

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kajian literatur**

##### **2.1.1 *Review Penelitian Sejenis***

Sebelum melakukan penelitian Fenomena *Toxic relationship* pada Mahasiswa FISIP Universitas Pasundan, peneliti terlebih dahulu melakukan tinjauan Pustaka. Tinjauan Pustaka yang dilakukan peneliti adalah melakukan tinjauan dengan penelitian sebelumnya yang sejenis. Pada bagian ini, peneliti menjadikannya sebagai bahan perbandingan terhadap penelitian lainnya yang sudah ada. Pada penelitian ini, peneliti mendapatkan tiga jenis penelitian sebelumnya, yaitu:

1. Arif Hidayat (2016), Komunikasi Interpersonal pada Pasangan Pernikahan dini. Tidak bisa dipungkiri bahwa salah satu tujuan pernikahan adalah menciptakan kondisi keluarga yang harmonis. Keluarga yang harmonis dapat terwujud apabila terjalin komunikasi yang baik antar individu yang berada dalam keluarga tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui komunikasi interpersonal yang terjadi pada pasangan pernikahan dini. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Dengan subjek penelitian berjumlah 10 orang yang merupakan 5 pasangan suami istri yang melakukan pernikahan dini. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan kajian dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa pernikahan yang dilakukan di usia muda akan tetap berjalan dengan baik jika dalam pernikahan tersebut disertai dengan kesiapan dari masing-masing pasangan untuk membina sebuah keluarga. Komunikasi yang baik, yang bersifat empatik, terbuka, saling memberi dukungan, membangun kedekatan, berpikir positif dan saling menghargai akan membuat hubungan antar suami dan istri dalam sebuah keluarga menjadi harmonis.

2. Annisa Nur Rizky Febriani (2016) Analisis Komunikasi Interpersonal Pacaran Jarak Jauh. Pacaran jarak jauh merupakan hubungan yang dipisahkan dalam lokasi geografis. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui komunikasi yang terjalin saat menjalani hubungan jarak jauh, serta membahas perkembangan hubungan pacaran jarak jauh mulai dari orientasi, pengungkapan diri, komitmen dan kenyamanan serta pertukaran stabil. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif metodologi dengan analisis deskriptif dan menggunakan teori penetrasi sosial. Teknik pengumpulan data melalui studi kepustakaan, observasi lapangan dan wawancara mendalam dengan partisipan atau responden sebanyak empat pasangan atau delapan orang yang berdomisili di kota Bandung dan pulau Sumatra. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan bahwa tidak mudah untuk menjalani hubungan jarak jauh. Hubungan seperti ini sering muncul konflik serta rasa jenuh terhadap pasangan. Namun, karena perkembangan teknologi komunikasi mereka lebih mudah untuk berkomunikasi. Dalam mempertahankan komitmen sangat dibutuhkan kepercayaan, keterbukaan, kejujuran dan kesetiaan terhadap pasangan. Setelah melakukan penelitian tentang pacaran jarak

jauh ini, peneliti menyarankan agar setiap pasangan saling memberikan dukungan dan kepercayaan. Terutama lebih bisa mengontrol emosi serta tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan.

3. Novi Andayani Praptiningsih, Gilang Kumari Putra (2021). Toxic Relationship dalam Komunikasi Interpersonal di kalangan Remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data adalah FGD, observasi, dan wawancara mendalam dengan informan/peserta sebagai data primer. Sedangkan data sekunder menggunakan studi kepustakaan yang bersumber dari jurnal, e-book/buku dan dokumen. Teknik analisis data menggunakan Model Interaktif Miles & Huberman, penelitian ini dituju untuk menganalisis remaja dari umur 19 – 25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: pertama, pelaku toxic relationship yaitu toxic people bisa menjadi orang terdekat korban, seperti keluarga inti yang terdiri dari ayah-ibu-kakak-adik. Selain itu, pelaku bisa saja merupakan kekasih dalam hubungan cinta yang tidak sehat, atau teman sebaya bahkan teman yang sering melakukan bullying berupa kekerasan verbal, fisik, bahkan seksual. Kedua, jenis toxic relationship, dapat dikategorikan menjadi beberapa bentuk, yaitu: hubungan yang tidak sehat dengan teman (toxic friendship), orang tua/keluarga (toxic parenting), kekasih/pacar, dan orang tua yang selingkuh sehingga mempengaruhi mental anak.

Tabel 2. 1 *Review Penelitian Sejenis*

Peneliti	Arif Hidayat	Annisa Nur Rizky Febriani	Novi Andayani Praptiningsih, Gilang Kumari Putra
Judul	Komunikasi Interpersonal pada Pasangan Pernikahan dini.	Analisis Komunikasi Interpersonal Pacaran Jarak Jauh. Pacaran jarak jauh merupakan hubungan yang dipisahkan dalam lokasi geografis	Toxic Relationship dalam Komunikai Interpersonal di kalangan Remaja.
Teori	<i>Teori Fundamental Interpersonal Relationship Orientation</i>	Teori Penetrasi Sosial	Teori Teori Hubungan Pengembangan
Metode	Kualitatif	Kualitatif	Kualitatif

