

Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Mengatasi KDRT (*Toxic Parenting*)

Diana Rachmasari^{1*}

¹ Universitas Islam Negeri Gunung Djati, Bandung, Indonesia

Correspondence Email:
dianarac8masari07@gmail.com*

Keywords
Islamic Guidance and Counseling; Domestic Violence;
Toxic Parenting.

Abstract

This writing aims to examine the role of Islamic counseling to overcome the problem of domestic violence (KDRT) regarding toxic parenting. The aim of writing this article is to achieve a better understanding of the factors that contribute to harmful parenting and to help develop Islamic guidance and counseling techniques to deal with emerging problems. The method used in this writing is literature review. The results of this research show that the causes of toxic parenting are the parents' past, stress and pressure, parents' unfulfilled ambitions, and wrong parenting patterns. Then, the impact of toxic parenting on children is mental health disorders, stress and pressure, low self-esteem, and hampered social emotional development. Approaches in Islamic counseling support in overcoming toxic parenting problems, such as family counseling and the gestalt approach. The results obtained are that children and parents can establish effective communication and form a harmonious family, as well as increasing self-awareness of the actions taken.

PENDAHULUAN

Keluarga adalah yang paling bertanggung jawab untuk mengawasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Aspek fisik, mental, emosional, dan karakter anak sangat dipengaruhi oleh peran orang tua mereka. Pengasuhan, atau parenting, sangat penting untuk kesehatan mental anak. Cara orang tua mendidik anak-anak dalam era teknologi modern yang berkembang sangat cepat telah mengalami perubahan yang signifikan, yang dapat menyebabkan anak-anak mengalami gangguan mental. Anak-anak yang dididik oleh orang tua yang tidak mendukung sering mengalami masalah psikologis dan kepribadian (Almerekhi et al., 2022).

Suportif dan sehatnya peran keluarga merupakan kunci untuk memastikan bahwa anak tumbuh dan berkembang dengan baik di lingkungan keluarga. Namun, menurut beberapa penelitian, masalah keluarga menyebabkan masalah kesehatan mental anak di dalam keluarga.

Dalam masyarakat modern, tantangan dalam mengasuh anak sering kali melibatkan tekanan ekonomi, sosial, dan psikologis yang dapat mempengaruhi metode pendidikan yang diberikan oleh orang tua. Dalam banyak kasus, pola asuh yang tidak sehat seperti otoriter, permisif, atau bahkan neglectful dapat mengakibatkan dampak negatif jangka panjang pada perkembangan dan kesejahteraan anak-anak.

Pola asuh mencakup metode yang digunakan oleh orang tua atau pengasuh untuk mendidik, mengarahkan, dan merawat anak-anak. (Hanum, 2022). Pola asuh mencakup berbagai pendekatan, strategi, dan pendekatan yang diambil oleh orang tua dalam menghadapi kebutuhan fisik, emosional, sosial, dan psikologis anak-anak mereka. Pola asuh ini sangat mempengaruhi perkembangan anak,

membentuk cara mereka memahami diri mereka sendiri, berkomunikasi dengan orang lain dan beradaptasi dengan lingkungannya. Orang tua perlu memahami peran dan tanggung jawab mereka terhadap keluarga dan anak-anak mereka.

Toxic parenting adalah pola pengasuhan yang tidak baik yang diberikan kepada anak oleh orang tua, yang sering kali dipengaruhi oleh cara orang tua mereka sendiri dalam mengasuh mereka. Pola ini dapat mengakibatkan anak merasa tidak dihargai, merasa tidak aman, dan mengalami perilaku yang merusak diri, serta kesulitan dalam beradaptasi dalam lingkungan keluarga.

Pentingnya memahami toxic parenting terletak pada pengaruhnya terhadap perkembangan anak secara holistik. Hal ini tidak hanya memengaruhi hubungan keluarga secara internal, tetapi juga berpotensi mempengaruhi cara anak berinteraksi dengan dunia luar, termasuk prestasi akademik, karir, dan kesehatan fisik mereka di masa depan. Pola ini dapat mencakup perilaku yang otoriter berlebihan, pengabaian, penelantaran emosional, atau kekerasan verbal maupun fisik.

