

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

Dalam bab ini menjelaskan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara mendalam pada informan yang telah di tentukan sebagai Teknik pengambilan data secara tatap muka dengan informan penelitian. Pertanyaan yang dipaparkan pada informan mengenai Bagaimana kebutuhan inklusi yang tidak terpenuhi dapat berpengaruh pada *Toxic Relationship*, Bagaimana bentuk control yang berlebihan dan tidak terpenuhi dapat memicu perilaku toxic relationship, dan Bagaimana kekurangan afeksi atau keintiman dalam hubungan dapat mengarah pada pola perilaku *toxic relationship*.

Fokus pada penelitian ini adalah “Bagaimana Perubahan Dinamika dari Hubungan Sehat menjadi hubungan *Toxic* pada pasangan pacaran mahasiswa FISIP Universitas Pasundan” dengan dikaitkan berdasar kerangka teori yang peneliti gunakan yaitu FIRO (*Fudamental Interpersonal relationship Orientation*), serta untuk menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan oleh peneliti. Hasil penelitian yang akan dipaparkan pada hasil dan pembahasan ini diperoleh melalui beberapa metode yang peneliti gunakan, yakni wawancara, observasi, dan dokumentasi.

4.1.1. Deskripsi Informan

Agar dapat mengetahui sejauh mana informasi yang diberikan oleh informan, maka peneliti membuat beberapa tahap seperti berikut:

- 1) Pertama, peneliti melakukan observasi dengan melihat fenomena sekitar mengenai dinamika perubahan dari hubungan sehat menjadi *toxic relationship*.
- 2) Kedua, peneliti mengamati situasi sekitar dan mengumpulkan data penelitian mengenai topik permasalahan yang diambil.
- 3) Ketiga, menyusun draft pertanyaan sebagai acuan proses wawancara bersama informan.
- 4) Keempat, mencari informan yang setuju untuk diwawancarai sebagai narasumber penelitian dan menghasilkan 10 informan inti serta 1 informan ahli.
- 5) Kelima, melakukan proses wawancara bersama informan yang telah dipilih sesuai jadwal yang telah ditentukan.
- 6) Keenam, menganalisis data hasil wawancara dan membagi kedalam dua pembahasan yakni;
 - a. Analisis Studi Kasus hasil wawancara penelitian
 - b. Pembahasan

Peneliti akan membahas hasil penelitian yang telah dikumpulkan sebelumnya melalui proses wawancara. Peneliti melakukan wawancara mendalam terhadap beberapa Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami *toxic relationship* dan informan ahli sebagai seseorang yang

memberikan pendapat mengenai faktor perubahan yang terjadi pada hubungan sehat menjadi *toxic relationship*. Berikut dibawah ini tabel subjek informan penelitian:

Tabel 4. 1 Informan Penelitian

No.	Nama	Pekerjaan	Jenis kelamin	Keterangan
1.	Dr. Almadina Rakhmaniar, S.Psi., M.I.Kom	Dosen Ilmu Komunikasi FISIP UNPAS	Perempuan	Informan Akademisi
2.	Shafira Salsabilla	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Perempuan	Informan Inti
3.	Iin Annisa	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Perempuan	Informan Inti
4.	Rully Octava	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami	Laki-laki	Informan Inti

		<i>toxic relationship</i>		
5.	Dini Intan Sri	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Perempuan	Informan Inti
6.	Chania Alya	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Perempuan	Informan Inti
7.	Muhammad Fikri Afillah	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Laki – laki	Informan Inti
8.	Gusti Fakhran Asyrafi	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Laki – laki	Informan Inti
9.	Muhammad Fakhiran	Mahasiswa FISIP Universitas	Laki – laki	Informan Inti

		Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>		
10.	Ammar Muhammad Rafi	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Laki – laki	Informan Inti
11.	Ni Luh Putu Putri Mustika	Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan yang pernah mengalami <i>toxic relationship</i>	Perempuan	Informan Inti

Sumber: Diolah Peneliti

Pemilihan informan dalam penelitian berlandaskan kriteria tertentu, dimana kesebelas informan pernah mengalami *toxic relationship* yang dimaksudkan kepada anak muda khususnya mahasiswa FISIP Universitas Pasundan dari berbagai latar belakang. Dalam proses wawancara, peneliti memfokuskan terhadap keterbukaan informan mengenai peristiwa yang telah terjadi dengan meyakinkan informan bahwa identitas informan akan disamarkan, sehingga informan dapat bebas menarasikan jawaban dan menyampaikan pesan.

4.1.2. Analisis Hasil

Pada bagian ini peneliti akan menjabarkan dan mendeskripsikan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan ke-sepuluh informan dari mahasiswa FISIP UNPAS yang mengalami hubungan *toxic relationship* dan satu informan akademisi dari Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UNPAS, kemudian hasil wawancara yang mengacu pada fenomena *Toxic Relationship* Yang Terjadi Pada Mahasiswa Fisip Univeritas Pasundan akan di analisis menurut teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientations* (Orientasi Dasar dari Hubungan-hubungan Antarpribadi) yang terkenal disebut dengan Teori Tiga Dimensi tentang Tingkah Laku Antarpribadi. Teori ini dikemukakan oleh Schultz (1955, 1958) dan pada dasarnya mencoba menerangkan perilaku-perilaku antarpribadi dalam kaitannya dengan orientasi (pandangan) masing-masing individu kepada individu-individu lainnya.

Selain itu teori FIRO menjelaskan bagaimana kesadaran mereka tentang apa yang mereka inginkan dari hubungan mereka dengan orang lain dan bagaimana mereka mengekspresikan keinginan mereka, dengan berdasarkan kesadaran itu, memungkinkan mereka untuk berkomunikasi dengan lebih jelas, dan bisa berhubungan dengan lebih efektif dan menciptakan lingkungan kelompok yang lebih produktif dan harmonis. Teori FIRO secara singkatnya yaitu terdiri dari Inklusi, Kontrol, dan Afeksi.

Fenomena *toxic relationship* pada mahasiswa dapat dijelaskan dengan bentuk kesalahan yang terjadi pada salah satu atau beberapa kebutuhan antarpribadi yang tidak terpenuhi dengan seimbang dalam hubungan mereka.

Sebagai contoh, ketika salah satu pasangan merasa terlalu terintimidasi dan kehilangan kontrol dalam hubungan, atau merasa tidak diinklusi dengan baik, maka dapat terjadi hubungan yang tidak sehat dan berpotensi menjadi *toxic relationship*. Selain itu, kurangnya pengertian atau kesadaran akan tipe-tipe perilaku dalam kebutuhan antarpribadi juga dapat menjadi faktor penyebab terjadinya hubungan yang buruk dan tidak sehat.

Dengan memahami teori FIRO, individu dapat lebih peka terhadap kebutuhan antarpribadi yang ada dalam setiap hubungannya. Hal itu dapat membantu individu untuk mengenali perilaku dan kebutuhan pasangannya juga, sehingga dapat menciptakan hubungan yang seimbang dan memuaskan untuk kedua belah pihak. Sebuah hubungan yang sehat dan memuaskan adalah hubungan yang memiliki keseimbangan dalam kebutuhan antarpribadi, seperti kebutuhan inklusi, kontrol, dan afeksi. Dalam hal ini, penting bagi individu untuk menghindari perilaku ekstrem yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan dalam setiap kebutuhan antarpribadi tersebut. Dengan demikian, individu dapat menciptakan hubungan yang lebih sehat dan bermakna dengan orang-orang di sekitarnya.

4.1.2.1. Inklusi Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Inklusi diserap dari bahasa Inggris '*inclusion*' yang memiliki arti mengajak masuk atau mengikutsertakan golongan lain yang beragam. Pengertian inklusi digunakan sebagai suatu pendekatan untuk membangun dan mengembangkan lingkungan yang terbuka bagi semua orang dengan berbagai latar belakang.

Pendekatan inklusi berfokus pada penerimaan, penghargaan, dan kesetaraan bagi semua individu, tanpa memandang perbedaan latar belakang, kecacatan, jenis kelamin, agama, ras, atau orientasi seksual. Pendekatan ini bertujuan untuk menghilangkan segala bentuk diskriminasi, ketidakadilan, dan ketimpangan dalam masyarakat, dan menciptakan lingkungan yang inklusif bagi semua individu.

Dalam konteks pasangan pacaran, inklusi mengacu pada sejauh mana setiap pasangan merasa diundang, diterima, dan terlibat dalam kehidupan satu sama lain. Ini adalah tentang bagaimana pasangan menciptakan dan memelihara hubungan yang inklusif di antara mereka, di mana keduanya merasa penting, diperhatikan, dan dihormati. Namun dalam konteks pasangan pacaran, apabila inklusi dalam hubungan tersebut berubah menjadi merugikan bisa melahirkan yang namanya *toxic relationship*.

Dalam hubungan yang semula sehat, pasangan mungkin merasa inklusif dalam kehidupan sosial satu sama lain. Namun, perubahan inklusi dapat dimulai ketika salah satu pasangan mulai mengisolasi pasangan lainnya dari teman-teman dan keluarga mereka. Ini bisa dilakukan secara bertahap, sehingga pasangan yang diisolasi tidak menyadarinya dengan segera. Kebutuhan akan kontrol yang berlebihan bisa mengarah pada perubahan inklusi dalam hubungan. Salah satu pasangan mungkin mencoba untuk mengendalikan kehidupan, aktivitas, dan interaksi pasangan lainnya, sehingga mengurangi rasa inklusi dan keterlibatan yang sehat.

Dalam aspek Inklusi, peneliti mencoba mengungkap bagaimana perubahan inklusi yang terjadi dari awal informan pacaran hingga akhirnya bisa berubah dari hubungan yang sehat/baik-baik saja menjadi *toxic relationship*, berikut penjelasan yang peneliti dapatkan dari Informan:

Menurut informan pertama yang bernama **Shafira Salsabilla**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Saya menjalin hubungan dari saya masih kelas 12 SMA sampai sekarang saya pacaran sama dia, terbilang saya udah 4 tahun pacaran, dari pacarana lama itu saya bisa ngerasain banyak nya perubahan kak, kalau dari awal – awal pacarana, pacar saya tuh selalu memberi apapun bahkan saya ga minta, dia selalu inisiatif untuk memberi saya makanan, hadiah, dan lainnya. Terus lebih banyak quality time bareng dia. Kalau sekarang dia susah bgt buat di ajak ketemu padahal masih satu kota, alasannya selalu banyak ka. Padahal aku sering mergokin dia selingkuh, main *bumble* dan main sama cewe dari *bumble* itu.”