Persamaan	menganalisis komunikasi interpersonal pada hubungan romantis	Menggunakan metode penelitian yang sama yaitu Komunikasi	Meneliti Fenomena yang sama
		interpersonal pada pasangan	
Perbedaan	Menggunakan objek penelitian berbeda	Meneliti subjek yang berbeda	Meneliti dengan teori yang berbeda
Hasil Penelitian	pernikahan yang dilakukan di usia muda akan tetap berjalan dengan baik jika dalam pernikahan tersebut disertai dengan kesiapan dari masing-masing pasangan untuk membina sebuah keluarga. Komunikasi yang baik, yang bersifat	Hubungan seperti ini sering muncul konflik serta rasa jenuh terhadap pasangan. namun, karena perkembangan teknologi komunikasi mereka lebih mudah untuk berkomunikasi. Dalam mempertahankan komitmen sangat	pertama, pelaku toxic relationship yaitu toxic people bisa menjadi orang terdekat korban, seperti keluarga inti yang terdiri dari ayah-ibu-kakak-adik. Selain itu, pelaku bisa saja merupakan kekasih dalam hubungan cinta yang tidak sehat,

	<p>empatik, terbuka, saling memberi dukungan, membangun kedekatan, berpikir</p>	<p>dibutuhkan kepercayaan, keterbukaan, kejujuran dan</p>	<p>atau teman sebaya bahkan teman yang sering melakukan bullying berupa kekerasan verbal,</p>
	<p>positif dan saling menghargai akan membuat hubungan antar suami dan istri dalam sebuah keluarga menjadi harmonis.</p>	<p>kesetiaan terhadap pasangan.</p>	<p>fisik, bahkan seksual. Kedua, jenis toxic relationship, dapat dikategorikan menjadi beberapa bentuk, yaitu: hubungan yang tidak sehat dengan teman (toxic friendship), orang tua/keluarga (toxic parenting), kekasih/pacar, dan orang tua yang selingkuh sehingga mempengaruhi mental anak.</p>

Sumber: diolah Peneliti 2023

## 2.2 Kerangka Konseptual

### 2.2.1 Komunikasi

Istilah dari komunikasi “*communication*” menurut Oxford Dictionary of English, berasal dari bahasa Latin, *communis*, yang berarti “sama”. Akar kata komunikasi lainnya adalah *communico*, *communicatio*, atau *communicare* yang berarti “membuat sama” (*make to common*) atau “berbagi” (*to share*). Komunikasi dapat didefinisikan sebagai proses pengiriman dan penerimaan informasi, ide, emosi, atau pesan antara individu atau kelompok, dalam bentuk lisan, tulisan, atau nonverbal. Tujuan komunikasi adalah untuk mencapai pemahaman yang sama di antara pihak yang terlibat. Terlepas dari sumber atau mediasi yang digunakan, komunikasi semua tentang membangun jembatan antara individu atau kelompok yang terlibat. Komunikasi yang efektif mengarah pada keterlibatan yang positif dan kemajuan dalam pengertian yang sama antara orang-orang. Hal ini sesuai dengan yang di jelaskan oleh Mulyana (2005) dalam buku Pengantar Ilmu Komunikasi yaitu komunikasi adalah sebuah proses dalam menyalurkan informasi atau pesan dari satu pihak ke pihak lainnya melalui berbagai kanal atau media yang tersedia. Proses tersebut melibatkan interaksi antara pihak yang melakukan komunikasi tersebut serta penggunaan berbagai kode dan simbol yang dapat dipahami oleh kedua belah pihak. Komunikasi juga dapat mempengaruhi perilaku dan pandangan seseorang terhadap sesuatu dan dapat memberikan dampak terhadap konteks sosial yang ada.

Disisi lain Komunikasi merupakan kegiatan yang tidak pernah terlepas dari lila liku kehidupan manusia sedari lahir. Bayi baru lahir pun akan menangis sebagai caranya berkomunikasi, berdoa kepada tuhan pun merupakan cara kita berkomunikasi dengan tuhan. Berkomunikasi juga menjadi kunci utama dalam menjalin hubungan baik dengan orang lain, baik itu dalam keluarga, teman, maupun dalam lingkungan sehari - hari.

Komunikasi dapat dilakukan dengan berbagai bentuk, seperti verbal dan nonverbal. Komunikasi verbal meliputi penggunaan kata-kata, sedangkan komunikasi nonverbal meliputi bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan nada suara. Kedua bentuk ini akan bekerja sama dalam menyampaikan pesan dan makna secara efektif. Namun, tidak semua orang memiliki kemampuan yang sama dalam berkomunikasi. Ada yang mudah untuk menyampaikan pesan dengan baik, tetapi ada juga yang sulit dalam menyampaikannya. Oleh karena itu, perlu untuk dikembangkan keterampilan komunikasi yang baik agar dapat berkomunikasi dengan lebih efektif.

Keterampilan komunikasi yang baik meliputi kemampuan mendengarkan dengan baik, memahami perspektif orang lain, mengungkapkan ide dan opini dengan jelas, serta bertindak dengan tepat saat terjadi konflik. Ketika kita berkomunikasi dengan baik, maka informasi dapat disampaikan dengan jelas dan tindakan yang diambil pun dapat lebih efektif. Adapun unsur atau komponen yang membuat komunikasi menjadi efektif.



### **2.2.1.1 Unsur/Komponen Komunikasi**

Dalam berkomunikasi menurut Mulyana (2010) memiliki unsur – unsur yang penting, untuk terjadi komunikasi proses komunikasi minimal memiliki 3 unsur utama menurut Model Aristotles, diantaranya:

1. Pengirim pesan/Komunikator

Komunikator adalah seseorang yang bertanggung jawab untuk memulai, mempertahankan, dan mengakhiri proses komunikasi. Seorang komunikator dapat berupa individu, kelompok, atau institusi yang memiliki tujuan dalam berkomunikasi dengan orang lain atau publik tertentu.