Bimbingan konseling Islam menghadirkan pendekatan holistik yang tidak hanya memperhatikan dimensi psikologis dan sosial, tetapi juga dimensi spiritual. Nilai-nilai seperti kasih sayang, keadilan, kesabaran, dan tanggung jawab diintegrasikan dalam pendekatan ini untuk membantu orang tua memahami peran mereka dengan lebih baik dalam mendidik anak-anak sesuai dengan ajaran Islam.

Selain itu, bimbingan konseling Islam juga menekankan pentingnya introspeksi bagi orang tua untuk mengenali dan memperbaiki kekurangan mereka dalam mengasuh anak-anak. Hal ini mencakup meningkatkan kesadaran akan dampak perilaku dan sikap orang tua terhadap anak-anak, serta menawarkan strategi-strategi praktis dan islami untuk meningkatkan hubungan keluarga yang sehat dan harmonis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data studi literatur. Studi literatur sendiri didefinisikan sebagai upaya untuk mengumpulkan data dan sumber tentang subjek penelitian (Habsy, 2017). Dalam penelitian ini, studi literatur digunakan dengan tujuan untuk merangkum atau menggambarkan informasi tentang bimbingan konseling Islam untuk mengatasi toxic parenting. Berikut langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian ini, (1) Memilih subjek penelitian, (2) menetapkan fokus penelitian, (3) mengumpulkan literatur, (4) menyiapkan presentasi data, dan (5) menyusun laporan.

Data sekunder seperti buku, majalah, artikel, website, dan hasil penelitian lainnya yang membahas topik terkait. Peneliti memperoleh data dari berbagai portal jurnal dan buku yang kemudian memilah materi yang berkaitan dengan topik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Kekerasan bisa dijelaskan sebagai perilaku yang menimbulkan kesakitan atau penderitaan pada orang yang menjadi korbannya, baik secara fisik maupun emosional. Ketika terjadi dalam hubungan antar individu atau kelompok, kekerasan dianggap sebagai perilaku atau tindakan yang membebani, mengganggu, tidak menyenangkan, atau membatasi kebebasan salah satu pihak. Situasi yang dihasilkan dari kekerasan ini dapat menyebabkan penderitaan fisik dan mental bagi pihak lain dan membuatnya sulit untuk melepaskan diri (Jamaa & Rahman, 2022).

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004, kekerasan dalam rumah tangga didefinisikan sebagai "setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran dalam lingkup rumah tangga, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga" (Azwar, 2023).

Karenanya, kekerasan yang terjadi antara pasangan yang sedang berkecenderungan atau bertunangan tidak dapat dianggap sebagai kekerasan dalam rumah tangga. Secara khusus, kekerasan dalam rumah tangga merujuk pada tindakan kekerasan yang dialami dalam konteks keluarga, misalnya antara suami dan istri, antara majikan dan pembantu rumah tangga, atau sejenisnya.

Toxic Parenting

Sekarang ini, kata "toxic" sudah menjadi hal yang umum didengar. Kata ini merujuk pada orang-orang yang dianggap memiliki sifat yang merugikan atau "toksik" (Carelina & Suherman, 2020). Sedangkan parenting adalah proses pendidikan dan pengasuhan anak oleh orang tua dari saat lahir hingga dewasa. Tujuan dari parenting adalah guna anak bisa mengembangkan tanggung jawab dan berkontribusi positif dalam lingkungan.

Secara umum, toxic parenting merujuk kepada metode orang tua yang tidak sesuai untuk mendidik anak dapat berupa pola pengasuhan yang toksik, baik itu disengaja atau tidak disengaja, dan hal ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis anak. Pola pengasuhan ini seringkali terjadi karena orang tua menerapkan pola yang sama seperti yang mereka alami dari orang tua mereka sebelumnya (Ersami et al., 2023).

Sebuah penelitian (Rianti & Dahlan, 2022) menemukan bahwa orang tua yang melakukan tindakan buruk terhadap anak mereka memiliki karakteristik berikut: mereka terlalu mengontrol anak mereka dan tidak memberikan kebebasan kepada mereka; mereka sering membentak dan marah mereka hanya karena hal kecil, mereka selalu mengkritik dan menyalahkan anak mereka, dan mereka menggunakan kata-kata kasar untuk mengekspresikan emosi mereka secara verbal, serta memberikan hukuman fisik yang berlebihan kepada orang lain.