Shafira Salsabilla menjelaskan bahwa inklusi yang di dapatkan pada informan berkurang seiring berjalannya waktu, informan merasa bahwa pacarnya tidak menghargai dirinya lagi sebagai pacar dengan cara tidak lagi memprioritaskan dirinya seperti pada awal pacarana, dan melakukan Tindakan selingkuh dengan Perempuan lain melalui *dating application bumble*.

Setelah melakukan wawancara bersama informan pertama, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-dua yang bernama **Iin Annisa**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Aku pacaran sama mantan ku empat tahun, awal pacaran dia gaada masalah sama sekali normal – normal aja layaknya pacaran aja, tapi setelah satu tahun pacaran dan hubungan

kita jadi LDR, pacarku mulai berubah menjadi lebih pemarah bahkan kalau emosi dia tuh bisa sampai mukulin aku, merusak barang punyaku. Dia melakukan hal gitu biar aku langsung nurut dan takut sama dia, dan dia kalau cemburu tuh serem suka mukulin aku, aku kerja kelompok terus ada cowonya aja dia bisa marah sampe kaya gitu ka, tapi kalau aku putusin dia suka nangis nangis sambil ngancam bunuh diri depan aku, dari situ aku mikir untuk susah keluar dari hubungan toxic ini, karena aku takut dia melakukan hal nekat lainnya”

Iin Annisa menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima Informan berubah menjadi *toxic* karena terjadinya ketergantungan yang berlebihan dan manipulasi emosional. Bisa dilihat dari pasangan informan dengan emosi nya yang tidak terkontrol apabila konflik terjadi, pasangan informan melakukan tindakan kekerasan agar dirinya bisa mendominasi informan dalam hubungan tersebut, lalu melakukan manipulasi dengan cara mengancam informan dan membuat informan merasa terjebak dalam hubungan tersebut.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-dua, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-tiga yang bernama **Chania Alya**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Inklusi dalam hubungan yaa kita jadi berjarak ka, ditambah rasa percaya aku berkurang ke dia. Nah pas dia ketawan selingkuh, dia tuh malah *manipulative* seola – olah aku yang salah dan cari alesan yang ga make sense, jadi tiap ada obrolan yang bikin ribut aku selalu tersudutkan. jadi runyam aja hubungan ku waktu itu. Karena komunikasi kurang ka, ditambah dia nya tiap ngobrolin masalah tuh *manipulative*. Akhirnya masalah ga beres dan kita kaya ada fase musuhan gitu tapi masih pacaran.”

Chania Alya menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah ditandai dengan hubungan yang mulai berjarak, sehingga rasa percaya kepada masing-masing pasangan semakin lama semakin berkurang. Hingga saatnya diketahui bahwa ada perselingkuhan, pelaku tetap melakukan sikap manipulative dan menyudutkan sehingga seringkali terjadi permasalahan yang tidak kunjung mereda.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-tiga, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-empat yang bernama **Dini Intan Sri**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Tingkat inklusi kedekatan masih aman aja karna kita rumahnya ga terlalu jauh, kalo komunikasi by chat cmn berantem dan di tuntutan maunya dia apa kalo engga ya berantem terus. Yang ngebuat tingkat inklusi menjadi tidak sehat itu awalnya karna orang ketiga, tetapi dari sifat masing masing yang tidak mau memperbaiki masalah, egois satu sama lain ditambah pacar saya kalau marah bener bener toxic. Tapi untuk saat ini saya masih mau menjajalani hubungan karna kasian sama cowo saya dia gapunya siapa siapa lagi selain saya.”

Dini Intan Sri menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah adanya banyak tuntutan demi tuntutan yang diberikan oleh pasangannya sehingga menimbulkan banyak pertengkaran. Tingkat inklusi menjadi tidak sehat ditandai dengan hadirnya orang ke-tiga dalam hubungan yang mereka jalankan, selain itu sikap masing-masing yang di anggap memiliki ego tinggi mengakibatkan tidak adanya keinginan untuk saling memperbaiki hubungan. Memiliki pasangan yang

toxic membuat dirinya geram dan tidak nyaman, namun hingga saat ini informan masih mau melanjutkan hubungan dengan pasangannya dikarenakan merasa iba melihat pasangannya yang sudah tidak memiliki siapa-siapa dikehidupannya.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-empat, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-lima yang bernama **Ni Luh Putu Putri Mustika**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kedekatan bisa dibilang masi oke karena kita satu sekolah dan banyak waktu bareng, tapi untuk komunikasi by cht isnya cuma berantem dan ancaman yang harus menuntut apa maunya dia yang harus diikuti. Yang membuat inklusi dalam hubungan menjadi terhambat itu bukan dari orang ketiga, tetapi dari sifat masing-masing yang tidak mau memperbaiki dan masi harus dijalani karna ancaman yang diberikan dari pihak cowo, sehingga ada ketakutan dari diri saya.”

Ni Luh Putu Putri Mustika menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah dengan ancaman-ancaman yang diberikan oleh pasangan melalui chat *whatsapp* berupa tuntutan yang harus dilakukan dan dituruti oleh dirinya. Sehingga lambat laun hubungan yang mereka jalani semakin terhambat dikarenakan sifat masing-masing yang tidak ingin saling memperbaiki. Namun hubungan tetap berjalan karena banyaknya ancaman yang didapatkan sehingga dirinya merasa takut untuk meninggalkan pasangannya yang *toxic*.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-lima, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-enam yang bernama **Muhammad Fikri affilah**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kalau dari tingkat inklusi sih karena dari sisi kepercayaan sih berkurang, apalagi pas deket putus, sampe dia tuh kalau saya izin main harus ada buktinya gitu, kalau di rasa si buktinya kurang bakal marah besar mantan saya tuh, nah di tambah pas di penghujung hubungan saya sama mantan saya tuh jarang ketemu karena lagi marahan besar gitu. Sampe akhirnya kita putus. seperti yang saya bilang yang menyebabkan hubungan nya kurang deket, dan tingkat kepercayaan berkurang gara gara, salah satu dari kita tuh banyak ngebohong. terus gara – gara saya sibuk, dianya sibuk, dari situ komunikasi kita mulai acak acakan, dalam artian kaya sempet ga komunikasi berhari – hari, disitu lah kita berjarak.”

Muhammad Fikri Affilah menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah dari sisi kepercayaan yang berkurang, saat informan meminta izin untuk *hangout* bersama teman-teman seringkali pasangannya meminta bukti. Selama hubungan berjalan masing-masing dari pasangan sering melakukan kebohongan, dan kesibukan yang dimiliki masing-masing sehingga sulit untuk saling berkomunikasi dan pada akhirnya saling berjarak.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-enam, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-tujuh yang bernama **Muhammad Fakhiran**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Mungkin lebih ke kaya adanya rasa malas buat berhubungan karena dirasa udah beda juga hubungannya, kalau emang masing masingnya mau benerin ya bisa aja, ketemu juga jadi jarang. Jadi ada jarak gitu antara kita, ditambah kita punya kesibukan masing-masing. Yang membuat hubungan jadi terbatas karena adanya dua pemikiran yang beda, contoh kaya pihak A punya citacita yang ingin ke kejar namun si pasangan pihak A tuh gamau kalo pihak A cita citanya seperti itu, adanya larangan yang dirasa seharusnya ga dilarang.”

Muhammad Fakhiran menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah ditandai dengan adanya rasa malas dalam melanjutkan hubungan, hal ini dikarenakan pertemuan di antara mereka semakin jarang dan komunikasi yang semakin berkurang. Selain itu terjadi perbedaan tujuan diantara keduanya, perbedaan pemikiran seringkali memicu pertengkaran dan tidak adanya bentuk *supportive* yang diberikan saat dirinya memiliki cita-cita sehingga berujung banyaknya larangan yang diberikan.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-tujuh, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-delapan yang bernama **Ammar Muhammad Rafi**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kedekatan yang mungkin tetap wajar pasangan lainnya, namun rasa keterhubungan satu sama lain yang sudah biasa saja dikarenakan komunikasi yang sudah mulai tidak lancar dan mulai tak acuh satu sama lain”

Ammar Muhammad Rafi menjelaskan bahwa kedekatan yang dirasakan informan tetap sewajarnya pasangan pada umumnya, informan merasa keterhubungan antar satu sama lain makin lama semakin biasa dikarenakan komunikasi hubungan informan dengan pasangannya sudah mulai tidak lancar dan mulai tak acuh satu sama lain.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-delapan, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sembilan yang bernama **Rully Octava**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Justru karena dia kaya gitu, jadi kita biasa aja kalau dari tingkat inklusi malah kaya yang tadi itu ngabarin harus ekstra dengan bukti yang ada, terus kita pake *tracking application find my*. Jadi sangat minimalisir dari berbohong gitu jauh lebih terbuka. Tapi dengan hal itu justru saya jadi keberatan kaya mau rapat sama bem aja ribet banget ada prosedurnya. Jadi tertekan lah istilahnya makanya aku sempet mau putus sama dia. Kalau dari prespektif dari kepercayaan itu aman karena menurut ku celah bohong nya kan susah dia orangnya se detail itu kalau menyangkut kabar – kabaran. Kalau dari sisi kenyamanan saya dengan dia di hubungan ini jujur kurang. Karena tuntutan dia di tambah posesif dia yang over banget bikin aku tertekan. Tapi mau gimana lagi kan gaenak ya udah mau serius sama udah kenal keluarga satu sama lain.”