2. Pesan

Pesan merupakan tujuan utama yang disampaikan oleh komunikator, kepada komunikan melalui komunikasi. Pesan dapat berupa informasi, ide, gagasan, atau instruksi yang ingin disampaikan oleh komunikator kepada penerima. Pesan juga mencakup bahasa yang digunakan dan cara penyampaiannya, seperti nada suara, ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan penggunaan tanda baca.

3. Penerima pesan/Komunikan

Komunikan merupakan seseorang yang menerima pesan atau informasi dari orang lain dan memberikan respons yang sesuai dari seorang komunikator, Seorang komunikan dapat berupa individu, kelompok, atau organisasi yang berinteraksi dalam suatu konteks

atau situasi tertentu.

Selain itu tidak hanya tiga unsur utama di atas, proses komunikasi membutuhkan lebih dari tiga unsur itu, Menurut Riswandi (2009) di dalam bukunya yang berjudul “Ilmu Komunikasi” menjelaskan bahwa definisi komunikasi menurut Lasswell dapat diturunkan menjadi lima unsur, diantaranya:

1. Sumber (*source*)

Sering disebut sebagai pengirim (*sender*), penyandi (*encoding*), komunikator, pembicara (*speaker*). Sumber adalah pihak yang berinisiatif atau mempunyai kebutuhan untuk berkomunikasi.

2. Pesan

Pesan merupakan tujuan utama yang disampaikan oleh komunikator, kepada komunikan melalui komunikasi. Pesan dapat berupa informasi, ide, gagasan, atau instruksi yang ingin disampaikan oleh komunikator kepada penerima.

3. Media

Media adalah wadah melalui apa pesan tersebut disampaikan atau dikomunikasikan. Suatu pesan dapat disampaikan melalui berbagai media, baik surat menyurat, radio, film, dan sebagainya.

4. Komunikan

Sering juga disebut sasaran/tujuan (*destination*), komunikan, penyandi balik (*decoder*) atau khalayak, pendengar, penafsir, yaitu

orang yang menerima sumber atau seorang komunikator.

#### 5. Efek

Efek dari komunikasi adalah bagaimana bentuk respon dari seorang komunikan, jika sang komunikan tidak mengerti dan malah menimbulkan misspresepsi dan miscommunication berarti komunikasi tersebut belum tersampaikan dengan baik.

Kelima unsur komunikasi diatas perlu ditambah dengan unsur-unsur lain yaitu umpan balik (*feedback*), gangguan komunikasi (*noise*), dan konteks atau situasi komunikasi. (Riswandi, 2009:4).

#### **2.2.1.2 Fungsi Komunikasi**

Komunikasi adalah aspek yang penting bagi keberlangsungan kehidupan manusia, komunikasi memiliki fungsi yang berbeda tergantung dari bagaimana tujuan komunikan tersebut melakukan komunikasi. Menurut Deddy Mulyana, fungsi komunikasi adalah untuk menginformasikan dan menyampaikan pesan serta mempengaruhi seseorang untuk melakukan tindakan atau merespons pesan yang disampaikan. Selain itu, komunikasi juga dapat digunakan untuk mempererat hubungan sosial, memperkuat identitas dan citra diri, serta sebagai alat untuk mengontrol dan mengatur perilaku individu dan kelompok. Komunikasi juga dapat digunakan sebagai sarana untuk memperoleh pengakuan, penilaian, dan dukungan dari orang lain. Disisi lain deddi mulyana menjelaskan dalam bukunya yang berjudul “Ilmu Komunikasi suatu pengantar” fungsi komunikasi dibagi menjadi empat, diantaranya:

### 1. Fungsi Komunikasi Sosial

Fungsi komunikasi sebagai komunikasi sosial mengisyaratkan bahwa komunikasi itu penting untuk membangun konsep-diri, aktualisasi-diri, untuk kelangsungan hidup, untuk memperoleh kebahagiaan, terhindar dari tekanan dan ketegangan.

### 2. Fungsi komunikasi ekspresif

Komunikasi ekspresif tidak otomatis bertujuan mempengaruhi orang lain, namun dapat dilakukan sejauh komunikasi tersebut instrumen untuk menyampaikan perasaan-perasaan (emosi) kita.

### 3. Fungsi Komunikasi Ritual

Komunikasi ritual merupakan suatu fungsi komunikasi yang membantu mewujudkan identitas manusia sebagai seorang individu, sebagai anggota komunitas sosial. Seseorang yang terlibat dalam suatu budaya komunikasi ritual menegaskan komitmennya kepada tradisi keluarga, etnis, bangsa, ideologi atau agama.

### 4. Fungsi Komunikasi Instrumental

Komunikasi instrumental mempunyai beberapa tujuan umum: menginformasikan, mengajar, mendorong, mengubah sikap dan keyakinan, dan mengubah perilaku atau menggerakkan tindakan dan juga untuk menghibur.

Paparan diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi merupakan aktivitas yang penting dalam kehidupan manusia. Komunikasi dilakukan karena memiliki fungsi yang terbagi kedalam empat jenis dan tergolong kedalam fungsi kehidupan sehari-hari dalam mencapai sebuah tujuan tertentu.