Jika orang tua menggunakan metode toxic parenting, mereka tidak mungkin memperlakukan anak mereka dengan cara yang baik. Bahkan mereka melakukan kekerasan terhadap anak-anak, yang memiliki dampak negatif pada kesehatan mental mereka. Salah satu kebutuhan psikologis anak adalah kebutuhan emosional, seperti kehangatan, kepedulian, dan perasaan aman yang diberikan oleh orang tua. Maka, anak-anak dapat mengoptimalkan potensi mereka dan mengembangkan kompetensi yang lebih baik.

Orang tua yang toksik tidak mampu memenuhi semua kebutuhan anak-anak mereka, kata psikolog Sri Juwita Kusumawardhani. Orang tua sering berpikir bahwa kebutuhan anak hanyalah makanan, minuman, tempat tinggal, dan pendidikan. Namun, mereka sering mengabaikan bahwa anak-anak juga memiliki kebutuhan emosional selain kebutuhan fisik. Misalnya, menjadi dekat dan ramah dengan orang tua, dan berbicara secara tulus dengan anak (Oktariani, 2021).

Berikut adalah jenis pola asuh (Handayani et al., 2020):

1. Pola Asuh Otoritatif: Orang tua otoritatif menetapkan batasan-batasan yang jelas bagi anak-anaknya, tetapi peka pada keperluan dan perasaan anaknya. Mereka mendukung dan mendorong kemandirian anak, serta memberikan penjelasan dan alasan yang masuk akal terkait aturan yang diberlakukan.
2. Pola Asuh Otoriter: Orang tua otoriter menetapkan aturan yang ketat dan memberlakukan batasan-batasan tanpa memberikan penjelasan atau alasan yang memadai kepada anak. Mereka cenderung menggunakan hukuman fisik atau hukuman yang keras sebagai metode pengendalian perilaku anak (Sofiani et al., 2020).
3. Pola Asuh Permisif: Orang tua permisif cenderung sangat responsif terhadap anak-anak mereka, tetapi tidak menetapkan aturan atau batasan yang jelas. Mereka sering kali lebih sebagai teman daripada sebagai otoritas yang memberikan panduan.
4. Pola Asuh Neglectful: Pola asuh neglectful merujuk pada pendekatan orang tua yang kurang memperhatikan kebutuhan emosional dan fisik anak-anaknya. Orang tua yang mengimplementasikan pola asuh neglectful cenderung tidak responsif terhadap kebutuhan anak, kurang memberikan

pengawasan atau perhatian yang cukup, dan sering kali tidak terlibat secara aktif dalam kehidupan anak mereka

Orang tua dan anak dapat membantu menjaga kesehatan mental anak dengan berbicara satu sama lain. Keluarga yang sehat memiliki ciri-ciri seperti berkomunikasi secara terbuka, menghormati satu sama lain, memiliki kepercayaan diri dan banyak lagi (Utami & Afrizal, 2022). Namun, itu tidak sama pada keluarga yang memiliki sifat buruk. Orang tua yang memiliki sikap asuhan yang tidak sehat terhadap anaknya, misalnya perlakuan yang meremehkan, kekurangan pujian, dan sering membandingkan anak dapat menyebabkan anak mengalami penurunan kesehatan mental dan kepercayaan diri (Saikiran et al., 2021).

Adapun faktor yang mempengaruhi toxic parenting, yaitu:

1. Masa lalu orang tua: Orang tua yang mengalami masa lalu traumatis atau memiliki pengalaman yang buruk di masa kecilnya dapat mempengaruhi pola asuh mereka terhadap anak-anaknya.
2. Stress dan tekanan: Orang tua yang mengalami tekanan atau stress berat, seperti akibat masalah keuangan atau pekerjaan dapat membuat mereka lebih mudah terpancing emosi dan berperilaku tidak sabar terhadap anak-anaknya.
3. Ambisi yang belum terpenuhi: Orang tua yang memiliki ambisi belum terpenuhi, seperti memiliki impian yang tidak tercapai, dapat mempengaruhi cara mengasuh anak. Mereka mungkin akan memaksakan keinginan mereka pada anak, membuat anak kehilangan hak atas dirinya sendiri.
4. Pola asuh yang salah: Orang tua yang gagal mendidik anak mereka dengan benar, seperti otoriter atau permisif juga dapat memicu perilaku toxic parenting.

