

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Hubungan yang tidak sehat atau yang lebih dikenal dengan *toxic relationship* adalah hubungan yang dimana seorang pasangan merasa tidak aman secara mental maupun fisik saat berada dalam hubungan tersebut. fenomena *toxic* tersebut selalu menjadi topik hangat yang selalu di perbincangkan oleh remaja. hal itu karena di umur remaja biasanya mereka sedang membangun hubungan pertama mereka dan masih belajar tentang cinta dan hubungan yang sehat. Selain itu, di usia remaja, emosi cenderung lebih labil dan sensitif, sehingga mereka lebih rentan mengalami hubungan yang tidak sehat. Dalam hubungan yang tidak sehat tersebut, biasanya satu atau kedua pasangan merasa tidak bahagia dan merasa tertekan. Mereka merasa sulit untuk bisa menjaga hubungan tersebut dengan baik karena ketidaknyamanan yang terjadi dalam diri mereka. Mereka selalu merasa khawatir dan tidak percaya satusama lain dalam setiap hal yang dilakukan.

Ketika hubungan tidak sehat terjadi dalam kehidupan seseorang, maka akan sangat berdampak pada kehidupannya di masa depan. Pada masa usia remaja, seseorang sedang dalam proses pencarian jati diri, sehingga hal ini menjadi sangat penting untuk menjaga kesehatan mental serta fisik. dalam proses pencarian jati diri tersebut remaja mudah mendapati rasa trauma dan tekanan karena hubungan yang tidak sehat dengan teman sebaya atau pasangan. Adanya tekanan dan trauma ini dapat mengakibatkan remaja merasa rendah diri, kurang percaya diri, dan

bahkan dapat mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan.

dikemukakan juga dalam jurnal yang berjudul "Eksplorasi Alasan Seseorang Berpacaran pada Emerging Adulthood", dalam penelitian ini menjelaskan bahwa alasan mahasiswa mencari pacar karena banyak dari teman – teman atau kelompok mereka yang memiliki pacar, sehingga mereka yang belum mempunyai pacar terpengaruh dan beranggapan Bahwa pacaran adalah hal yang lazim dilakukan agar mereka diterima dan bisa menunjukkan eksistensi diri pada kelompoknya. Tetapi, itu bukan satu-satu alasan mereka mencari pacar sebab mereka berpacaran didasari oleh rasa ketertarikan antar lawan jenis yang membuat mereka memiliki hasrat ingin berpacaran semakin tinggi.

Fenomena Pacaran di kalangan Mahasiswa khususnya di Universitas Pasundan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik bukanlah hal yang baru, tidak sedikit dijumpai mahasiswa dan mahasiswi berduaan di beberapa titik atau lokasi tertentu di Kampus. Mahasiswa yang memiliki hubungan toxic akan menghambat pengembangan potensi-potensi pada diri. Mahasiswa yang memiliki hubungan *toxic* akan menghambat pengembangan potensi-potensi pada diri. Kenyataan yang ada di sekitar peneliti banyak sekali hubungan *toxic* yang memberikan pengaruh buruk pada individu, seperti menjadi tidak bisa berpikir logis dan selalu mengatasnamakan cinta, susah konsentrasi dengan perkuliahan, interaksi sosial terganggu, hubungan sosial tidak sehat, dan mempengaruhi kesehatan mental.

Toxic relationship membuat mahasiswa kehilangan makna hidupnya dengan berpikir akan hal yang seharusnya tidak dilakukan, dan tidak mepedulikan nasehat karena tertutup oleh besarnya cinta sehingga buta akan segalanya. Mahasiswa yang sadar bahwa dirinya mengalami *toxic relationship* pastinya ingin lepas dari hubungan tersebut meskipun sulit, mereka yang mendapatkan tindakan tersebut kebanyakan mengalami trauma, baik secara psikis maupun secara fisik. Namun mahasiswa yang dapat pulih dari perasaan traumanya, berusaha untuk bangkit dari pengalaman terpuruknya dan menemukan pembelajaran terhadap penderitaan yang mereka alami.

Pembelajaran hidup mahasiswa akan membentuk kepribadian dan kebermaknaan hidup yang dirasakan. Makna hidup sangatlah penting bagi mahasiswa, kebermaknaan hidup akan menumbuhkan semangat dalam diri mahasiswa untuk memiliki tujuan dalam hidup yang dapat dikembangkan dan meningkatkan kemampuan dalam diri mahasiswa, dengan itu nantinya mahasiswa bisa mengubah cara berpikinya dan pola hidup mahasiswa salah satunya adalah semangat untuk menyelesaikan studi tepat waktu dengan tetap.