Rully Octava menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah adanya tekanan-tekanan yang dibebankan oleh pasangannya, hal ini membuat dirinya merasa tidak nyaman dan tidak memiliki ruang untuk dirinya sendiri.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-sembilan, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sepuluh yang bernama **Gusti Fakhran Asyrafi**, inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Menjadi tidak harmonis dan tidak saling terbuka seperti dulu awal pacarana, interaksi pun menjadi berkurang dengan pasangan saya. Rasa canggung karenan perbuatan yang pernah saya buat yaitu selingkuh, setelah itu menjadi ada rasa takut ataupun tidak ingin terbuka. Karena tiap bertemu dan berkomunikasi berujung menjadi bertengkar.”

Gusti Fakhran Asyrafi menjelaskan bahwa Inklusi yang diterima informan adalah hubungan yang menjadi tidak harmonis sehingga menimbulkan komunikasi yang tidak terbuka seperti sebelumnya, hal ini mempengaruhi proses

interaksi keduanya semakin berkurang dan adanya rasa canggung. Saat memulai untuk berkomunikasi kembali seringkali berujung dengan pertengkaran.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-sepuluh, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sebelas yang bernama **Ibu Dr. Almania Rakhmaniar S.P.si., M.I.Kom** sebagai informan akademisi dari Prodi Ilmu Komunikasi FISIP UNPAS, pendapat mengenai fenomena inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan mahasiswa yaitu:

“Perubahan dalam tingkat inklusi (inclusivity) dapat memengaruhi dinamika sebuah hubungan pacaran. Tingkat inklusi mengacu pada sejauh mana pasangan merasa diterima, dihargai, dan diakui oleh pasangan lainnya. Jika tingkat inklusi menurun dalam hubungan pacaran, ini dapat menyebabkan perasaan terisolasi, tidak dihargai, atau bahkan diabaikan oleh pasangan. Hal ini dapat mengganggu keseimbangan dan keharmonisan dalam hubungan serta mempengaruhi kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.”

Ibu Dr. Almania Rakhmaniar S.P.si., M.I.Kom menjelaskan bahwa fenomena Inklusi pada hubungan *toxic relationship* ditandai dengan adanya perubahan dalam tingkat *inclusivity* hal ini dapat memengaruhi dinamika sebuah hubungan pacaran. Tingkat inklusi mengacu pada sejauh mana pasangan merasa diterima, dihargai, dan diakui oleh pasangan lainnya. Jika tingkat inklusi menurun dalam hubungan pacaran, ini dapat menyebabkan perasaan terisolasi, tidak dihargai, atau bahkan diabaikan oleh pasangan. Hal ini dapat mengganggu keseimbangan dan keharmonisan dalam hubungan serta mempengaruhi kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.

Tabel 4. 2 Tabulasi Inklusi Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Urutan	Nama Informan	Keterangan Inklusi
Informan 1	Shafira Salsabilla	<p>Saya menjalin hubungan dari saya masih kelas 12 SMA sampai sekarang saya pacaran sama dia, terbilang saya udah 4 tahun pacaran, dari pacarana lama itu saya bisa ngerasain banyak nya perubahan kak, kalau dari awal – awal pacarana, pacar saya tuh selalu memberi apapun bahkan saya ga minta, dia selalu inisiatif untuk memberi saya makanan, hadiah, dan lainnya. Terus lebih banyak quality time bareng dia. Kalau sekarang dia susah bgt buat di ajak ketemu padahal masih satu kota, alasannya selalu banyak ka. Padahal aku sering mergokin dia selingkuh, main <i>bumble</i> dan main sama cewe dari <i>bumble</i> itu.</p>
Informan 2	Iin Annisa	Aku pacaran sama mantan

		<p>ku empat tahun, awal pacaran dia gaada masalah sama sekali normal – normal aja layaknya pacaran aja, tapi setelah satu tahun pacaran dan hubungan kita jadi LDR, pacarku mulai berubah menjadi lebih pemaarah bahkan kalau emosi dia tuh bisa sampai mukulin aku, merusak barang punyaku. Dia melakukan hal gitu biar aku langsung nurut dan takut sama dia, dan dia kalau cemburu tuh serem suka mukulin aku, aku kerja kelompok terus ada cowonya aja dia bisa marah sampe kaya gitu ka, tapi kalau aku putusin dia suka nangis nangis sambil ngancem bunuh diri depan aku, dari situ aku mikir untuk susah keluar dari hubungan toxic ini, karena aku takut dia melakukan hal nekat lainnya</p>
--	--	---

Informan 3	Chania Alya	Tingkat inklusi kedekatan masih aman aja karna kita rumahnya ga terlalu jauh, kalo komunikasi <i>by chat</i> cmn berantem dan di tuntutan maunya dia apa kalo engga ya berantem terus. Yang ngebuat tingkat inklusi menjadi tidak sehat itu awalnya karna orang ketiga, tetapi dari sifat masing masing yang tidak mau memperbaiki masalah, egois satu sama lain ditambah pacar saya kalau marah bener bener toxic. Tapi untuk saat ini saya masih mau menjajalani hubungan karna kasian sama cowo saya dia gapunya siapa siapa lagi selain saya.
Informan 4	Dini Intan Sri	Tingkat inklusi kedekatan masih aman aja karna kita rumahnya ga terlalu jauh, kalo komunikasi <i>by chat</i> cmn berantem dan di tuntutan maunya dia apa kalo engga ya berantem terus. Yang ngebuat

		<p>tingkat inklusi menjadi tidak sehat itu awalnya karna orang ketiga, tetapi dari sifat masing masing yang tidak mau memperbaiki masalah, egois satu sama lain ditambah pacar saya kalau marah bener bener toxic. Tapi untuk saat ini saya masih mau menjajalani hubungan karna kasian sama cowo saya dia gapunya siapa siapa lagi selain saya.</p>
Informan 5	Ni Luh Putu Putri Mustika	<p>Kedekatan bisa dibilang masi oke karena kita satu sekolah dan banyak waktu bareng, tapi untuk komunikasi by cht isi nya cuma berantem dan ancaman yang harus menuntut apa mau nya dia yang harus diikutin. Yang membuat inklusi dalam hubungan menjadi terhambat itu bukan dari orang ketiga, tetapi dari sifat masing-masing yang tidak mau memperbaiki dan masi harus dijalani</p>

		karna ancaman yang diberikan dari pihak cowo, sehingga ada ketakutan dari diri saya.
Informan 6	Muhammad Fikri Affilah	Kalau dari tingkat inklusi sih karena dari sisi kepercayaan sih berkurang, apalagi pas deket putus, sampe dia tuh kalau saya izin main harus ada buktinya gitu, kalau di rasa si bukti nya kurang bakal marah besar mantan saya tuh, nah di tambah pas di penghujung hubungan saya sama mantan saya tuh jarang ketemu karena lagi marahan besar gitu. Sampe akhirnya kita putus. seperti yang saya bilang yang menyebabkan hubungan nya kurang deket, dan tingkat kepercayaan berkurang gara gara, salah satu dari kita tuh banyak ngebohong. terus gara – gara saya sibuk, dianya sibuk, dari situ komunikasi kita mulai

		acak acakan, dalam artian kaya sempet ga komunikasi berhari – hari, disitu lah kita berjarak.
Informan 7	Muhammad Fakhiran	Mungkin lebih ke kaya adanya rasa malas buat berhubungan karena dirasa udah beda juga hubungannya, kalau emang masing masingnya mau benerin ya bisa aja, ketemu juga jadi jarang. Jadi ada jarak gitu antara kita, ditambah kita punya kesibukan masing–masing. Yang membuat hubungan jadi terbatas karena adanya dua pemikiran yang beda, contoh kaya pihak A punya citacita yang ingin ke kejar namun si pasangan pihak A tuh gamau kalo pihak A cita citanya seperti itu, adanya larangan yang dirasa seharusnya ga dilarang
Informan 8	Ammar Muhammad Rafi	“Kedekatan yang mungkin tetap sewajar pasangan lainnya, namun rasa keterhubungan satu sama lain yang sudah

		biasa saja dikarenakan komunikasi yang sudah mulai tidak lancar dan mulai tak acuh satu sama lain”
Informan 9	Rully Octava	<p>Justru karena dia kaya gitu, jadi kita biasa aja kalau dari tingkat inklusi malah kaya yang tadi itu ngabarin harus ekstra dengan bukti yang ada, terus kita pake <i>tracking application find my</i>. Jadi sangat minimalisir dari berbohong gitu jauh lebih terbuka. Tapi dengan hal itu justru saya jadi keberatan kaya mau rapat sama bem aja ribet banget ada prosedurnya. Jadi tertekan lah istilahnya makanya aku sempet mau putus sama dia. Kalau dari presfektif dari kepercayaan itu aman karena menurut ku celah bohong nya kan susah dia orangnya se detail itu kalau menyangkut kabar – kabaran. Kalau dari sisi kenyamanan saya dengan dia di hubungan ini jujur</p>

		<p>kurang. Karena tuntutan dia di tambah possessif dia yang over banget bikin aku tertekan. Tapi mau gimana lagi kan gaenak ya udah mau serius sama udah kenal keluarga satu sama lain</p>
Informan 10	Gusti Fakhran Asyraf	<p>Menjadi tidak harmonis dan tidak saling terbuka seperti dulu awal pacarana, interaksi pun menjadi berkurang dengan pasangan saya. Rasa canggung karenan perbuatan yang pernah saya buat yaitu selingkuh, setelah itu menjadi ada rasa takut ataupun tidak ingin terbuka. Karena tiap bertemu dan berkomunikasi berujung menjadi bertengkar</p>
Informan 11, Akademisi	Ibu Dr. Almadina Rakhmaniar, S.Psi., M.I.Kom	<p>Perubahan dalam tingkat inklusi (inclusivity) dapat memengaruhi dinamika sebuah hubungan pacaran. Tingkat inklusi mengacu pada sejauh mana pasangan merasa diterima,</p>

		<p>dihargai, dan diakui oleh pasangan lainnya. Jika tingkat inklusi menurun dalam hubungan pacaran, ini dapat menyebabkan perasaan terisolasi, tidak dihargai, atau bahkan diabaikan oleh pasangan. Hal ini dapat mengganggu keseimbangan dan keharmonisan dalam hubungan serta mempengaruhi kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.</p>
--	--	---

4.1.2.2. Kontrol Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Kontrol dalam konteks FIRO dapat tercermin dalam cara individu berkomunikasi. Seseorang yang memiliki kebutuhan kontrol yang tinggi mungkin cenderung untuk mendominasi pembicaraan atau mengarahkan arah percakapan, yang dapat memengaruhi dinamika komunikasi dalam hubungan pacaran. Dalam dinamika perubahan dari hubungan sehat menjadi hubungan beracun, dimensi kontrol dapat memainkan peran yang signifikan. Perubahan dalam tingkat kontrol dalam hubungan ini dapat mencerminkan perubahan dalam kekuasaan, dinamika kekuasaan, atau pola perilaku pasangan.