### **2.2.2 Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi interpersonal adalah suatu pesan yang dikirim kepada seseorang dimana pesan tersebut memberi efek dan secara langsung memberikan umpan balik (Suranto, 2011). Kemudian DeVito (2004) menyebutkan karakteristik seorang individu yang memiliki komunikasi interpersonal yang tinggi ialah individu yang memiliki sikap keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesetaraan saat berinteraksi dengan orang lain.

Keterbukaan dalam komunikasi interpersonal berarti individu tersebut terbuka terhadap ide dan gagasan lain, serta mampu menerima kritik dan masukan dari orang lain. Empati adalah kemampuan individu untuk memahami perasaan dan pandangan orang lain, sehingga mampu merespons dengan tepat dalam situasi yang berbeda-beda. Sikap suportif berarti individu tersebut memberikan dukungan dan motivasi pada orang lain, sehingga dapat memperkuat hubungan interpersonal. Sikap positif yang dimiliki individu dapat menciptakan suasana yang menyenangkan dan bermanfaat dalam interaksi interpersonal. Selain itu, kesetaraan dalam interaksi interpersonal menggambarkan bahwa setiap individu dihargai dan diperlakukan secara adil tanpa melihat status sosial, ras atau gender.

Dalam komunikasi interpersonal, peran umpan balik sangat penting karena memungkinkan individu untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas komunikasi dalam interaksi interpersonal. Umpan balik juga dapat membantu individu untuk memahami sudut pandang orang lain sehingga dapat merespons dengan cepat dan tepat dalam situasi yang berbeda. Secara keseluruhan, komunikasi interpersonal yang baik adalah hasil dari sikap dan kepribadian individu yang positif dan terbuka, serta kemampuan individu untuk memahami dan memberikan umpan balik yang efektif dalam interaksi interpersonal.

Selain itu Effendy (2003) memaparkan sebuah penjelasan yang di dasarkan sebuah proses komunikasi interpersonal merupakan sebuah proses komunikasi antara komunikator menurut (Mulyana, 2010) menjelaskan bahwa komunikasi verbal ataupun non verbal yang dilakukan oleh antar manusia secara langsung atau tatap muka, yang memungkinkan lawan bicaranya menanggapi secara langsung. Kemudian menurut (Agus, 2003) komunikasi antarpribadi merupakan komunikasi yang dimana pengirimnya dapat langsung menyampaikan pesan kemudian penerima langsung menerima respon pesan tersebut dan terjadi secara langsung baik itu oleh dua orang atau lebih. Adapun bentuk – bentuk komunikasi interpersonal.

#### **2.2.2.1 Tujuan Komunikasi Interpersonal**

Pada kehidupan manusia, komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh komunikator dengan komunikan memiliki tujuan yang ingin diperoleh dan disepakati. Oleh karena itu keberhasilan komunikasi interpersoal tidak terlepas dari tujuan komunikasi itu sendiri, Dalam komunikasi interpersonal, penting

untuk menentukan tujuan komunikasi yang jelas dan spesifik agar pesan dapat tersampaikan dengan efektif dan tujuan dapat tercapai sesuai harapan. Keterampilan komunikasi interpersonal yang baik dapat dikembangkan melalui latihan dan pengalaman dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Menurut Suranto (2011) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal mempunyai beberapa tujuan, diantaranya sebagai berikut:

1. Mengungkapkan Kepedulian

Kehidupan manusia sebagai makhluk sosial pastinya tidak akan jauh dari bantuan orang lain, maka dari itu kita sebagai manusia diharuskan untuk tidak menutup diri. Selain itu juga kita perlu memiliki rasa peduli terhadap sesama dengan cara bertanya kabar, menyapa, serta perilaku sopansantun menghormati orang yang lebih tua.

2. Menemukan diri sendiri

Seringnya kita berkomunikasi dengan orang lain secara tidak sadar kita akan mengetahui dan menemukan siapa diri kita sebenarnya. Selain itu komunikasi interpersonal juga bisa menjadi salah satu media berkomunikasi dengan lawan bicara guna memahami apa yang disukai dan apa yang tidak disukai.

### 3. Menemukan dunia luar

Melalui komunikasi interpersonal juga setiap individu bisa berbagipengalaman dan pengetahuan lebih luas mengenai dunia luar. Pengetahuan atau informasi dunia luar yang bisa kita dapat misalnya di situasi pandemi covid-19 ini kita memiliki kerabat yang tinggal di luar negeri, dengan kita berinteraksi dengan dia kita bisa mengetahui bagaimana perkembangan covid-19 ini di negaranya, ataupun sebaliknya. Sehingga secara tidak langsung, kita mengetahui perbedaan pandemi di negara kita sendiri dan di negara luar.

### 4. Membangun dan menjaga hubungan

Seorang kakak, adik, dan kedua orang tuanya yang tinggal berjauhan memiliki grup keluarga di beberapa aplikasi, dan seringkali melakukan *video call* bersama untuk tetap menjaga hubungan, dan keharmonisan keluarga. Pada saat melakukan panggilan, tentunya disana ada komunikasi interpersonal dimana komunikasi interpersonal juga merupakan media untuk membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain.

### 5. Mempengaruhi sikap dan tingkah laku

Seorang teman yang melakukan kesalahan bisa menjadi lebih baik ketika temannya yang lain memberi tahu. Adanya komunikasi interpersonal yang dilakukan temannya untuk mengingatkan individu tersebut mempengaruhi sikap, dan tingkah laku.



## 6. Mendapatkan kebahagiaan

Ketika pasangan suami istri menyampaikan rasa sayangnya, berdiskusi mengenai masa depan, menghabiskan waktu bersama untuk saling bercerita. Disitu juga komunikasi interpersonal terjalin, dengan adanya pertukaran obrolan tersebut bisa memberikan keseimbangan pada pikiran, dan memberikan kebahagiaan.