Orang tua yang membesarkan anak-anak dengan toxic mengalami dampak negatif yang signifikan. Anak-anak bisa mengalami penderitaan mental. Anak yang patuh akan menahan segala keinginan orangtuanya. Namun, anak-anak yang bersifat rebellious akan menjadi lawan orang tuanya. Jika orang tua toxic ini tetap ada selama di kehidupan mereka, maka anak dapat terganggu mentalnya. Kesehatan mental anak akan dipengaruhi oleh perilakunya dalam kehidupan sehari-hari.

Orang tua memiliki pengaruh buruk terhadap anaknya karena cara mereka berpikir, yang dapat menyebabkan trauma karena model pengasuhan mereka yang selalu memaksa anaknya untuk melakukan apa yang mereka inginkan (Sary, 2023). Dengan tindakannya, dia mencoba membahagiakan orang tuanya. Selain itu, Mikulincer menyatakan dalam Sherina bahwa anak yang memberontak memberontak terhadap orang tuanya: Orang tua yang berbahaya mempengaruhi perkembangan anak secara keseluruhan, mempengaruhi persahabatan, harga diri, dan keharmonisan hubungan ibu-anak.

Menurut Ulfadhilah (2021), pola asuh toxic dapat berdampak negatif signifikan pada perkembangan dan pertumbuhan anak, serta mengurangi semangat mereka. Anak-anak yang diperlakukan secara beracun oleh orang tua cenderung menjadi rapuh, kehilangan rasa percaya diri, merasa bersalah secara konstan, dan merasa tidak berarti karena kurangnya perhatian yang memadai. Hal ini dapat menghambat perkembangan mereka dan menghilangkan keceriaan yang seharusnya dimiliki oleh anak-anak pada usia dini. Efek ini sering kali membuat anak-anak terlihat murung, dan pengaruhnya bisa berlanjut hingga dewasa. Anak-anak yang dibesarkan oleh pengasuh yang tidak sehat dapat mengalami dampak buruk pada kepribadian, citra diri rendah, kesulitan dalam bersosialisasi, perasaan tidak berharga, juga merasa salah, tertekan, kecemasan, dan bingung. Anak-anak akan kesulitan berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya, yang menyebabkan mereka menjadi murung, menutup diri, dan pendiam.

Selain itu, dampak dari toxic parenting, yaitu:

1. Gangguan kesehatan mental: Pola asuh yang toxic dapat membuat anak lebih rentan terhadap gangguan kecemasan saat mereka dewasa nanti. Ini terjadi karena orang tua cenderung tidak mampu menerima anak mereka secara penuh sebagai individu yang berbeda dan tidak dapat memberikan kesempatan bagi anak untuk mengembangkan kebebasan dan keputusan sendiri.

2. Stress dan tekanan: Toxic parenting dapat menyebabkan anak mengalami stress dan tekanan yang berlebihan. Anak yang dididik oleh orang tua toxic dapat mengalami tekanan untuk mencapai standar yang sangat tinggi, sehingga anak dapat mengalami stress dan tekanan yang berlebihan dalam hidupnya.
3. Self-esteem yang rendah: Orang tua toxic yang mendidik anak menyebabkan anak cenderung memiliki self esteem rendah. Orang tua yang toxic sering tidak memberi apresiasi atau penghargaan yang seimbang terhadap anak, sehingga anak dapat mengalami kekurangan dalam mengembangkan diri yang sehat.
4. Perkembangan sosial emosional yang terhambat: Anak yang dididik oleh orang tua yang toxic dapat mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan untuk mengontrol emosi, berkomunikasi dengan individu lain, dan menciptakan hubungan yang positif dan sehat dengan individu lain.

Peran Bimbingan Konseling Islam untuk Mengatasi Toxic Parenting

Bimbingan konseling Islam adalah suatu proses yang terarah, berkesinambungan, dan terstruktur yang memberikan bantuan untuk meningkatkan kemampuannya keagamaannya secara maksimal pada individu. Dalam proses ini, nilai-nilai al-Qur'an dan hadits Rasulullah SAW diterapkan dalam kehidupan individu untuk memastikan bahwa mereka hidup sesuai dengan pedoman yang terdapat dalam al-Qur'an dan Hadits. Tujuan dari bimbingan dan konseling Islam adalah agar individu dapat menerapkan keyakinannya dalam kehidupan sehari-hari dengan patuh pada ajaran Allah SWT dan taat dalam beribadah kepada-Nya. Dengan demikian, fitrah yang diberikan oleh Allah SWT dapat berfungsi dengan optimal, memungkinkan individu untuk hidup sesuai dengan tujuan agama yang sebenarnya (Amin, 2013).

