuh dengan pengalaman semacam ini sering kali berjuang dengan citra diri atau *self-image* yang negatif dan merasa kesulitan dalam menghadapi tekanan dari lingkungan sosial atau tantangan akademik. Kegagalan memberikan validasi di rumah



memaksa mereka mencari persetujuan di tempat lain atau justru menerima pandangan yang rendah terhadap kapasitas diri mereka sendiri. Dominasi aspek *dismissive parents* ini menunjukkan bahwa pengabaian emosional mungkin lebih merusak dibandingkan kontrol yang terlalu ketat bagi kelompok siswa ini (Ita & Sihotang, 2021; Saputra et al., 2025; Sørensen & Nielsen, 2020; Xiao, 2023).

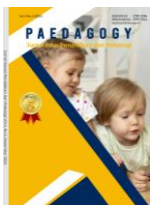
Selain masalah pengabaian emosional, aspek tuntutan untuk tampil sempurna atau memenuhi ekspektasi orang tua juga memberikan kontribusi signifikan terhadap model penelitian ini. Orang tua yang menetapkan standar tidak realistis atau menuntut anak untuk menjaga citra publik tertentu menciptakan lingkungan yang penuh dengan perbandingan sosial yang tidak sehat. Ketika remaja terus-menerus dibandingkan dengan saudara atau teman sebaya, mereka cenderung mengembangkan rasa tidak kompeten yang persisten jika gagal memenuhi standar tersebut. Dinamika ini sangat relevan jika dikaitkan dengan konteks budaya di daerah tertentu, di mana pola asuh sering kali berorientasi pada otoritas dan disiplin yang sangat ketat. Di wilayah Nusa Tenggara Timur, komunikasi dalam keluarga mungkin kurang ekspresif secara emosional, sehingga pengalaman pengasuhan sering kali dirasakan sebagai beban yang keras bagi kaum muda. Latar belakang budaya ini menjelaskan mengapa tekanan untuk berprestasi dan kurangnya keterbukaan emosional menjadi faktor yang sangat menonjol dalam data penelitian. Kombinasi antara diabaikan secara emosional dan ditekan untuk mencapai sukses akademik melalui pola *pageant parents* menciptakan beban psikologis yang berat bagi remaja. Pengalaman tersebut menghambat motivasi intrinsik dan mengurangi keyakinan mereka terhadap keunikan bakat serta identitas diri yang mereka miliki (Aprilia et al., 2023; Distina, 2021; Intyas & Muttaqin, 2022; Mauliana & Subardjo, 2026; Sumargi & Giovanni, 2021; Yau et al., 2021).

Meskipun penelitian ini mengidentifikasi hubungan yang jelas antara dinamika keluarga dan harga diri, perlu dicatat bahwa pengasuhan yang kurang sehat hanya menjelaskan 16,5 persen dari total varians yang ada. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat berbagai faktor eksternal lainnya, seperti pengaruh teman sebaya, interaksi dengan guru di sekolah, serta persepsi terhadap prestasi akademik, yang turut berperan dalam membentuk harga diri remaja. Karakteristik internal individu seperti daya laku atau *resilience* dan efikasi diri atau *self-efficacy* juga dapat berfungsi sebagai faktor pelindung yang membantu siswa mengatasi lingkungan rumah yang sulit. Keterbatasan penelitian ini terletak pada fokusnya di satu sekolah dan wilayah tertentu, sehingga generalisasi hasil harus dilakukan dengan hati-hati untuk populasi remaja di area geografis yang berbeda. Namun, implikasi praktisnya sangat besar bagi pendidik dan konselor sekolah dalam memberikan dukungan psikologis yang tepat bagi siswa yang membutuhkan bantuan. Program yang bertujuan meningkatkan komunikasi antara orang tua dan anak serta menciptakan lingkungan rumah yang lebih suportif sangat penting untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Sekolah dapat memfasilitasi lokakarya yang membantu orang tua memahami dampak jangka panjang perilaku mereka terhadap kesehatan mental anak. Penelitian di masa depan perlu mengeksplorasi peran resiliensi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa toxic parenting memiliki peran penting dalam membentuk self-esteem remaja. Hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat perilaku pengasuhan yang bersifat meremehkan, menuntut secara berlebihan, atau tidak responsif secara emosional, semakin rendah penilaian diri yang dimiliki remaja. Temuan ini selaras dengan konsep perkembangan remaja yang



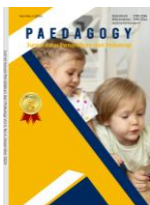


menempatkan dukungan emosional dan penerimaan orang tua sebagai fondasi utama pembentukan konsep diri positif. Aspek dismissive parents terbukti menjadi faktor paling dominan yang menurunkan self-esteem, sehingga menunjukkan bahwa pengabaian emosional memiliki dampak psikologis yang lebih kuat dibandingkan bentuk toxic parenting lainnya. Hasil penelitian ini juga menguatkan kesenjangan antara kondisi ideal—di mana remaja seharusnya mendapatkan pengasuhan yang hangat, suportif, dan adaptif—dengan kenyataan yang dialami sebagian siswa SMA Kristen 1 Kalabahi. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi teoretis maupun praktis mengenai pentingnya pola asuh positif dalam konteks perkembangan remaja, terutama pada wilayah dengan karakter sosial-budaya yang cenderung menekankan pola komunikasi yang keras atau otoritatif.