### **2.2.2.2 Karakteristik Komunikasi Interpersonal yang Efektif**

Menurut DeVito (1986) dalam bukunya yang berjudul “*The Interpersonal Communication Book*” terdapat lima karakteristik komunikasi interpersonal yang penting untuk dinilai saat individu menyusun komunikasi interpersonal, berikut diantaranya:

#### 1. Keterbukaan

Keterbukaan merupakan sikap yang bisa mengakai nasihat lewat orang lain, serta tentang cara memberikan sebuah pesan yang utama ke orang lain. Hal ini bisa bermakna ketika seseorang diharuskan segera terbuka akan seluruh riwayat didalam hidupnya secara terbuka, Dengan lain kata keterbukaan ialah kesediaan seseorang dalam membuka diri untuk menyampaikan pesan apapun yang umumnya menjadi apa yang ia ketahui sendiri atau disembunyikan. Sikap pada keterbukaan dimaknai dengan terdapatnya sebuah kejujuran didalam hal menganggapi pada tiap stimulus komunikasi.

## 2. Empati

Empati merupakan kapabilitas individu dalam merasakan sehingga ketika ia merupakan seseorang yang lain, bisa merasakan sebuah hal pada saat itu tengah dirasakan oleh seseorang yang lain, bisa memahami hal yang dirasakan seseorang yang lain juga, dan bisa memahami sesuatu hal permasalahan dari sudut pandang selain dirinya. Seseorang yang mempunyai rasa empati dapat merasakan motivasi dan suka duka dari orang lain, perasaan yang timbul dari sikap orang lain, seta harapan dan keinginan orang lain.

## 3. Sikap mendukung

Hubungan interpersonal yang baik dan efektif ialah adanya keterkaitan dalam hal sikap mendukung. Yang berarti tiap individu menyanggah tanggung jawab untuk dapat mendukung terlaksananya hubungan interaksi dengan terbuka. Sebab dari itu respon yang penting ialah respon memilikisifat spontan dan jelas, tidak termasuk respon bertahan dan tidak sejalan.

## 4. Sikap Positif

Sikap positif diperuntukan pada sikap dan tingkah laku. Dalam bentuk sikap, adalah ketika para individu ketika sedang terikat pada komunikasi interpersonal wajib mempunyai pikiran dan juga perasaan yang positif, bukan perasaan curiga dan berburuk sangka. Dalam bentuk tingkah laku. melainkan ketika dalam perbuatan yang

dipilih itu memiliki tujuan komunikasi interpersonal yang selaras, yaitu secara jelas dan nyata dalam melakukan sebuah aktivitas sehingga bisa terdapat kerjasama.

#### 5. Kesetaraan

Kesetaraan merupakan penetapan jika kedua pihak yang bersangkutan mempunyai kepentingan, kedua pihak harus mempunyai nilai yang berharga, dan juga harus memiliki rasa saling ingin memerlukan. Alamiannya satu dua individu sedang melakukan komunikasi secara interpersonal, tidak pernah akan berhasil sebuah keadaan yang memperlihatkan kesetaraan atau kesamaan secara utuh diantara keduanya

#### **2.2.2.3 Bentuk – bentuk Komunikasi Interpersonal**

Menurut Hafied Cangara (2018) dalam bukunya Pengantar Ilmu Komunikasi menyatakan bahwa komunikasi interpersonal berfungsi untuk menaikkan taraf hubungan kemanusiaan dan menyelesaikan konflik antar pihak yang terlibat apabila hubungan dibina dengan baik. Hafied Cangara (2018) dalam bukunya membedakan komunikasi antar pribadi berdasarkan sifatnya terbagi atas:

##### 1. Komunikasi Diadik

Komunikasi diadik hanya melibatkan dua orang. Komunikasi diadik menurut Pace terbagi dalam tiga bentuk, yaitu percakapan antar dua orang dengan Bahasa informal dan bersahabat, dialog

dengan suasana lebih intim, dan kegiatan komunikasi dengan suasana cenderung lebih serius akibat pemosisian antar pembicara dan penerima pesan. Contoh komunikasi diadik adalah pada pasangan pranikah, dosen dan mahasiswa, lalu pimpinan dengan staff nya.

## 2. Komunikasi Kelompok kecil

Komunikasi kelompok kecil melibatkan tiga orang atau lebih untuk terlibat dalam interaksi secara tatap muka selama berkomunikasi. Contoh komunikasi kelompok kecil adalah sebuah diskusi atau rapat, kelompok studi atau tugas, focus group discussion (FGD), atau pertemuan anggota sebuah organisasi atau komunitas. Dalam situasi ini, setiap orang dapat mempengaruhi interaksi dan memperoleh informasi secara aktif, dengan mengungkapkan pendapat, membagi pengalaman, atau saling bertanya. Proses komunikasi kelompok kecil dibangun dalam konteks relasi interpersonal, yang dapat menciptakan lingkungan yang ramah dan terbuka atau sebaliknya, dan mempengaruhi kesuksesan tujuan yang ingin dicapai. Oleh karena itu, kemampuan keterampilan interpersonal sangat penting dalam komunikasi kelompok kecil.