Lebih jauh lagi, hubungan yang tidak sehat pada masa remaja dapat berdampak pada hubungan interpersonal di masa depan. Jika seseorang sering mengalami hubungan yang tidak sehat, dia mungkin akan mengembangkan pola hubungan yang tidak sehat di masa dewasa nanti. Hal ini dapat berdampak pada keberhasilan dalam hubungan pribadi dan profesional. Oleh karena itu, sangat penting bagi para remaja untuk memahami bagaimana menjaga hubungan yang sehat dan mengidentifikasi tanda-tanda hubungan yang tidak sehat. Tunjukkan

cinta dan kasih sayang dengan cara positif, seperti mendukung dan membantu satu sama lain, serta saling menghargai perbedaan.

Disisi lain Menurut Novia Andayani (2021) pada jurnalnya yang berjudul “*Toxic Relationship* dalam Komunikasi Interpersonal di kalangan Remaja” *Toxic Relationship* di hubungan pacaran merupakan situasi di mana pasangan saling membahayakan kesehatan dan kesejahteraan emosional satu sama lain. Pada *toxic relationship*, ada kecenderungan untuk saling merendahkan, memanipulasi, mempermainkan, atau bahkan melakukan kekerasan secara fisik atau emosional terhadap pasangan. Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *toxic relationship*, seperti ketidakcocokan, ketidaksetiaan, rasa cemburu berlebihan, dan masalah pribadi yang tidak teratasi. Untuk menjaga kesehatan mental dan keselamatan pribadi, sangat penting bagi seseorang untuk menghindari atau keluar dari *toxic relationship* secepat mungkin.

Kondisi *toxic relationship* bisa dialami pada ruang lingkup berpacaran, berteman, bahkan saat berkeluarga. hal ini dilandasi karena adanya hubungan yang tidak sehat dan tidak seimbang antara dua individu. Dalam kondisi *toxic relationship*, salah satu pihak atau bahkan kedua pihak dapat merasakan adanya perasaan cemburu, merendahkan, memaksa, meremehkan, mengontrol, atau bahkan melakukan kekerasan secara emosional maupun fisik terhadap pasangannya. *Toxic relationship* dapat menyebabkan kerusakan emosional dan psikologis pada individu sehingga sangat penting untuk mengenali tanda-tanda *toxic relationship* dan segera memutuskan hubungan tersebut jika diperlukan.

Hubungan yang tidak sehat biasanya akan melibatkan kurangnya penghargaan terhadap pasangannya sehingga hal ini bisa melanggar batasan pribadinya, bahkan biasanya dilakukan tanpa sadar. Bahkan parahnya lagi jika kondisi ini dibarengi dengan niat untuk menyakiti orang lain atau pasangannya, maka hubungan tersebut bisa dikatakan sebagai hubungan yang *abusive* atau hubungan yang melibatkan kekerasan. Hubungan tersebut tidak selalu terpatok pada kekerasan fisik, namun bisa juga berupa kekerasan psikis dan emosional.

Dalam hubungan yang tidak sehat, salah satu pasangan seringkali merasa tidak dihargai dan didominasi oleh pasangannya yang merasa lebih superior. Pasangan yang dominan seringkali meremehkan perasaan, pemikiran, dan keinginan pasangannya, sehingga menciptakan perasaan rendah diri dan kurang percaya diri pada pasangan yang merasa tidak dihargai.

Selain itu, hubungan yang tidak sehat juga biasanya ditandai dengan kurangnya komunikasi yang baik antara pasangan. Komunikasi yang buruk mempengaruhi kemampuan pasangan dalam mengekspresikan perasaannya dengan jujur dan terbuka, sehingga masalah-masalah dalam hubungan tidak dapat diatasi dengan baik.

Selain itu, salah satu pasangan seringkali mengendalikan kehidupan pribadi pasangannya dan tidak memperbolehkan pasangannya untuk memiliki kebebasan pribadi. Pasangan yang dominan seringkali cemburu dan mencoba mengendalikan setiap aspek dalam kehidupan pasangannya, sehingga pasangan yang lain merasa terjebak dalam hubungan yang tidak sehat. Pada akhirnya, hubungan yang tidak sehat mempengaruhi kesehatan mental dan emosional pasangan, sehingga penting

bagi pasangan untuk bisa mengenali tanda-tanda hubungan yang tidak sehat dan segera mencari bantuan jika mengalami masalah dalam hubungan.