Ke depan, hasil penelitian ini memiliki prospek pengembangan yang luas. Penelitian selanjutnya dapat memperluas variabel lain yang turut memengaruhi self-esteem, seperti relasi teman sebaya, faktor sekolah, karakter personal, maupun dinamika keluarga yang lebih kompleks. Intervensi berbasis parenting education, pelatihan komunikasi emosional, serta program peningkatan self-esteem di sekolah juga dapat dikembangkan sebagai aplikasi praktis dari penelitian ini. Dengan demikian, temuan ini tidak hanya memberikan gambaran empiris mengenai hubungan toxic parenting dan self-esteem, tetapi juga membuka ruang bagi upaya promotif dan preventif yang lebih komprehensif dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, E. S., Alfreda, A. Z., Jannah, A., Solikhah, M., & Pradana, H. H. (2023). Dampak toxic parents terhadap kesehatan mental remaja akhir. *Psycho Aksara Jurnal Psikologi*, 1(2), 210. <https://doi.org/10.28926/psychoaksara.v1i2.1037>
- Aziz, U. K., Lutfiya, I., & Sulaiman, I. (2021). Gambaran gangguan perilaku dan emosional pada remaja usia 10-24 tahun berdasarkan faktor sosiodemografi (analisis data susenas tahun 2015). *BIOGRAPH-I Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, 1(2), 54. <https://doi.org/10.19184/biograph-i.v1i2.27873>
- Claretta, D., Rachmawati, F., & Sukaesih, A. (2022). Communication pattern family and adolescent mental health for strawberry generation. *International Journal of Science and Society*, 4(3), 79. <https://doi.org/10.54783/ijssoc.v4i3.501>
- Desi, D., Fretes, F. D., Rayanti, R. E., & Raswandaru, M. R. (2024). Playing the self-adventure board game to increase adolescents' self-esteem. *Community Empowerment*, 9(3), 553. <https://doi.org/10.31603/ce.10847>
- Distina, P. P. (2021). Intervensi mindful breathing untuk mengatasi stres akademik pada remaja sekolah menengah atas. *Psychosophia Journal of Psychology Religion and Humanity*, 3(2), 124. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1756>
- Fadhilla, R., & Siregar, A. P. (2024). Dampak lingkungan pertemanan toxic terhadap kesehatan mental remaja. *Invention Journal Research and Education Studies*, 37. <https://doi.org/10.51178/invention.v5i2.2017>
- Febrianti, F., & Subroto, U. (2023). Hubungan pola asuh dengan komunikasi interpersonal pada remaja. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 799. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.183>
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran kesehatan mental emosional remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.125>