### **2.2.3 Remaja**

Usia 15 sampai 30 dianggap pemuda dalam istilah hukum. secara biologis, yaitu orang yang sudah mulai menunjukkan ciri-ciri kedewasaan termasuk perubahan-perubahan tubuh. Agama adalah individu yang telah mencapai tahap aqil

baligh, yang ditandai dengan mimpi basah dan darah bulanan bagi wanita. Pemuda merupakan potensi identitas dalam masyarakat. Sebagai pewaris cita-cita bangsa dan sumber daya manusia untuk pertumbuhannya, pemuda memegang posisi kritis (Muchad, 2007).

Fase remaja dalam kehidupan manusia merupakan fase penuh energi, transisi, perubahan, mencari jati diri dan kritis (Fatmawaty, 2017). Masa remaja merupakan fase penuh energi, pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun mental, memantapkan identitas diri, dan pencapaian ketidaktergantungan emosional (Diananda, 2018). Masa remaja mempunyai orientasi saat sekarang dan emosi yang seringkali tidak terkontrol (Khutbawanti *et al.*, 2017). Remaja dengan sifat-sifatnya membuat keingintahuannya lebih besar terhadap berbagai informasi dan lebih ekspresif dalam menanggapi informasi dan permasalahan. Masa remaja merupakan masa yang penting dalam kehidupan seseorang karena pada masa ini, individu mulai mengambil keputusan dan tanggung jawab atas hidupnya. Maka, perlu adanya dukungan dan bantuan dari orang tua, keluarga, masyarakat, dan lingkungannya untuk membantu mengatasi tantangan dan hambatan yang dihadapi pada masa remaja.

Menurut sarwono (2012) dalam bukunya yang berjudul Psikologi Remaja, dalam proses menuju dewasa, remaja memiliki tiga tahap dalam perkembangan, yaitu remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Pada remaja awal, perkembangan dalam hal pemikiran baru dimulai dan mudah untuk tertarik pada lawan jenis. Pada remaja pertengahan, mereka lebih cenderung terlihat mencintai diri sendiri dengan mencari teman yang memiliki karakteristik yang sama. Pada

masa remaja akhir, terlihat proses pendewasaan diri yang ditandai dengan perasaan egois yang berusaha untuk menyatu dengan orang lain dalam pengalaman baru dan pembentukan identitas seksual.

Perubahan biologis pada masa pubertas memberikan kontribusi kepada semakin menyatunya seksualitas ke dalam sikap dan perilaku gender remaja (Crockett, 1991, dalam Santrock, 2013). Remaja puteri akan berusaha keras menjadi wanita sebaik mungkin dan remaja putera akan berusaha keras menjadi anak laki-laki sebaik mungkin. Remaja puteri biasanya bertingkah dengan penuh kasih sayang, sensitif, menarik, berbicara halus, sedangkan remaja putera biasa bertingkah laku asertif, sombong, sinis dan sangat berkuasa karena mereka menyadari bahwa tingkah laku seperti itu menambah kualitas seksualitas dan daya tarik dirinya.

Aktifitas seksual remaja pun semakin meningkat seiring dengan terjadinya perubahan hormon yang mereka alami pada masa puber (Udry, 1990, dalam Santrock, 2013). Dari sini remaja mempunyai rasa keinginan untuk memperluas hubungannya dengan teman yang banyak, tidak hanya dengan teman sejenis, namun juga dengan lawan jenisnya untuk saling mengenal satu sama lain untuk keberlangsungan kehidupannya. Selain itu menurut Hakim & Lukman (2014) dalam jurnalnya yang berjudul “Fenomena Pacaran Dunia Remaja Pekanbaru-Riau” memaparkan bahwa remaja juga membentuk hubungan interpersonal dengan lawan jenis, hal ini akan menimbulkan perasaan ketertarikan antar lawan jenis. Proses selanjutnya dari mulai awal ketertarikan interpersonal, persahabatan, hubungan dekat, kemudian dapat membentuk hubungan romantis.

Hubungan romantis yang dibangun antara dua orang berbeda jenis kelamin sebelum pernikahan dikenal dengan sebutan berpacaran. Hal ini dikuatkan oleh paparan dari Iwan (2010) bahwa dalam Pada masa ini biasanya remaja mulai mengenal pacaran yaitu masa pendekatan antar individu dari kedua lawan jenis, yang ditandai dengan saling pengenalan pribadi baik kekurangan dan kelebihan dari masing - masing individu.

#### **2.2.4 Toxic Relationship pada pasangan pacaran**

*Toxic relationship* terdapat dua kata yaitu toxic yang dimana artinya racun, dan pengetahuan dari relationship yang adalah sebuah hubungan. Sebuah *toxic relationship* pertama kali diperkenalkan oleh Dr. Lilian Glass seorang ahli komunikasi dan psikologi di Amerika Serikat dalam bukunya yang berjudul “*Toxic People*” tahun 1995. Dalam bukunya mengatakan bahwa sebuah hubungan beracun yang bersifat merusak karena didalam hubungannya di isi dengan sebuah konflik, tidak adanya rasa hormat dan rasa harmonis terhadap sebuah pasangan, tidak saling mendukung, saling menyalahkan dan tidak adanya kekompakan.

*Toxic relationship* menurut Solferino & Tessitore (2019) dapat di artikan sebagai perilaku atau kebiasaan dari pada individu yang memberikan sebuah dampak buruk dari secara mental atau fisik. *Toxic relationship* dapat di kategorikan di antaranya *insecurity*, egoisme, sifat dominasi dan kontrol atas pasangan. *Toxic relationship* adalah hubungan beracun dimana didalamnya mengandung perilaku-perilaku tidak nyaman yang dilakukan oleh salah satu pasangan terhadap pasangan yang satunya, perilaku seperti itu dapat mengganggu kesehatan 16 psikis hingga fisik seseorang (Nurfifah, 2013).