Bimbingan konseling Islam bisa menjadi cara untuk menangani toxic parenting. Bimbingan konseling Islam menggunakan prinsip-prinsip agama Islam dan nilai-nilai moral dalam membantu individu atau keluarga mengatasi masalah dan konflik yang terkait dengan pola asuh yang tidak sehat. Konselor membantu orang tua agar mengetahui mengenai pola asuh yang seharusnya digunakan.

Pola asuh sangat penting untuk menjaga agar anak tidak berperilaku buruk saat mereka berkembang dan menjadi dewasa. Dalam kaitannya dengan praktik pengasuhan yang merugikan, agama Islam mengharuskan seorang anak dilahirkan dalam keadaan suci. Peran orang tua bagi anak sangat signifikan dalam proses pendidikan dan perkembangannya. Pembawaan dan lingkungan anak pada dasarnya memengaruhi psikologi anak. Menurut hadis Nabi, keluarga, terutama orang tua, sangat memengaruhi anak. Faktor-faktor seperti kepribadian anak atau sifat yang dibawa oleh orang tuanya sudah termasuk. Namun, menurut penelitian Islam, faktor lingkungan dan faktor bawaan anak dapat memengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak.

Sebagai upaya pencegahan, dalam hal ini konselor dapat membantu untuk memfasilitasi pembentukan hubungan yang baik antara orang tua dan anak, yang merupakan kunci untuk mencegah toxic parenting. Komunikasi yang terbuka, saling mendengarkan, dan memberikan dukungan emosional dapat membantu menciptakan lingkungan yang positif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak (Putri, 2022).

Dalam Islam, pola asuh yang ideal didasarkan pada prinsip-prinsip yang diambil dari Al-Quran, Sunnah Nabi Muhammad SAW, dan tradisi Islam yang mengutamakan keadilan, kasih sayang, dan perhatian terhadap anak-anak. Berikut pola asuh yang sesuai dengan ajaran Islam: Pertama, keteladanan: Diharapkan orang tua menjadi contoh bagi anak-anaknya. Mengikuti contoh Rasulullah SAW dalam perilaku sehari-hari dapat menjadi panduan yang baik dalam membimbing anak-anak. Kedua, pendidikan karakter: Islam mengajarkan pentingnya mendidik seorang anak agar anak-anak dapat memperoleh sifat yang baik, seperti jujur, sabar, berakhlak mulia, bertanggung jawab, dan menghargai orang lain. Ketiga, kasih sayang dan keadilan: Orang tua diajarkan untuk memperlakukan semua anak dengan adil dan penuh kasih sayang tanpa membedakan berdasarkan jenis kelamin, umur, atau kecerdasan (Nafiah et al., 2021).

Dalam mengatasi toxic parenting, konseling keluarga menjadi salah satu penunjang agar problematika yang dialami keduanya (orang tua dan anak) dapat terselesaikan. Konseling keluarga merupakan proses di mana seorang konselor bekerja sama dengan anggota keluarga untuk membantu memahami dan mengatasi masalah-masalah yang terjadi dalam keluarga mereka. Konseling keluarga dalam Islam berfokus pada integrasi nilai-nilai Islam seperti keadilan, kasih sayang, kesabaran, dan keikhlasan dalam proses konseling. Konselor menggunakan ajaran Al-Quran dan Sunnah Nabi Muhammad SAW sebagai landasan untuk memberikan panduan dan solusi.

Kemudian, pendekatan gestalt juga dapat menjadi salah satu penunjang dalam mengatasi toxic parenting. Pendekatan Gestalt dalam konseling adalah pendekatan yang berfokus pada keseluruhan pengalaman klien saat ini, dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran akan diri sendiri dan pemahaman yang lebih baik tentang cara klien berinteraksi dengan lingkungannya.

Menurut pendekatan gestalt, tujuan manusia adalah mencapai keseluruhan diri dan keselarasan antara perasaan, pikiran, dan tindakan mereka. Orang dapat memahami bagaimana masa lalu memengaruhi kehidupan saat ini (Lesmana, 2005). Untuk membantu konselor Islam berhubungan dengan masa sekarang, "apa" dan "bagaimana" akan digunakan oleh mereka. Masa lalu tidak dianggap penting kecuali untuk keperluan fungsi saat ini.. Individu bisa mengubah cara hidup menjadi lebih sehat dan lebih baik dengan meningkatkan kesadaran diri dan menghadapi kenyataan (Komalasari, 2014).