- Huang, Y.-T., Pan, J., & Ruoqi, Z. (2024). A review of the impact of parenting styles on adolescents' self-esteem. *Journal of Education Humanities and Social Sciences*, 26, 869. <https://doi.org/10.54097/m158cb26>
- Intyas, S. D., & Muttaqin, D. (2022). Peran pengasuhan kontrol psikologis dan otonomi emosional dalam pembentukan identitas remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 15(2), 142. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.2.142>
- Ita, C. S., & Sihotang, H. (2021). Harmonisasi pola asuh orang tua dalam meningkatkan prestasi belajar pada tingkat sekolah menengah atas. *Jurnal Handayani*, 12(1), 128. <https://doi.org/10.24114/jh.v12i1.26558>
- Kadiwano, D. W. I., Anakaka, D. L., & Syamruth, T. T. Y. K. (2026). Skrining kesehatan mental pada ibu rumah tangga di desa ubu raya kabupaten sumba barat. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(1), 137. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i1.8862>
- Kurniawan, K., Khoirunnisa, K., Casman, C., Wijoyo, E. B., Azjunia, A. R., Nurpadillah, E. I., Cahyani, G., Fajri, I., Wardani, L. N., Nurfadillah, N. N., Kumala, R., Srirahayu, W., & Nurrohmah, Y. A. (2023). The effectiveness of social support in adolescents to overcome low self-esteem: Scoping review. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 5(1), 62. <https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v5i1.7517>
- Malaikosa, C. A., & Taopan, L. L. (2020). Teaching English at junior high school in Indonesian rural area: The implementation of scientific approach. *Lensa Kajian Kebahasaan Kesusastraan Dan Budaya*, 10(2), 206. <https://doi.org/10.26714/lensa.10.2.2020.206-217>
- Mauliana, M., & Subardjo, R. Y. S. (2026). Hubungan social comparison dengan kebahagiaan pada remaja pengguna media sosial. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(1), 349. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i1.8090>
- Muhayati, M., Fikri, M. Z., & Juniarly, A. (2022). The hubungan antara harga diri dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1), 62. <https://doi.org/10.32539/pjmh.v4i1.71>
- Niman, S., Parulian, T. S., & Sibarani, D. (2022). Promosi kesehatan jiwa online toxic relationship pada remaja. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 5(2). <https://doi.org/10.30737/jaim.v5i2.2407>
- Rahmah, S., Elmanora, E., & Hasanah, U. (2024). Analisis kekerasan verbal orang tua dan pengaruhnya terhadap kepercayaan diri remaja. *Psikobuletin Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(2), 137. <https://doi.org/10.24114/pib.v5i2.24884>
- Rahman, M. A. (2022). Strategi bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik modeling untuk mengembangkan regulasi diri siswa kelas X dan XI di SMKN 2 Garut. *EDUKATIF JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(3), 4721. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i3.2884>
- Ranimpi, Y. Y., Hyde, M., & Opreescu, F. (2023). An indigenous psychology perspective for appropriate mental health services and research in Indonesia. *Buletin Psikologi*, 31(2), 231. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.77298>
- Rismanda, E., Khasanah, U., Susanti, A., Bahri, S., & Baharudin, B. (2025). Kolaborasi orang tua dan guru dalam membentuk generasi tangguh melalui kajian parenting. *LEARNING Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(2), 777. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i2.5080>
- Saputra, A., Syamsuri, S., Utami, T., Bistari, B., & Purnama, S. (2025). Pengaruh motivasi belajar intrinsik terhadap partisipasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan



- pancasila di kelas VIII SMP Negeri 29 Pontianak. *SOCIAL Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 5(4), 1409. <https://doi.org/10.51878/social.v5i4.7978>
- Sørensen, N. U., & Nielsen, M. L. (2020). 'In a way, you'd like to move with them': Young people, moving away from home, and the roles of parents. *Journal of Youth Studies*, 24(4), 547. <https://doi.org/10.1080/13676261.2020.1747603>
- Sulaiman, H., Shabrina, F., & Sumarni, S. (2021). Tingkat self esteem siswa kelas XII pada pembelajaran matematika daring. *Mosharafa Jurnal Pendidikan Matematika*, 10(2), 189. <https://doi.org/10.31980/mosharafa.v10i2.652>
- Sumargi, A. M., & Giovanni, J. (2021). Strength-based parenting and well-being in adolescence. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 36(1). <https://doi.org/10.24123/aipj.v36i1.2788>
- Sururi, M. M. A., & Muslikah, M. (2020). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan aktualisasi diri dengan harga diri remaja panti asuhan di Purbalingga. *EMPATI-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 36. <https://doi.org/10.26877/empati.v7i1.5635>
- Suwandi, N., Ardani, I. G. A. I., Adnyana, I. G. A. N. S., & Windiani, I. G. A. T. (2024). Cognitive behaviour therapy pada remaja dengan percobaan bunuh diri. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(2), 85. <https://doi.org/10.51878/healthy.v3i2.3153>
- Usfal, V. F., Manafe, R. P., & Takalapeta, T. (2026). Overview; hubungan antara adverse childhood experience, regulasi emosi dan non-suicidal self-injury. *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 6(1), 488. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v6i1.8871>
- Wasono, C. W. (2021). Pengaruh resiliensi terhadap harga diri remaja di panti asuhan yatim dan tunanetra muhammadiyah purworejo. *Acta Psychologia*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43466>
- Wongsokarto, J. W., & Kurniawan, W. (2025). Metode konseling islam dalam mengatasi penyimpangan remaja (studi kasus di lembaga pembinaan khusus anak kelas II kota ternate). *CENDEKIA Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(4), 1536. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i4.7139>
- Xiao, S. (2023). Development of emotional autonomy of adolescents in the context of family relations and academic performance in middle school. *Polish Psychological Bulletin*. <https://doi.org/10.24425/ppb.2023.144884>
- Yau, P. S., Cho, Y. W., Shane, J., Kay, J., & Heckhausen, J. (2021). Parenting and adolescents' academic achievement: The mediating role of goal engagement and disengagement. *Journal of Child and Family Studies*, 31(4), 897. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02007-0>