Perubahan dalam kontrol mungkin mencakup pembatasan kemerdekaan pasangan. Misalnya, pasangan yang awalnya memiliki kebebasan untuk beraktivitas dengan teman-teman atau memiliki ruang pribadi mungkin mulai mengalami pembatasan dalam hal ini. Kontrol dalam toxic relationship seringkali juga melibatkan manipulasi emosional. Salah satu pasangan mungkin menggunakan emosi, rasa bersalah, atau ancaman sebagai alat untuk mempengaruhi pasangan lainnya.

Pasangan yang menjadi target kontrol yang berlebihan mungkin mulai menarik diri secara emosional sebagai bentuk perlindungan diri. Mereka mungkin merasa perlu melindungi diri dari perasaan tidak aman atau perasaan tidak dihargai. Dalam aspek Kontrol, peneliti mencoba mengungkap bagaimana perubahan Kontrol yang terjadi dari awal informan pacaran hingga akhirnya bisa berubah dari hubungan yang sehat/baik-baik saja menjadi *toxic relationship*

Menurut informan pertama yang bernama **Shafira Salsabilla**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Tanda – tanda yang saya rasa itu dari segi emosional nya pasangan saya, kalau misalkan dulu tuh pasangan saya tuh lebih satai lebih kalem aja kalau menerima masalah, beda lagi sama sekarang, kalau sekarang tuh pasangan saya tuh lebih marah – marah dengan nada yang tinggi, Bahasa kasar terus dia lebih banyak manipulatifnya gamau disalahkan padahal udah jelas ada bukti nya kalau dia salah, kalau dulu dia lebih bisa mengontrol emosi, kalau sekarang dia gakbisa dan ga pernah ada penyelesaian dalam masalah hubungan ini, makannya sering banget cekcok tuh.”

Shafira Salsabilla menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan semakin ke arah *abusive* dalam level verbal, semakin lama hubungan berjalan dirinya merasakan bahwa pasangan mengalami perubahan yang cukup drastis dari segi emosional yang semakin tidak terkontrol, bahkan sampai tidak ada penyelesaian.

Setelah melakukan wawancara bersama informan pertama, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-dua yang bernama **Iin Annisa**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Tanda awal control mulai meningkat pas mulai LDR, dari dia mulai memanipulasi aku dengan bantu kebutuhan biaya ngerantau, terus dari situ mungkin merasa berjasa ya dia aku gatau juga, jadi mulai dari situ harus banget nurut sama apapun tuntutan yang dia beri ke aku. Pernah waktu itu aku ngajak putus nih karena udah ga kuat banget sama hubungan ini, dia jadi nya tantrum gitu mukul mukul lemari baju aku di kostan, terus gunting baju kesukaan aku. Dia selalu mengontrol aku dengan cara mengancam.”

Iin Annisa menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan tanda awal kontrol dari pasangan yang berlebihan pada saat dirinya dan pasangan menjalani hubungan LDR, sikap manipulasi dan cara pasangan untuk membuat dirinya ketergantungan menjadikan hubungan *toxic* dan pasangannya yang selalu mengontrol dirinya dengan cara mengancam dengan cara merusak barang barang dirinya, bahkan sampai memukul dirinya

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-dua, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-tiga yang bernama **Chania Alya**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kalau peningkatan sih, gaada yah lebih ke berkurang ka. Habis bener – bener jarang ketemu kan dan dia nya juga jadi cuek, gara gara ada cewen lain itu.”

Chania Alya menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan dalam hubungannya tidak ada mengalami peningkatan, bahkan cenderung lebih berkurang, dikarenakan faktor pasangannya yang sudah jarang memberi kabar karena adanya wanita lain.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-tiga, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-empat yang bernama **Dini Intan Sri**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Awal pertama berubah, awalnya cowo saya ketawan selingkuh dengan mantannya, setiap ketemu selalu di cek hp, melarang saya bermain dengan teman saya padahal temen saya semua cewe,selalu meributkan hal sepele.”

Dini Intan Sri menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan sikap kontrol pasangan meningkat saat pasangannya ketahuan selingkuh, sikap kontakannya ialah dalam bentuk posesif seperti harus mengecek hp dirinya setiap bertemu dan melarang informan bermain bersama teman temannya (bahkan teman wanita), sering juga meributkan hal sepele.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-empat, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-lima yang bernama **Ni Luh Putu Putri Mustika**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Ciri atau tanda perubahan, awalnya si cowo selalu menyusul saat saya pergi sama teman teman saya, setiap ketemu selalu nge cek hp,melarang saya untuk main kalo ada cowonya dan mengancam bunuh diri ketika awal saya mau mengakhiri hubungan.”

Ni Luh Putu Putri Mustika menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan ciri dan perubahan pasangan dalam mengontrol dirinya diawali dengan sikap pasangan yang selalu menyusul saat dirinya pergi bersama teman temannya, kemudian sikap pasangan yang selalu mengecek hp, melarang dirinya main jika terdapat teman laki laki, bahkan pasangannya pernah sampai mengancam akan bunuh diri jika informan berani mengakhiri hubungannya.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-lima, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-enam yang bernama **Muhammad Fikri Affilah**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Tapi berantem pun bukan menyelesaikan masalah, malah makin besar masalahnya, dengan kata – kata kasarnya, itu dia kalau nada waktu bentekar lumayan tidak wajar. Mungkin gara – gara makin tua umur hubungan kita makin keluar sifat aslinya dan disitu mulai terlihat juga ketidak cocokan antara saya dan mantan saya.”

Muhammad Fikri Affilah menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan tanda awal dari sikap *controlling* pasangan awalnya karena pasangannya sering memperlakukan hal sepele hingga membuat hubungan menjadi banyak berantemnya, tidak ada penyelesaian masalah, bahkan masalah semakin besar karena pasangannya seringkali melontarkan kata kata kasar saat bertengkar. Informan merasa dalam hal ini sikap pasangan cukup tidak wajar.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-enam, peneliti

melanjutkan wawancara dengan informan ke-tujuh yang bernama **Muhammad**

Fakhiran, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Melarang hal yang berlebihan, selalu cemburu jika bertemu teman baru atau menyembunyikan beberapa hal dari pasangan yang berdampak buruk buat hubungan, terus dia tuh melarang buat saya ber proses juga di kampus, kaya ikut organisasi dia ga kasih izin gitu, padahal saya juga merasa harus belajar team work di organisasi dia tuh ga ngebolehkan saya. Sedangkan dia kerja jadi barista eh malah dia yang selingkuh, plot twist banget.”

Muhammad Fakhiran menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan dalam bentuk larangan dari pasangan yang menurut informan sudah berlebihan. Informan merasa pasangannya menghambat dirinya dalam berproses di kampus karena larangan larangan dari pasangannya yang berlebihan, padahal informan merasa bahwa dirinya harus belajar di organisasi untuk berkembang, namun terkesan dilarang dengan alasan sayang. Padahal pasangannya juga bekerja menjadi barista, dan ternyata pasangannyalah yang selingkuh

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-tujuh, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-delapan yang bernama **Ammar Muhammad Rafi**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Ciri ciri atau tanda tanda perubahan pada awalnya yaitu pasangan ingin selalu ikut andil dalam acara pertemuan bersama teman teman dekat yang bahkan tidak membawa pasangan masing masing, melarang atau menuntut sesuatu yang tidak masuk akal.”

Ammar Muhammad Rafi menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan pada awalnya saat informan merasa

pasangannya ingin selalu ikut andil dalam acara pertemuan teman teman dekat, padahal tidak ada yang membawa pasangan masing masing, dan pasangannya yang lama lama menuntut sesuatu yang menurut informan sudah berlebihan dan tidak masuk akal.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-delapan, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sembilan yang bernama **Rully Octava**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kalau pas awal pacaran kalau ngabarin ga seribet itu, walaupun kita udah saling tukeran password semua media sosial. Tapi makin kesini makin ribet aja kalau mau izin main sama temen misal, apalagi pas rapat BEM yang otomatis saya harus bercengkrama dengan lawan jenis.”

Rully Octava menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan semakin meningkat. Informan merasa masalah kabar semakin lama hubungan semakin ribet, tidak seperti diawal pacaran.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-sembilan, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sepuluh yang bernama **Gusti Fakhran Asyrafi**, kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kalau dari peningkatan kontrol, dari aktifitas saya yang dipantau melalui tracking application seperti find my. Lalu kalau saya berinteraksi dengan sahabat Perempuan dia selalu menuduh saya selingkuh dengan sahabat itu.”

Gusti Fakhran Asyrafi menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic*

relationship yang dia rasakan meningkat sejak masalah perselingkuhan yang informan lakukan, pasangannya jadi lebih posesif seperti memantau aktivitas dirinya melalui tracking application, lalu pasangannya jadi lebih sering menuduh ketika informan berinteraksi dengan lawan jenis.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-sepuluh, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sebelas yang bernama **Ibu Dr. Almania Rakhmaniar S.P.si., M.I.Kom** sebagai informan akademisi dari Prodi Ilmu Komunikasi FISIP UNPAS, pendapat mengenai fenomena inklusi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan mahasiswa yaitu:

“Perubahan dalam tingkat kontrol dalam hubungan pacaran dapat menjadi faktor penting dalam perubahan dari hubungan sehat menjadi *toxic relationship*. Kontrol yang berlebihan atau dominasi dari salah satu pasangan dapat mengarah pada ketidakseimbangan kekuasaan dan merusak keseimbangan serta kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.”