Berikut tahapan konseling gestalt:

1. Identifikasi masalah: Pada tahap ini, konseling berfokus pada pemahaman dan pengidentifikasian masalah yang dihadapi oleh klien. Sebagai contoh, masalah yang mungkin muncul adalah orang tua yang melakukan pemaksaan terhadap keinginan anak mereka.
2. Diagnosis masalah: Pada tahap ini, konselor mengeksplorasi faktor-faktor yang menjadi latar belakang munculnya masalah tersebut.
3. Prognosis: mengacu pada perkiraan atau evaluasi perkembangan dan hasil yang mungkin terjadi dari proses konseling.
4. Threatment: konseling difokuskan pada membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya dengan menggunakan prosedur dan teknik-teknik yang khas dalam pendekatan Gestalt.
5. Evaluasi: konselor mencoba menilai dirinya sendiri dan orang tuanya berdasarkan gestalt.

Bermain peran dalam Gestalt merupakan teknik yang digunakan, salah satunya melalui psikodrama. Seiring perkembangannya, teknik yang hampir pasti digunakan adalah "kursi kosong" (empty chair) dalam konseling individu. Teknik topdog/underdog melibatkan bagian dari diri yang menegur, mendorong, atau mengancam bagian lainnya untuk mencapai perubahan perilaku yang diinginkan. Misalnya, konseli memiliki perasaan marah yang terpendam karena selalu dibandingkan oleh orangtuanya. Maka, dalam teknik kursi kosong ini konselor bermain peran dengan duduk secara menjadi dirinya sendiri kemudian menjadi orangtuanya hingga perasaan konseli dapat tersalurkan. Hal ini diharapkan mampu untuk mengekspresikan perasaan dan menyadarkan konseli mengenai permasalahan yang dihadapinya.

Tahap spiritual memiliki peran penting bagi anak-anak yang menjadi korban pola asuh toxic parenting. Salah satu cara menghadapinya adalah dengan mempelajari agama untuk mencari ketenangan, seperti melalui beribadah, berpuasa, dan membaca Al-Qur'an. Ini menjadi sangat penting, terutama bagi orang tua untuk mengevaluasi diri secara mendalam terhadap kesalahan-kesalahan mereka sebelumnya (Lilawati, 2020).

Selain itu, pendekatan gestalt untuk mengatasi toxic parenting bagi orang tua, sebagai berikut:

1. Pengembangan kesadaran spiritual: Gestalt dalam bimbingan konseling Islam dapat membantu orang tua untuk meningkatkan kesadaran spiritual mereka. Hal ini mencakup meningkatkan pemahaman mereka tentang nilai-nilai Islam seperti kesabaran, pengampunan, dan kasih sayang, serta cara mengaplikasikan nilai-nilai ini dalam hubungan antara orang tua dan anak.

2. Pemahaman terhadap pengalaman pribadi: Gestalt mengajarkan pentingnya pemahaman yang lebih dalam terhadap pengalaman pribadi seseorang. Dalam konseling Islam, ini dapat berarti membantu orang tua untuk mengeksplorasi pengalaman masa lalu mereka yang mungkin mempengaruhi cara mereka mengasuh anak, dan bagaimana nilai-nilai Islam dapat membimbing mereka untuk membuat perubahan positif.
3. Pengembangan hubungan yang sehat: Gestalt menekankan pentingnya hubungan yang sehat dan penuh kasih antara orang tua dan anak. Konseling dapat membantu orang tua untuk mengembangkan kemahiran berkomunikasi yang efektif meliputi kemampuan untuk mendengarkan secara cermat dan menunjukkan dukungan emosional yang konsisten kepada anak-anak mereka, sesuai dengan ajaran-ajaran Islam.
4. Integrasi nilai-nilai Islam: nilai-nilai seperti kesabaran, pengampunan, dan sikap rendah hati dapat diintegrasikan dalam upaya untuk mengatasi pola toxic parenting. Ini membantu orang tua untuk memahami bahwa pendekatan yang penuh kasih dan pengertian adalah inti dari pengasuhan yang efektif dalam Islam.