Kekerasan dalam pacaran atau *dating violence* adalah tindak kekerasan terhadap pasangan yang belum terikat pernikahan meliputi kekerasan fisik, emosional, ekonomi dan pembatasan aktivitas. Kekerasan ini merupakan kasus yang sering terjadi setelah kekerasan dalam rumah tangga, namun masih belum begitu mendapat sorotan jika dibandingkan kekerasan dalam rumah tangga sehingga terkadang masih terabaikan oleh korban dan pelakunya. Banyak dari korban *toxic relationship* yang tidak menyadari bahwa dirinya sedang terjatuh dalam bentuk kekerasan pembatasan aktivitas, karena dianggap sebagai hal yang wajar sekaligus bentuk rasa peduli dan rasa sayang dari pasangan.

Namun, sebenarnya kekerasan pembatasan aktivitas tersebut dapat berupa larangan untuk bertemu teman-teman, mengikuti kegiatan sosial, mempunyai pekerjaan, bahkan sebatas larangan untuk keluar rumah. Hal ini dapat mengakibatkan korban merasa terisolasi dari dunia luar, kehilangan kontak sosial, dan merasa terikat dengan pasangan secara emosional dan finansial.

Kondisi ini semakin memburuk jika diterapkan oleh pasangan yang juga melakukan kekerasan psikologis, di mana korban akan dirundung rasa takut, rendah diri, dan merasa tidak berdaya. Hal ini dapat membuat korban kesulitan untuk mencari bantuan dan mengakhiri hubungan *toxic relationship* ini dengan pasangan.

Oleh karena itu, penting untuk mengenali tanda-tanda kekerasan pembatasan aktivitas dalam hubungan yang toksik dan segera mencari bantuan. Korban harus memahami bahwa tidak ada alasan untuk pasangan mengontrol dan membatasi aktivitasnya, serta tidak ada bentuk cinta yang seharusnya merugikan dan mengancam keselamatan dan kebebasan seseorang. Pengalaman *toxic* seperti ini perlu untuk diberikan perhatian agar mereka tidak merasa sendiri dan merasa dapat keluar dari situasi tersebut. Terhitung sejak tahun 2010, menurut Nurifah (2013) terdapat kurang lebih 1.000 kasus kekerasan dalam pacaran terhadap perempuan berdasarkan data Komnas Perempuan, Hal ini diperkuat dengan data dari CATAHU (Catatan Tahunan KOMNAS Perempuan) yang menunjukkan jumlah kasus kekerasan yang dialami perempuan dalam hubungan pacaran di ranah pribadi masih tinggi.

Tabel 1. 1 Jumlah kasus KtP diranah personal

Bentuk kekerasan	Tahun				
	2016	2017	2018	2019	2020
Kekerasan terhadap Istri (KTI)	5.784	5.167	5.114	6.555	3.221
Kekerasan dalam pacaran	2.171	1.873	2.073	1.815	1.309
Kekerasan terhadap anak perempuan	1.799	1.873	1.417	1.815	954

Sumber: Diolah peneliti dari CATAHU 2021

Dilihat dari tabel di atas, terlihat bahwa Kekerasan dalam Pacaran (KDP) diranah pribadi masih tinggi. Namun, menurut Komnas Perempuan angka tersebut diyakini tidak mewakili angka sebenarnya, melainkan angka yang menunjukkan keberanian korban kekerasan untuk melaporkan peristiwa kekerasan yang dialaminya. Masih banyak korban kekerasan yang memilih untuk sembunyi dan menutupi karena mereka percaya bahwa menyebarkan berita hanya akan membawa rasa malu.

Selain itu, dalam beberapa kasus, korban juga khawatir akan mendapatkan stigma sebagai orang yang tidak mampu mengatur hubungan percintaan dengan baik. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya melaporkan kekerasan dalam pacaran.

Selain itu, pemberian pendidikan seks dan hubungan sehat kepada remaja juga perlu ditingkatkan. Pendidikan tersebut perlu memberikan pemahaman tentang hak-hak dalam hubungan, bagaimana menghormati pasangan, dan cara mengatasi perbedaan secara baik dan damai. Dengan adanya pemahaman tersebut, diharapkan remaja lebih mampu menghindari kekerasan dalam pacaran dan lebih mampu menyelesaikan masalah dalam hubungan secara sehat dan positif.

Tidak jarang remaja menjadi korban *toxic relationship* ini karena mereka belum dapat melihat tanda-tanda warning dan kurangnya pengalaman untuk menghindari atau mengatasi situasi semacam itu. Mereka dapat membawa efek yang merusak pada diri mereka sendiri, seperti masalah kesehatan mental, penurunan kinerja akademik, dan masalah interpersonal. Hal ini dapat memperburuk kondisi mereka dan dapat memperberat hubungan mereka dengan

orang-orang di sekitar mereka, termasuk keluarga dan teman-teman. Oleh karena itu, penting untuk mengajarkan remaja tentang ciri-ciri *relationship* yang sehat dan membantu mereka mengembangkan keterampilan interpersonal yang penting untuk mencegah dan mengatasi *toxic relationship*.

lebih lanjut, tindakan inklusi, kontrol dan afeksi pada fenomena *toxic relationship* dianggap relevan dengan teori *fundamental interpersonal relationship orientations* (FIRO) karena teori ini menganalisis bagaimana individu memilih keterlibatan interpersonal melalui tiga dimensi dasar: inklusi, kontrol, dan afeksi. Dalam *toxic relationship*, individu terkadang bisa mengalami kecenderungan yang berlebihan pada salah satu dimensi yang membuat hubungan menjadi tidak sehat.