Ibu Dr. Almania Rakhmaniar S.P.si., M.I.Kom menjelaskan bahwa fenomena Kontrol pada hubungan *toxic relationship* ditandai dengan adanya Perubahan dalam tingkat kontrol dalam hubungan pacaran dapat menjadi faktor penting dalam perubahan dari hubungan sehat menjadi *toxic relationship*. Kontrol yang berlebihan atau dominasi dari salah satu pasangan dapat mengarah pada ketidakseimbangan kekuasaan dan merusak keseimbangan serta kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.

Tabel 4. 3 Tabel Tabulasi Kontrol Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Urutan	Nama Informan	Keterangan Kontrol
Informan 1	Shafira Salsabilla	Tanda – tanda yang saya rasa itu dari segi emosional nya pasangan saya, kalau misalkan dulu tuh pasangan saya tuh lebih satai lebih kalem aja kalau menerima masalah, beda lagi sama sekarang, kalau sekarang tuh pasangan saya tuh lebih marah – marah dengan nada yang tinggi, Bahasa kasar terus dia lebih banyak manipulatifnya gamau disalahkan padahal udah jelas ada bukti nya kalau dia salah, kalau dulu dia lebih bisa mengontrol emosi, kalau sekarang dia gakbisa dan ga pernah ada penyelesaian dalam masalah hubungan ini, makannya sering banget cekcok tuh
Informan 2	Iin Annisa	Tanda awal control mulai meningkat pas mulai LDR, dari dia mulai memanipulasi aku dengan bantu kebutuhan biaya ngerantau, terus dari situ mungkin merasa berjasa ya dia aku gatau juga, jadi mulai dari situ harus banget nurut sama apapun tuntutan yang dia beri ke aku. Pernah

		waktu itu aku ngajak putus nih karena udah ga kuat banget sama hubungan ini, dia jadi nya tantrum gitu mukul mukul lemari baju aku di kostan, terus gunting baju kesukaan aku. Dia selalu mengontrol aku dengan cara mengancam
Informan 3	Chania Alya	Kalau peningkatan sih, gaada yah lebih ke berkurang ka. Habis bener – bener jarang ketemu kan dan dia nya juga jadi cuek, gara gara ada cewen lain itu
Informan 4	Dini Intan Sri	Awal pertama berubah, awalnya cowo saya ketawan selingkuh dengan mantannya, setiap ketemu selalu di cek hp, melarang saya bermain dengan teman saya padahal temen saya semua cewe,selalu meributkan hal sepele.
Informan 5	Ni Luh Putu Putri Mustika	Ciri atau tanda perubahan, awalnya si cowo selalu menyusul saat saya pergi sama teman teman saya, setiap ketemu selalu nge cek hp,melarang saya untuk main kalo ada cowonya dan mengancam bunuh diri ketika awal saya mau

		mengakhiri hubungan.
Informan 6	Muhammad Fikri Affilah	Tapi berantem pun bukan menyelesaikan masalah, malah makin besar masalahnya, dengan kata – kata kasarnya, itu dia kalau nada waktu bentekar lumayan tidak wajar. Mungkin gara – gara makin tua umur hubungan kita makin keluar sifat aslinya dan disitu mulai terlihat juga ketidakcocokan antara saya dan mantan saya
Informan 7	Muhammad Fakhiran	Melarang hal yang berlebihan, selalu cemburu jika bertemu teman baru atau menyembunyikan beberapa hal dari pasangan yang berdampak buruk buat hubungan, terus dia tuh melarang buat saya berproses juga di kampus, kaya ikut organisasi dia ga kasih izin gitu, padahal saya juga merasa harus belajar team work di organisasi dia tuh ga ngebolehkan saya. Sedangkan dia kerja jadi barista eh malah dia yang selingkuh, plot twist banget.
Informan 8	Ammar Muhammad Rafi	Ciri ciri atau tanda tanda perubahan pada awalnya

		yaitu pasangan ingin selalu ikut andil dalam acara pertemuan bersama teman teman dekat yang bahkan tidak membawa pasangan masing masing, melarang atau menuntut sesuatu yang tidak masuk akal
Informan 9	Rully Octava	Kalau pas awal pacaran kalau ngabarin ga seribet itu, walaupun kita udah saling tukeran password semua media sosial. Tapi makin kesini makin ribet aja kalau mau izin main sama temen misal, apalagi pas rapat BEM yang otomatis saya harus bencengkrama dengan lawan jenis
Informan 10	Gusti Fakhran Asyrafi	Kalau dari peningkatan kontrol, dari aktifitas saya yang dipantau melalui tracking application seperti find my. Lalu kalau saya berinteraksi dengan sahabat Perempuan dia selalu menuduh saya selingkuh dengan sahabat itu
Informan 11, Akademisi	Ibu Dr. Almadina Rakhmaniar, S.Psi., M.I.Kom	Perubahan dalam tingkat kontrol dalam hubungan pacaran dapat menjadi faktor penting dalam perubahan dari hubungan sehat menjadi toxic

		relationship. Kontrol yang berlebihan atau dominasi dari salah satu pasangan dapat mengarah pada ketidakseimbangan kekuasaan dan merusak keseimbangan serta kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut
--	--	---

4.1.2.3. Afeksi Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Afeksi adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan ekspresi perasaan kasih sayang, cinta, atau perhatian terhadap orang lain. Ini mencakup berbagai perasaan emosional positif yang biasanya dinyatakan secara verbal atau non-verbal, seperti pelukan, kata-kata mesra, sentuhan lembut, atau tindakan kebaikan. Afeksi juga menjadi komponen penting dalam hubungan manusia dan menjadi cara yang penting untuk menyatakan rasa cinta, perhatian, atau kasih sayang kepada orang lain. Ini bisa terjadi dalam berbagai konteks, termasuk dalam hubungan keluarga, persahabatan, dan hubungan romantis.

Dalam konteks teori FIRO (*Fundamental Interpersonal Relations Orientation*) yang dikembangkan oleh Will Schutz, afeksi adalah salah satu dari tiga dimensi utama yang digunakan untuk menggambarkan cara individu berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain. Dimensi ini mencerminkan tingkat perasaan keintiman atau kedekatan emosional yang diinginkan atau dihindari oleh individu dalam hubungan interpersonal. Dalam konteks hubungan romantis seperti pacaran, afeksi berperan penting dalam membangun kedekatan

emosional dan menjaga kualitas hubungan. Ini menciptakan ikatan emosional yang kuat antara pasangan dan dapat meningkatkan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hubungan tersebut.

Namun afeksi yang terhambat akan melahirkan *toxic relationship* di hubungan tersebut, terhambatnya ekspresi perasaan kasih sayang dalam hubungan pacaran dapat menjadi faktor yang berkontribusi pada perkembangan hubungan yang beracun. Ketika satu atau kedua pasangan merasa tidak mampu atau tidak mau mengungkapkan afeksi mereka dengan jelas atau mengabaikan kebutuhan emosional satu sama lain, ini dapat menciptakan berbagai masalah dalam hubungan.

Menurut informan pertama yang bernama **Shafira Salsabilla**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Dari awal pacaran sebenarnya udah overprotektif namun makin tua hubungannya makin protektif, jadi waktu awal hubungan ga seketat itu, sampai sekarang dia mengatur pakaian saya, main sama temen temen saya yang cowo, ya mungkin cara dia menyayangi saya ya gitu melindungi saya dengan cara overprotektif itu.”

Shafira Salsabilla menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan mendapatkan sebuah aturan atau kontrol yang makin lama semakin tinggi tingkat pasangan dalam mengontrol, namun Shafira Shalsabila merasa bahwa hal tersebut adalah bentuk rasa sayang dari pasangan.

Setelah melakukan wawancara bersama informan pertama, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-dua yang bernama **Iin Annisa**,

afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kalau yang aku rasa selama pacaran sama mantan aku, dia suka ngasih barang atau sesuatu tanpa aku minta, bahkan dia juga nambah uang kebutuhan aku selama ngerantau ke Bandung ini. Cuma emang jadi lebih posesif semenjak LDR (long distance relationship), posesif nya tuh sampe ga memperbolehkan aku interaksi sama lawan jenis, bahkan waktu aku ikutan Himpunan Mahasiswa, itu dia larang dan kalau aku ga nurut dia bisa sampe mukulin aku, makannya kita banyak putus nyambung di hubungan kita yang toxic ini, di aku nya ketergantungan dibiayain sama dia, dia pun jadi obsess dan melakukan segala cara buat aku nurut sama dia.”

Iin Annisa menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan pada awalnya merasa baik baik saja, bahkan banyak hal hal yang dirinya dapatkan dari pasangan seperti memberi sejumlah barang tanpa diminta, hanya saja semenjak mengalami hubungan LDR pasangannya menunjukkan perubahan menjadi lebih posesif, dan lama lama bentuk posesifnya sampai pada level abusive secara fisik, abusive secara fisik yang didapatkan dianggap sebagai ancaman atau pemberian balasan/ resiko yang harus dirinya dapatkan atas perilaku yang dianggap merugikan pasangannya.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-dua, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-tiga yang bernama **Chania Alya**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Jadi awal pacaran karena aku nge kos, kita sering banget main, kaya 24 jam seminggu gitu, tapi setelah satu tahun sebelum putus, jadi beberapa bulan putus dia jarang ngabarin, aku mulai curiga. awalnya aku ngira, oh mungkin aku terlalu sibuk ternyata ada cewe lain di belakang aku.”

Chania Alya menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan sikap pasangannya yang banyak meluangkan waktu, karena pada

awal hubungan intensitas pertemuannya cukup sering. Namun semakin lama berjalannya hubungan, intensitas bertemu bahkan memberi kabar semakin berkurang atau bisa dibbilang jarang. Pada awalnya informan merasa bahwa pasangannya sibuk, namun ternyata pasangannya sedang dekat dengan wanita lain.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-tiga, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-empat yang bernama **Dini Intan Sri**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Gimana ya sebenarnya dari masuk hubungan satu bulan aja dia udah berasa toxicnya, kalau secara afeksi dari yang saya rasain masih tesampaikan cuman dalam hubungan ini aku merasa tertekan, karena toxic nya dia ditambah sempet adanya orang ketiga di hubungan kita yang membuat rasa percaya saya berkurang dan lebih banyak ributnya.”