SIMPULAN

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) tidak hanya terjadi antara suami dan istri, melainkan juga dapat terjadi antara orang tua dan anak, salah satunya adalah pengasuh yang merugikan. Toxic parenting berkaitan dengan pengasuh yang tidak sesuai yang dapat mengganggu kesehatan mental anak. Hal tersebut bisa terjadi sebab orang tua tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang cara melakukan pengasuh yang tepat. Dalam konteks ini, sangat berpengaruh bagi orang tua dan anak untuk berkomunikasi satu sama lain agar terbentuk keluarga yang rukun, damai, dan saling menyayangi.

Bimbingan konseling Islam mempunyai tugas yang sangat utama dalam membantu mengatasi problematika toxic parenting ini, yaitu bertujuan agar tercapainya kebahagiaan. Pendekatan-pendekatan atau teknik dalam bimbingan konseling Islam dapat digunakan dalam mengatasi permasalahan, seperti pendekatan gestalt yang membantu individu untuk meningkatkan kesadaran diri konseli. Selain itu, konseling keluarga dapat dilakukan juga sebagai sarana berkomunikasi. Dalam melakukan pendekatan-pendekatan tersebut, tidak terlepas dari nilai-nilai Islam yang mengutamakan keadilan dan kasih sayang.

DAFTAR PUSTAKA

- Almerekhi, H., dkk. (2022). PROVOKE: Toxicity trigger detection in conversations from the top 100 subreddits. *Data and Information Management*, 6(4). <https://doi.org/10.1016/j.dim.2022.100019>
- Amin, S. M. (2013). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Azwar, B. (2023). Peranan Konseling Gestalt Dalam Mengatasi Toxic Parent Pada Anak. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 320–338.
- Carelina, S., & Suherman, M. (2020). Makna Toxic Parents di Kalangan Remaja Kabaret SMAN 10 Bandung. *Prosiding Hubungan Masyarakat*, 6(2), 381–384. <http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.24097>
- Putri, K. G. (2022). Hubungan Antara Toxic parents Terhadap Kondisi Kesehatan Mental Remaja (Vol. 1, Issue 02). <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa>
- Habsy, B. A. (2017). Seni Memahami Penelitian Kuliataatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 90. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.56>
- Handayani, dkk. (2020). Tipe-Tipe Pola Asuh Dalam Pendidikan Keluarga. <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/RE>
- Jamaa, L., & Rahman, G. (2022). *Kekerasan dalam Rumah Tangga dan Solusinya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Komalasari, G. (2014). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.

- Ersami, F. K., dkk. (2023). JURNAL PROMOTIF PREVENTIF Pengaruh Toxic Parenting bagi Kesehatan Mental Anak: Literature Review Effects of Toxic Parenting on Children's Mental Health: Literature Review (Vol. 6, Issue 2). <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Lesmana, J. M. (2005). Dasar-dasar Konseling. Jakarta: UI-Press.
- Lilawati, A. (2020). Peran Orang Tua dalam Mendukung Kegiatan Pembelajaran di Rumah pada Masa Pandemi. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 549. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.630>
- Nafiah, U., Al, S., dkk. (2021). KONSEP POLA ASUH ORANG TUA PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM. *Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 1(2). <https://jurnal.stitujombang.ac.id/index.php/irsyaduna>
- Oktariani, O. (2021). Dampak Toxic Parents dalam Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(3), 215–222. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i3.107>
- Rianti, & Dahlan, A. (2022). Karakteristik Toxic Parenting Anak dalam Keluarga. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(2), 190–196. <https://doi.org/10.54259/diajar.v1i2.742>
- Saikiran, K. V., dkk. (2021). Parental attitudes and parenting styles in paediatric dentistry: A review of the current literature. *Journal of Updates in Pediatric Dentistry*, 01(01), 12–18. <https://doi.org/10.54276/JUPD.2021.1103>
- Sary, Y. N. E. (2023). Fenomena Kekerasan Psikologis pada Anak Usia Dini dalam Keluarga. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 76–84. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3736>
- Sofiani, I. K., dkk. (2020). Bias Gender dalam Pola Asuh Orangtua pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 766. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.300>
- Hanum, U. L. (2022). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Anak Sekolah Dasar Di Desa Bandungrejo Kalinyamatan Jepara. 2(8).
- Utami, R. W., & Afrizal, S. (2022). Implementasi Pemberdayaan Perempuan Melalui Program Peningkatan Peranan Wanita Menuju Keluarga Sehat Sejahtera Di Kelurahan Kepuh. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora*, 13(2), 738. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.54679>