Dalam hubungan yang beracun, ada kecenderungan akan adanya siklus kekerasan yang terjadi secara berulang antara kedua pasangan. Hal ini dapat mengakibatkan trauma dan luka emosional yang dalam pada korban. Sikap yang dominan dan kontrol terhadap pasangan oleh salah satu individu dalam hubungan juga dapat mengakibatkan rasa tidak aman dan kehilangan kebebasan bagi pasangan. Sementara itu, sifat egois pada individu dalam hubungan dapat membuat hubungan tersebut tidak seimbang dan merugikan satu pihak secara terus menerus.

Ketika terjebak dalam hubungan yang beracun, sulit bagi seseorang untuk mengambil langkah yang tepat untuk mengakhiri hubungan tersebut. Namun, dengan memahami karakteristik dari toxic relationship, individu dapat lebih sadar dan mampu menghindari hubungan yang merugikan kesehatan fisik dan mental mereka.

#### **2.2.4.1 Karakteristik Toxic Relationship**

Menjalani hubungan dengan pasangan idealnya akan menjadi hal yang menyenangkan, pasalnya kita akan memiliki teman dalam menjalani berbagai suka maupun duka. Namun sayangnya tak semua hubungan berjalan sehat. Beberapa hubungan dipenuhi pertengkaran, tidak dinaungi kebahagiaan dan ketenangan. Hubungan semacam itu kerap disebut dengan istilah toxic relationship atau hubungan yang penuh racun.

Hubungan yang penuh racun dapat sangat merusak dan berbahaya bagi kesehatan mental serta fisik manusia. Menurut (Saswati, 2019) Septiana (2020) Hal-hal yang biasanya terjadi dalam hubungan semacam itu antara lain:



1. Komunikasi yang buruk Komunikasi dalam hubungan beracun tidak berjalan dengan baik, banyaknya kebohongan kepada pasangan.
2. Disalahkan atau merasa bersalah Salah satu pasangan membuat dirinya selalu berada didalam posisi tidak bersalah, dan semua kesalahan dilimpahkan kepada pasangannya.
3. Cemburu yang berlebihan Berbeda dengan hubungan yang sehat, hubungan beracun selalu mempunyai suatu hal yang membuat dirinya cemburu terhadap pasangan hingga pada sesuatu yang tidak masuk akal.
4. Mengontrol pasangan Salah satu pasangan mempunyai dominasi atas pasangannya hingga ia dapat mengontrol kehidupan pasangannya. Dalam beberapa kasus, upaya untuk mengontrol pasangan bisa berujungpada tindakan abusive atau kekerasan.
5. Fokus pada kebutuhan sendiri Salah satu pasangan hanya sibuk memikirkan dirinya sendiri tanpa mempertimbangkan kebahagiaan bersama atau kebutuhan pasangannya.
6. Tidak menghargai Dalam hubungan beracun salah satu pasangan sering meremehkan atau merendahkan usaha yang dilakukan oleh pasangannya.
7. Was-was saat bersama pasangan. Takut disalahkan, cemas, takut akan kekerasan, takut dibentak, dan merasa tidak nyaman jika sedang Bersama pasangan adalah ciri dari hubungan yang

beracun.

8. Melakukan gaslighting terhadap pasangan, Gaslighting adalah salah satu bentuk manipulasi yang terjadi dalam sebuah hubungan tidak sehat, Gaslighting bisa juga disebut sebagai taktik di mana seseorang atau sekelompok orang, dengan tujuan mendapatkan lebih banyak kekuatan dan membuat korban mempertanyakan realitas yang ada.

Adapun menurut Christina et al., (2019) dalam jurnalnya bentuk karakteristik yang meliputi toxic relationship:

1. Kekerasan fisik, berupa perlakuan yang menyerang sebagian atau seluruh bagian tubuh yang dapat menimbulkan rasa sakit akibat lukaringan atau berat.
2. Kekerasan psikologis adalah perilaku yang menimbulkan kecemasan, bullying, ancaman terhadap individu, kehilangan kepercayaan diri dan perasaan tidak berdaya yang menyebabkan tekanan psikologis pada individu.
3. Kekerasan seksual, berupa pemaksaan hubungan seksual untuk mendapatkan keuntungan.
4. Kekerasan ekonomi, berupa perilaku yang menyebabkan kerugian ekonomi atau finansial bagi individu (pemerasan dan eksploitasi pasangan)

*Toxic relationship* dalam berpacaran disebabkan oleh banyak faktor antara lain tingkat pendidikan yang rendah, masih adanya budaya patriarki, kebiasaan buruk seperti kecanduan narkoba, minum alkohol, tingkat kesejahteraan ekonomi, ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi serta pola asuh lekas dengan kekerasan di masa kanak-kanak karena sering melihat atau mengalami kekerasan (World 1999).