Dini Intan Sri menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan merasa baru masuk satu bulan hubungannya sudah terasa *toxic* karena adanya bentuk tuntutan dari pasangan yang membuat informan merasa tertekan, bahkan hal tersebut diperparah dengan adanya orang ketiga dari pasangannya, hal ini membuat informan merasa hilang kepercayaan pada pasangan dan hubungan yang menjadi banyak ributnya.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-empat, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-lima yang bernama **Ni Luh Putu Putri Mustika**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Berjalan 6 bulan kita satu sekolah ternyata hubungan jadi mulai berubah atau bisa dibbilang tidak sehat buat di pertahanin.”

Ni Luh Putu Putri Mustika menjelaskan bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan setelah 6 bulan afeksi yang diterimanya mengalami perubahan, hubungan yang dialami informan menjadi tidak sehat untuk dipertahankan.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-lima, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-enam yang bernama **Muhammad Fikri Affilah**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Kalau dari tingkat afeksi sendiri sebenarnya biasa aja sih, normal – normal aja cuman menurut aku cara dia menunjukkan kasih sayangnya itu dengan posesif, misal boncengan sama lawan jenis gaboleh, photo satu frame sama lawan jenis gaboleh, mungkin lebih ke menunjukkan kalau saya pacarnya dia ya gitu.”

Muhammad Fikri Affilah menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan hubungannya stabil, informan merasa sikap larangan seperti tidak boleh berboncengan dengan lawan jenis/ photo dengan lawan jenis adalah bentuk sayang pasangan yang diterima dan tidak dimasalahkan oleh informan, karena informan merasa bahwa hal tersebut adalah pemikiran pasangan bahwa pasangannya mau menunjukkan kalau dirinya adalah pacarnya.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-enam, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-tujuh yang bernama **Muhammad Fakhiran**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Saya merasa berubah waktu dia udah mulai kerja jadi barista di sebuah café, dan dia kalau ngabarin saya tuh selalu bohong. Dari situ sih.”

Muhammad Fakhiran menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic*

relationship yang dia rasakan pada saat pasangannya mulai bekerja sebagai barista di sebuah cafe, dari situ informan merasa pasangannya sering berbohong.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-tujuh, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-delapan yang bernama **Ammar Muhammad Rafi**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Karena dari awal dekat kitu sebenarnya ya biasa aja sih, afeksi terpenuhi terus mungkin karena masih dekat kali ya, jadi belum keliatan aja sisi toxic nya, namun semenjak sekitar pacarana 2 bulan atau 3 bulan gitu, nah mulai terasa toxicnya, dari tingkat afeksi waktu itu biasa aja hanya saja dalam hubungan itu saya merasa tertekan.”

Ammar Muhammad Rafi menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan berjalan normal, namun semenjak 2-3 bulan hubungan berjalan toxicnya mulai terasa, hanya saja informan merasa tertekan.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-delapan, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sembilan yang bernama **Rully Octava**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Perubahan dari tingkat afeksi sendiri menurut saya gaada sih, cara kita menyayangi dari awal pacarana sampai sekarang masih harmonis, malah kita ada pembicaraan ke jenjang yang lebih serius, dan udah mengenal keluarga satu sama lain. Walaupun yang Namanya pacarannya udah lama pasti jadi sering berantem, tapi kalau sekarang – sekarang emang jauh lebih posesif dan protektif aja sih.”

Rully Octava menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan tidak ada, cara pasangan dan dirinya menyayangi dari awal

pacaran sampai sekarang masih harmonis, justru hubungannya sudah mencapai tahap pembicaraan ke jenjang serius dan sudah mengenal keluarga masing-masing. Namun menurut informan tetap saja yang namanya bertengkar dalam hubungan menjadi sering juga karena mungkin sudah semakin lama, bentuk kasih sayang pasangan dengan menjadi lebih protektif.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-sembilan, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sepuluh yang bernama **Gusti Fakhran Asyrafi**, afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan yaitu:

“Awalnya tingkat afeksi nya aman aman aja, tapi berubah semenjak ada masalah, masalahnya saya selingkuh, terus pasangan saya juga selingkuh. Nah dari situ berubah jadi lebih banyak berantem, hingga hal sepele pun jadi perdebatan. Mungkin gara – gara saling hilang kepercayaan.”

Gusti Fakhran Asyrafi menjelaskan bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan awalnya tingkat afeksi yang dialami termasuk normal dan aman, namun pasangannya berubah semenjak terdapat masalah, semua berawal saat saya melakukan kesalahan yaitu selingkuh, dari situ pasangan saya menjadi lebih tidak percaya dan sering bertengkar.

Setelah melakukan wawancara bersama informan ke-sepuluh, peneliti melanjutkan wawancara dengan informan ke-sebelas yang bernama **Ibu Dr. Almania Rakhmaniar S.P.si., M.I.Kom** sebagai informan akademisi dari Prodi Ilmu Komunikasi FISIP UNPAS, pendapat mengenai fenomena afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang dia rasakan mahasiswa yaitu:

“Perubahan dalam tingkat afeksi (*affection*) dalam hubungan pacaran dari yang sehat menjadi *toxic relationship* dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya: Kehilangan minat atau ketertarikan emosional terhadap pasangan mereka seiring berjalannya waktu, Ketidaksesuaian nilai, jika pasangan memiliki nilai-nilai yang bertentangan atau tujuan hidup yang berbeda secara signifikan, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dalam hubungan tersebut, dan Ketidakeimbangan kekuasaan, jika salah satu pasangan memiliki kontrol yang berlebihan atau dominasi atas pasangan lainnya, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dan merusak keseimbangan dalam hubungan tersebut.”

Ibu Dr. Almania Rakhmaniar S.P.si., M.I.Kom menjelaskan bahwa fenomena afeksi pada hubungan *toxic relationship* ditandai dengan adanya perubahan dalam tingkat afeksi (*affection*) dalam hubungan pacaran dari yang sehat menjadi *toxic relationship* dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya: Kehilangan minat atau ketertarikan emosional terhadap pasangan mereka seiring berjalannya waktu, Ketidaksesuaian nilai, jika pasangan memiliki nilai-nilai yang bertentangan atau tujuan hidup yang berbeda secara signifikan, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dalam hubungan tersebut, dan Ketidakeimbangan kekuasaan, jika salah satu pasangan memiliki kontrol yang berlebihan atau dominasi atas pasangan lainnya, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dan merusak keseimbangan dalam hubungan tersebut.

Tabel 4. 4 Tabel Tabulasi Afeksi Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Urutan	Nama Informan	Keterangan Afeksi
Informan 1	Shafira Salsabilla	Dari awal pacaran sebenarnya udah overprotektif namun makin tua

		<p>hubungannya makin protektif, jadi waktu awal hubungan ga seketat itu, sampai sekarang dia mengatur pakaian saya, main sama temen temen saya yang cowo, ya mungkin cara dia menyayangi saya ya gitu melindungi saya dengan cara overprotektif itu.</p>
Informan 2	Iin Annisa	<p>Kalau yang aku rasa selama pacaran sama mantan aku, dia suka ngasih barang atau sesuatu tanpa aku minta, bahkan dia juga nambah uang kebutuhan aku selama ngerantau ke bandung ini. Cuman emang jadi lebih posesif semenjak LDR (long distance relationship), posesif nya tuh sampe ga memperbolehkan aku interaksi sama lawan jenis, bahkan waktu aku ikutan Himpunan Mahasiswa, itu dia larang dan kalau aku ga nurut dia bisa sampe mukulin aku, makannya kita banyak putus nyambung di hubungan kita yang toxic ini, di aku nya ketergantungan dibiayain sama dia, dia pun jadi obsess dan melakukan segala cara buat aku nurut sama dia</p>
Informan 3	Chania Alya	<p>Jadi awal pacaran karena aku ngekos, kita sering banget main, kaya 24 jam seminggu gitu, tapi setelah</p>

		satu tahun sebelum putus, jadi beberapa bulan putus dia jarang ngabarin, aku mulai curiga. awalnya aku ngira, oh mungkin aku terlalu sibuk ternyata ada cewe lain di belakang aku
Informan 4	Dini Intan Sri	Gimana ya sebenarnya dari masuk hubungan satu bulan aja dia udah berasa toxicnya, kalau secara afeksi dari yang saya rasain masih tersampaikan cuman dalam hubungan ini aku merasa tertekan, karena toxicnya dia ditambah sempet adanya orang ketiga di hubungan kita yang membuat rasa percaya saya berkurang dan lebih banyak ributnya
Informan 5	Ni Luh Putu Putri Mustika	Berjalan 6 bulan kita satu sekolah ternyata hubungan jadi mulai berubah atau bisa dibilang tidak sehat buat di pertahanin
Informan 6	Muhammad Fikri Affilah	Kalau dari tingkat afeksi sendiri sebenarnya biasa aja sih, normal – normal aja cuman menurut aku cara dia menunjukkan kasih sayangnya itu dengan posesif, misal boncengan sama lawan jenis gaboleh, photo satu frame sama lawan jenis gaboleh, mungkin lebih ke menunjukkan kalau saya pacarnya dia ya gitu

Informan 7	Muhammad Fakhiran	Saya merasa berubah waktu dia udah mulai kerja jadi barista di sebuah café, dan dia kalau ngabarin saya tuh selalu bohong. Dari situ sih
Informan 8	Ammar Muhammad Rafi	Karena dari awal deket kitu sebenarnya ya biasa aja sih, afeksi terpenuhi terus mungkin karena masih deket kali ya, jadi belum keliatan aja sisi toxic nya, namun semenjak sekitar pacarana 2 bulan atau 3 bulan gitu, nah mulai terasa toxicnya, dari tingkat afeksi waktu itu biasa aja hanya saja dalam hubungan itu saya merasa tertekan
Informan 9	Rully Octava	Perubahan dari tingkat afeksi sendiri menurut saya gaada sih, cara kita menyayangi dari awal pacarana sampai sekarang masih harmonis, malah kita ada pembicaraan ke jenjang yang lebih serius, dan udah mengenal keluarga satu sama lain. Walaupun yang Namanya pacarannya udah lama pasti jadi sering berantem, tapi kalau sekarang – sekarang emang jauh lebih posesif dan protektif aja sih
Informan 10	Gusti Fakhran Asyrafi	Awalnya tingkat afeksi nya aman aman aja, tapi berubah semenjak ada masalah, masalahnya saya selingkuh, terus pasangan saya juga

		selingkuh. Nah dari situ berubah jadi lebih banyak berantem, hingga hal sepele pun jadi perdebatan. Mungkin gara – gara saling hilang kepercayaan
Informan 11, Akademisi	Ibu Dr. Almadina Rakhmaniar, M.I.Kom.	Perubahan dalam tingkat afeksi (affection) dalam hubungan pacaran dari yang sehat menjadi toxic relationship dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya: Kehilangan minat atau ketertarikan emosional terhadap pasangan mereka seiring berjalannya waktu, Ketidaksesuaian nilai, jika pasangan memiliki nilai-nilai yang bertentangan atau tujuan hidup yang berbeda secara signifikan, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dalam hubungan tersebut, dan Ketidakseimbangan kekuasaan, jika salah satu pasangan memiliki kontrol yang berlebihan atau dominasi atas pasangan lainnya, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dan merusak keseimbangan dalam hubungan tersebut

4.2. Pembahasan Penelitian

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.