Misalnya, individu yang memiliki kecenderungan inklusi tinggi mungkin lebih cenderung tetap berada dalam *toxic relationship* karena takut kehilangan pasangan atau sulit memutuskan hubungan. Sementara itu, individu yang memiliki kecenderungan kontrol tinggi bisa mengontrol pasangan dan membuat hubungan menjadi toksik karena sulit menerima perbedaan pendapat.

Dalam konteks afeksi, individu yang kurang memiliki kecenderungan untuk memperlihatkan emosi positif atau negative kepada pasangan juga bisa membuat hubungan menjadi *toxic*. Oleh karena itu, FIRO bisa menjadi alat analisis yang berguna untuk memahami dinamika yang terjadi dalam *toxic relationship* dan membantu individu untuk meningkatkan keterlibatan interpersonal yang lebih sehat dan positif. Maka dari itu menggunakan teori *Fundamental Interpersonal relationship orientations* untuk membahas hubungan *toxic relationship* dianggap

relevan.

Melihat paparan yang sudah dijelaskan diatas, fenomena *toxic relationship* dalam pacaran pada remaja masih sangat perlu untuk dibahas karena masih banyak pasangan yang belum mengetahui tentang hal ini. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk mendalami bentuk-bentuk *toxic relationship* yang dialami korban, faktor-faktor penyebab terjadinya *toxic relationship* yang dialami korban, serta dampak yang timbul akibat *toxic relationship* terhadap perilaku remaja korban *toxic relationship* dalam menjalin hubungan kembali dengan lawan jenis. Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini mengangkat judul penelitian **“FENOMENA TOXIC RELATIOSHIP PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS PASUNDAN”**

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian diatas, peneliti memfokuskan pada:“Bagaimana Perubahan Dinamika dari Hubungan Sehat menjadi hubungan *Toxic* pada pasangan pacaran mahasiswa FISIP Universitas Pasundan?”

1.3 Pertanyaan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan pertanyaannya sebagai berikut:

1. Bagaimana kebutuhan inklusi yang tidak terpenuhi dapat berkontribusi pada *Toxic Relationship*?
2. Bagaimana kebutuhan pengendalian yang berlebihan atau *control* tidak terpenuhi dapat memicu perilaku *toxic* dalam hubungan?
3. Bagaimana kekurangan afeksi atau keintiman dalam hubungan sehingga dapat mengarah pada pola perilaku yang merugikan?

1.4 Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian

1.4.1 Tujuan Penelitian

Adanya tujuan penelitian yaitu untuk mendapatkan suatu rumusan masalah atau mendapatkan hasil dari sebuah penelitian. Adapun tujuan di dalam penelitian ini yaitu:

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tentang inklusi yang didapatkan korban sehingga bisa terjadinya *toxic relationship*.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tentang kecenderungan *control* dari pasangan atau situasi dapat memperburuk konflik dan menghasilkan hubungan yang beracun.
3. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji afeksi atau keintiman dalam hubungan.

1.4.2 Kegunaan Penelitian

1.4.2.1 Kegunaan Teoritis

Secara teoritis, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan komunikasi, terutama dalam bidang hubungan interpersonal dan perilaku manusia. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang karakteristik dan dinamika hubungan *toxic*, sehingga dapat membantu orang-orang dalam mengenali dan menghindari hubungan yang tidak sehat.

1.4.2.2 Kegunaan Praktisi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan dan motivasi bagi pembaca dalam mempelajari fenomena *toxic relationship* atau kekerasan dalam berpacaran. Peneliti juga berharap, melalui penulisan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang karakteristik dan dampak dari *toxic relationship*, serta memberikan pandangan yang lebih luas tentang bagaimana menghindari atau keluar dari situasi tersebut. Peneliti juga akan membahas dampak *toxic relationship* pada individu yang terlibat dan bagaimana cara-cara untuk keluar dari situasi tersebut. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pemahaman yang lebih baik tentang masalah ini dan memberikan dorongan bagi individu untuk mencari bantuan jika mereka mengalami kekerasan dalam hubungan mereka.