Hasil penelitian ini menjawab bahwa ke-sepuluh informan mahasiswa FISIP UNPAS mengalami fenomena *toxic relationship* membuat informan yang terlibat di dalamnya merasa tidak bahagia, direndahkan, mengalami ketidakadilan, selalu menjadi sasaran amarah yang berakhir pada kekerasan verbal, psikologis maupun fisik. Bahkan, saat terjadi pertengkaran yang sering terjadi karena hal-hal kecil dan sepele. Hal ini sering kali membuat korban hubungan *toxic* merasakan

kelelahan secara fisik maupun mental. Hubungan yang beracun cenderung menjadi siklus kekerasan yang berulang di antara kedua pasangan.

Fenomena ini dapat menimbulkan trauma dan luka batin yang mendalam pada korbannya. Sikap dominan dan mengontrol seseorang dalam hubungannya dengan pasangan juga dapat menimbulkan perasaan tidak aman dan hilangnya kebebasan pasangan. Pada saat yang sama, sifat egois orang-orang dalam hubungan tersebut dapat membuat hubungan menjadi tidak seimbang dan merugikan pihak lain secara permanen. Ketika seseorang terjebak dalam hubungan yang beracun, sulit bagi ke-sepuluh informan untuk mengambil langkah yang tepat untuk mengakhiri hubungan tersebut. Namun, dengan memahami tanda-tanda hubungan yang beracun, ke-sepuluh informan mahasiswa dapat lebih sadar dan mampu menghindari hubungan yang merugikan kesehatan fisik dan mental.

Fenomena *toxic relationship* dapat mempengaruhi kondisi mahasiswa FISIP UNPAS dengan memperberat hubungan mereka bersama orang-orang di sekitar mereka, termasuk keluarga dan teman-teman. Pada fenomena *toxic relationship* terdapat tindakan inklusi, kontrol dan afeksi dianggap relevan dengan teori fundamental interpersonal *relationship orientations* (FIRO) karena teori ini menganalisis tentang individu yang memilih keterlibatan interpersonal melalui tiga dimensi dasar diantaranya inklusi, kontrol, dan afeksi. Dalam *toxic relationship*, individu terkadang bisa mengalami kecenderungan yang berlebihan pada salah satu dimensi yang membuat hubungan menjadi tidak sehat. Hal ini sesuai dengan penggunaan teori pada penelitian yang dilakukan, bahwa menurut

Schultz pada tahun 1955-1958 menjelaskan teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientations* (Orientasi Dasar dari Hubungan-hubungan Antarpribadi) atau disebut juga dengan Teori Tiga Dimensi tentang Tingkah Laku Antarpribadi.

Pada dasarnya mencoba menerangkan perilaku – perilaku antarpribadi dalam kaitannya dengan orientasi (pandangan) masing-masing individu kepada individu-individu lainnya. Selain itu teori FIRO menjelaskan bagaimana kesadaran mereka tentang apa yang mereka inginkan dari hubungan mereka dengan orang lain dan bagaimana mereka mengekspresikan keinginan mereka, dengan berdasarkan kesadaran itu, memungkinkan mereka untuk berkomunikasi dengan lebih jelas, dan bisa berhubungan dengan lebih efektif dan menciptakan lingkungan kelompok yang lebih produktif dan harmonis.

4.2.1. Pembahasan Inklusi Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Inklusi diserap dari bahasa Inggris '*inclusion*' yang memiliki arti mengajak masuk atau mengikutsertakan golongan lain yang beragam. Pengertian inklusi digunakan sebagai suatu pendekatan untuk membangun dan mengembangkan lingkungan yang terbuka bagi semua orang dengan berbagai latar belakang. Pendekatan inklusi berfokus pada penerimaan, penghargaan, dan kesetaraan bagi semua individu, tanpa memandang perbedaan latar belakang, kecacatan, jenis kelamin, agama, ras, atau orientasi seksual. Pendekatan ini bertujuan untuk menghilangkan segala bentuk diskriminasi, ketidakadilan, dan ketimpangan dalam masyarakat, dan menciptakan lingkungan yang inklusif bagi semua individu.

Dalam konteks pasangan pacaran, inklusi mengacu pada sejauh mana setiap pasangan merasa diundang, diterima, dan terlibat dalam kehidupan satu sama lain. Ini adalah tentang bagaimana pasangan menciptakan dan memelihara hubungan yang inklusif di antara mereka, di mana keduanya merasa penting, diperhatikan, dan dihormati. Namun dalam konteks pasangan pacaran, apabila inklusi dalam hubungan tersebut berubah menjadi merugikan bisa melahirkan yang namanya *toxic relationship*.

Dalam hubungan yang semula sehat, pasangan mungkin merasa inklusif dalam kehidupan sosial satu sama lain. Namun, perubahan inklusi dapat dimulai ketika salah satu pasangan mulai mengisolasi pasangan lainnya dari teman-teman dan keluarga mereka. Ini bisa dilakukan secara bertahap, sehingga pasangan yang diisolasi tidak menyadarinya dengan segera. Kebutuhan akan kontrol yang berlebihan bisa mengarah pada perubahan inklusi dalam hubungan. Salah satu pasangan mungkin mencoba untuk mengendalikan kehidupan, aktivitas, dan interaksi pasangan lainnya, sehingga mengurangi rasa inklusi dan keterlibatan yang sehat.

Pembahasan mengenai inklusi pada fenomena *toxic relationship* kesepuluh informan mahasiswa FISIP UNPAS menunjukkan merasa tidak bahagia, direndahkan, mengalami ketidakadilan, selalu menjadi sasaran amarah yang berakhir pada kekerasan verbal, psikologis maupun fisik. Bahkan, saat terjadi pertengkaran yang sering terjadi karena hal-hal kecil dan sepele. Hal ini sering kali membuat korban hubungan *toxic* merasakan kelelahan secara fisik maupun mental. Hubungan yang beracun cenderung menjadi siklus kekerasan yang

berulang di antara kedua pasangan.

Mahasiswa FISIP UNPAS menjelaskan inklusi yang di dapatkan pada informan berkurang seiring berjalannya waktu, informan merasa bahwa pacarnya tidak menghargai dirinya lagi sebagai pacar dengan cara tidak lagi memprioritaskan dirinya seperti pada awal pacarana, dan melakukan Tindakan selingkuh dengan Perempuan lain melalui *dating application bumble*. Selanjutnya mahasiswa FISIP UNPAS menjelaskan inklusi yang diterima Informan berubah menjadi *toxic* karena terjadinya ketergantungan yang berlebihan dan manipulasi emosional. Bisa dilihat dari pasangan informan dengan emosi nya yang tidak terkontrol apabila konflik terjadi, pasangan informan melakukan tindakan kekerasan agar dirinya bisa mendominasi informan dalam hubungan tersebut, lalu melakukan manipulasi dengan cara mengancam informan dan membuat informan merasa terjebak dalam hubungan tersebut. Inklusi yang diterima informan adalah ditandai dengan hubungan yang mulai berjarak, sehingga rasa percaya kepada masing-masing pasangan semakin lama semakin berkurang. Hingga saatnya diketahui bahwa ada perselingkuhan, pelaku tetap melakukan sikap *manipulative* dan menyudutkan sehingga seringkali terjadi permasalahan yang tidak kunjung mereda.

Selanjutnya mahasiswa FISIP UNPAS menjelaskan juga inklusi yang diterima informan adalah adanya banyak tuntutan demi tuntutan yang diberikan oleh pasangannya sehingga menimbulkan banyak pertengkaran. Tingkat inklusi menjadi tidak sehat ditandai dengan hadirnya orang ke-tiga dalam hubungan yang mereka jalankan, selain itu sikap masing-masing yang di anggap memiliki ego tinggi mengakibatkan tidak adanya keinginan untuk saling memperbaiki

hubungan. Memiliki pasangan yang *toxic* membuat dirinya geram dan tidak nyaman, namun hingga saat ini informan masih mau melanjutkan hubungan dengan pasangannya dikarenakan merasa iba melihat pasangannya yang sudah tidak memiliki siapa-siapa dikehidupannya.

Selanjutnya penelitian bersama informan mahasiswa FISIP UNPAS juga menjelaskan inklusi yang diterima informan adalah dari sisi kepercayaan yang berkurang, saat informan meminta izin untuk *hangout* bersama teman-teman seringkali pasangannya meminta bukti. Selama hubungan berjalan masing-masing dari pasangan sering melakukan kebohongan, dan kesibukan yang dimiliki masing-masing sehingga sulit untuk saling berkomunikasi dan pada akhirnya saling berjarak.

Fenomena *toxic relationship* juga dijelaskan oleh informan akademisi Dosen FISIP UNPAS bahwa inklusi pada hubungan *toxic relationship* ditandai dengan adanya perubahan dalam tingkat *inclusivity* hal ini dapat memengaruhi dinamika sebuah hubungan pacaran. Tingkat inklusi mengacu pada sejauh mana pasangan merasa diterima, dihargai, dan diakui oleh pasangan lainnya. Jika tingkat inklusi menurun dalam hubungan pacaran, ini dapat menyebabkan perasaan terisolasi, tidak dihargai, atau bahkan diabaikan oleh pasangan. Hal ini dapat mengganggu keseimbangan dan keharmonisan dalam hubungan serta mempengaruhi kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.

Hubungan ini bisa disebut sebagai hubungan yang bersifat racun atau *toxic*. Situasi tersebut biasanya melibatkan rasa melelahkan, sebuah hubungan seharusnya menciptakan rasa bahagia dan produktif, namun hubungan yang

beracun ini selalu menguras tenaga dalam bentuk mental, emosi dan psikis. Tidak adanya rasa menghargai diantara keduanya, padahal rasa menghargai adalah salah satu pondasi untuk membangun hubungan yang sehat. Adanya pihak yang mendominasi pihak lainnya, hubungan semacam ini sangat membahayakan bagi masing-masing pasangan khususnya pada perempuan karena dapat memberi pengaruh dan emosi negatif yang beresiko pada tindakan yang kasar.

4.2.2. Pembahasan Kontrol Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Kontrol dalam konteks FIRO dapat tercermin dalam cara individu berkomunikasi. Seseorang yang memiliki kebutuhan kontrol yang tinggi mungkin cenderung untuk mendominasi pembicaraan atau mengarahkan arah percakapan, yang dapat memengaruhi dinamika komunikasi dalam hubungan pacaran. Dalam dinamika perubahan dari hubungan sehat menjadi hubungan beracun, dimensi kontrol dapat memainkan peran yang signifikan. Perubahan dalam tingkat kontrol dalam hubungan ini dapat mencerminkan perubahan dalam kekuasaan, dinamika kekuasaan, atau pola perilaku pasangan.

Perubahan dalam kontrol mungkin mencakup pembatasan kemerdekaan pasangan. Misalnya, pasangan yang awalnya memiliki kebebasan untuk beraktivitas dengan teman-teman atau memiliki ruang pribadi mungkin mulai mengalami pembatasan dalam hal ini. Kontrol dalam toxic relationship seringkali juga melibatkan manipulasi emosional. Salah satu pasangan mungkin menggunakan emosi, rasa bersalah, atau ancaman sebagai alat untuk mempengaruhi pasangan lainnya.

Pembahasan penelitian mengenai kontrol pada fenomena *toxic relationship* mahasiswa FISIP UNPAS menunjukkan bahwa pasangan yang menjadi target kontrol yang berlebihan mulai menarik diri secara emosional sebagai bentuk perlindungan diri. Mereka mungkin merasa perlu melindungi diri dari perasaan tidak aman atau perasaan tidak dihargai. Dalam aspek Kontrol terjadi dari awal informan pacaran hingga akhirnya bisa berubah dari hubungan yang sehat atau baik-baik saja menjadi *toxic relationship*.

Pembahasan penelitian mahasiswa FISIP UNPAS menjelaskan kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang informan rasakan semakin ke arah *abusive* dalam level verbal, semakin lama hubungan berjalan dirinya merasakan bahwa pasangan mengalami perubahan yang cukup drastis dari segi emosional yang semakin tidak terkontrol, bahkan sampai tidak ada penyelesaian. Kontrol pada hubungan *toxic relationship* yang informan rasakan tanda awal kontrol dari pasangan yang berlebihan pada saat dirinya dan pasangan menjalani hubungan LDR, sikap manipulasi dan cara pasangan untuk membuat dirinya ketergantungan menjadikan hubungan *toxic* dan pasangannya yang selalu mengontrol dirinya dengan cara mengancam dengan cara merusak barang barang dirinya, bahkan sampai memukul dirinya.

Kontrol pada hubungan *toxic relationship* tanda awal dari sikap *controlling* pasangan awalnya karena pasangannya sering mempermasalahkan hal sepele hingga membuat hubungan menjadi banyak berantemnya, tidak ada penyelesaian masalah, bahkan masalah semakin besar karena pasangannya seringkali melontarkan kata kata kasar saat bertengkar. Informan merasa dalam

hal ini sikap pasangan cukup tidak wajar. Hubungan *toxic relationship* dalam bentuk larangan dari pasangan yang menurut informan sudah berlebihan. Informan merasa pasangannya menghambat dirinya dalam berproses karena larangan-larangan dari pasangannya yang berlebihan, padahal informan merasa bahwa dirinya harus belajar di organisasi untuk berkembang, namun terkesan dilarang dengan alasan sayang.

Fenomena *toxic relationship* juga dijelaskan oleh informan akademisi Dosen FISIP UNPAS bahwa kontrol pada hubungan *toxic relationship* ditandai dengan adanya Perubahan dalam tingkat kontrol dalam hubungan pacaran dapat menjadi faktor penting dalam perubahan dari hubungan sehat menjadi *toxic relationship*. Kontrol yang berlebihan atau dominasi dari salah satu pasangan dapat mengarah pada ketidakseimbangan kekuasaan dan merusak keseimbangan serta kualitas keseluruhan dari hubungan tersebut.

Hubungan yang sehat maka ditandai dengan adanya kesetaraan dan penghormatan, komunikasi, kepercayaan dan kejujuran. Sedangkan hubungan yang tidak sehat atau *toxic* itu selalu ada tekanan, pasangan yang tidak menghargai perasaan pasangannya, dan mengontrol secara berlebihan. Adanya hubungan yang *toxic*, yaitu hubungan yang memiliki power dan kontrol terus-menerus, pasangan yang satu selalu disalahkan, dimanipulasi, satu pihak selalu disalahkan. Hubungan yang tidak sehat biasanya cenderung ke arah dominasi, yaitu satu orang posisinya lebih tinggi dari yang lain. Dalam hubungan sebaiknya selalu ada trust atau saling percaya. Ada banyak orang yang tidak sadar jika

mereka terjebak dalam hubungan *toxic relationship*.

4.2.3. Pembahasan Afeksi Pada Hubungan *Toxic Relationship*

Afeksi adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan ekspresi perasaan kasih sayang, cinta, atau perhatian terhadap orang lain. Ini mencakup berbagai perasaan emosional positif yang biasanya dinyatakan secara verbal atau non-verbal, seperti pelukan, kata-kata mesra, sentuhan lembut, atau tindakan kebaikan. Afeksi juga menjadi komponen penting dalam hubungan manusia dan menjadi cara yang penting untuk menyatakan rasa cinta, perhatian, atau kasih sayang kepada orang lain. Ini bisa terjadi dalam berbagai konteks, termasuk dalam hubungan keluarga, persahabatan, dan hubungan romantis.

Dalam konteks teori FIRO (*Fundamental Interpersonal Relations Orientation*) yang dikembangkan oleh Will Schutz, afeksi adalah salah satu dari tiga dimensi utama yang digunakan untuk menggambarkan cara individu berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain. Dimensi ini mencerminkan tingkat perasaan keintiman atau kedekatan emosional yang diinginkan atau dihindari oleh individu dalam hubungan interpersonal. Dalam konteks hubungan romantis seperti pacaran, afeksi berperan penting dalam membangun kedekatan emosional dan menjaga kualitas hubungan. Ini menciptakan ikatan emosional yang kuat antara pasangan dan dapat meningkatkan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hubungan tersebut.

Pembahasan penelitian mengenai afeksi pada fenomena *toxic relationship* mahasiswa FISIP UNPAS menunjukkan bahwa pasangan yang terhambat akan melahirkan *toxic relationship* di hubungan tersebut, terhambatnya ekspresi

perasaan kasih sayang dalam hubungan pacaran menjadi faktor yang berkontribusi pada perkembangan hubungan yang beracun. Saat kedua pasangan merasa tidak mampu atau tidak mau mengungkapkan afeksi mereka dengan jelas atau mengabaikan kebutuhan emosional satu sama lain, ini dapat menciptakan berbagai masalah dalam hubungan.

Afeksi pada hubungan *toxic relationship* yang informan rasakan mendapatkan sebuah aturan atau kontrol yang makin lama semakin tinggi tingkat pasangan dalam mengontrol, hubungan yang dialami informan menjadi tidak sehat untuk dipertahankan. Tingkat afeksi yang dialami juga bisa termasuk normal dan aman, namun pasangannya berubah semenjak terdapat masalah, semua berawal saat melakukan kesalahan yaitu selingkuh, dari situ pasangan bisa menjadi lebih tidak percaya dan sering bertengkar.

Fenomena *toxic relationship* juga dijelaskan oleh informan akademisi Dosen FISIP UNPAS bahwa afeksi pada hubungan *toxic relationship* ditandai dengan adanya perubahan dalam tingkat afeksi (*affection*) dalam hubungan pacaran dari yang sehat menjadi *toxic relationship* dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya: Kehilangan minat atau ketertarikan emosional terhadap pasangan mereka seiring berjalannya waktu, Ketidaksesuaian nilai, jika pasangan memiliki nilai-nilai yang bertentangan atau tujuan hidup yang berbeda secara signifikan, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dalam hubungan tersebut, dan Ketidakseimbangan kekuasaan, jika salah satu pasangan memiliki kontrol yang berlebihan atau dominasi atas pasangan lainnya, ini dapat menyebabkan perubahan dalam tingkat afeksi dan merusak keseimbangan dalam

hubungan tersebut.

Komunikasi merupakan kalimat yang pas untuk menguatkan dan menjadikan relasi menjadi positif karena relasi mestinya saling menguatkan satu sama lain. Dari ke-sepuluh informan, sejumlah hubungan yang mengarah pada *toxic relationship* yang mereka alami antarlain ditandai dengan apapun yang sedang dilakukan oleh korban harus melaporkan kepada pasangan, korban direndahkan secara terus-menerus, korban di atur dan dilarang hingga di kontrol mengenai kegiatan yang sedang dilakukan hingga termasuk mengontrol sosial media, email, whatsapp dan platform media sosial lainnya. Selain itu korban akan merasa insecure atau tidak nyaman dengan pasangannya karena pasangan membuat korban dalam posisi tidak nyaman. Terkadang korban juga mendapatkan perilaku cemburu yang tidak beralasan dan ekstrim, emosi yang meledak-ledak dan kasar, ini merupakan perlakuan buruk dan *toxic*. Tidak jarang korban mendapatkan ancaman dan isolasi.