Di sisi lain, pada kasus *toxic relationship* dalam berpacaran, korban biasanya lemah, kurang percaya diri dan sangat mencintai pasangannya. Banyak pasangan yang setelah melakukan kekerasan langsung berubah signifikan menunjukkan penyesalan, permintaan maaf, berjanji untuk tidak melakukannya lagi dan bersikap manis terhadap korban. Hal ini membuat korban terus memaafkan dan memahami sikap pasangannya dan kembali menjalin hubungan seperti biasanya. Tidak seperti hubungan sehat yang memiliki kasih sayang, perhatian, saling menghormati, dan kepedulian yang kuat terhadap kesejahteraan pasangan, hubungan beracun justru sebaliknya. Pada hubungan *toxic relationship* ini, komunikasi cenderung satu arah, terlalu posesif, bahkan ingin tahu detail apa yang dilakukan pasangannya dan salah satu pihak tidak ada kebebasan untuk berkembang lebih baik.

Tidak ada seorangpun yang harus merasa tidak aman. apalagi dalam hubungan romantis atau pacaran rasa aman dan bahagia menjadi hal yang seharusnya kita dapatkan dalam hubungan tersebut. Namun, terkadang dalam hubungan romantis atau pacaran terjadi ketidakamanan yang dapat membuat salah satu atau kedua belah pihak merasa tidak nyaman atau khawatir.

Untuk mengatasi ketidakamanan dalam hubungan romantis atau pacaran, kedua belah pihak harus saling terbuka dan jujur serta berkomunikasi secara positif. Jangan menyimpan rahasia atau menyembunyikan perasaan yang sebenarnya. Berbicaralah dengan baik dan terbuka untuk mencari solusi bersama. Dan yang lebih penting, jangan lupakan rasa hormat dan empati bagi pasangan.

#### **2.2.4.2 Faktor – faktor penyebab *toxic relationship***

Menurut Devi (2020) dalam jurnal nya yang berjudul “Analisis Faktor Penyebab Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Sosietes Jurnal Pendidikan Sosiologi” factor – factor yang menyebabkan *toxic relationship* dalam berpacaran di bagi menjadi dia factor yaitu factor internal dan eksternal, diantaranya:

##### 1. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu dan mempengaruhi cara berpikir atau berperilaku setiap orang. Faktor internal dalam berpacaran dengan *toxic relationship* dapat dijelaskan sebagai berikut:

##### a. Kepribadian

Ketidakstabilan emosi adalah alasannya mengakibatkan hubungan yang buruk dalam pacaran. Sifat yang terlalu emosional dalam menghadapi masalah dalam suatu hubungan dapat membuat masalah kecil menjadi sangat mudah berkembang menjadi perilaku kekerasan. Selain kondisi

emosi yang labil, salah satu faktor penyebab toxic relationship dalam berpacaran adalah pola pikir yang belum matang. Hal ini dikarenakan jika seseorang tidak memiliki pandangan dan pemikiran yang matang, maka orang tersebut akan bertindak menurut kehendaknya sendiri tanpa berpikir. Sebagian besar remaja yang berinteraksi dengan mereka masih memiliki mental yang naif, dalam menghadapi masalah belum memiliki cara berpikir dan bertindak yang dewasa tanpa memikirkan konsekuensi yang akan terjadi kedepannya.

b. Korban ketergantungan pada pasangannya

*Toxic relationship* dalam pacaran terjadi karena sudah menjadi korban bergantung pada pasangannya, sekalipun pasangannya melakukan kekerasan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Sari (2018) pada jurnalnya yang berjudul “Kekerasan dalam Hubungan Pacaran di Kalangan Mahasiswa; Studi Refleksi Pengalaman Perempuan” bahwa dalam hubungan pacaran, perempuan memiliki ekspektasi terhadap lamanya hubungan dan oleh karena itu cenderung selalu menuruti permintaan pacarnya sehingga menciptakan pola hubungan ketergantungan kekuasaan dan kesempatan untuk kontrol.

### c. Dorongan Seksual

Hubungan yang berbahaya seperti *toxic relationship*, terutama kekerasan, selama pacarana hubungan seksual terjadi karena pengaruh dorongan seksual atau kebutuhan fisik pelaku. Pelaku menyalurkan hasrat seksual atau kebutuhan fisiknya dengan cara yang salah, seperti memaksa atau melakukan kontak seksual yang tidak diinginkan pasangannya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Dardis et al. (2015) bahwa kekerasan dalam pacaran dapat dijelaskan secara kontekstual, yaitu kekerasan itu sendiri terjadi akibat dipengaruhi oleh karakteristik teman sebaya dan keluarga serta dimotivasi untuk melakukan perilaku toxic. Dalam hal ini, motivasi pelaku kekerasan seksual adalah menggunakan kekerasan untuk memenuhi kebutuhan seksualnya.

## 2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal mengacu pada faktor-faktor yang mempengaruhi individu dari luar, sehingga membuat individu melakukan Tindakan tersebut. Faktor eksternal dalam berpacaran dengan toxic relationship dapat dijelaskan sebagai berikut:

### a. Pengaruh lingkungan sosial

*Toxic relationship* yang terjadi dalam hubungan pacaran salah satunya disebabkan oleh lingkungan sosial dari pelaku,

lingkungan sosial yang dimaksud diantaranya adalah lingkungan pergaulan atau lingkungan pertemanan dan lingkungan keluarga pelaku kekerasan tersebut. Terkadang, individu yang mengalami toxicity di dalam suatu hubungan, telah mengalami pengalaman buruk dalam kehidupannya sebelumnya. Pengalaman tersebut dapat berupa perceraian, kekerasan dalam keluarga, atau kekerasan seksual. Hal ini sesuai dengan pernyataan Dardis et al (2015) bahwa kekerasan dalam hubungan yang merugikan dalam pacaran dapat diakibatkan oleh pengaruh karakteristik teman sebaya dan keluarga serta motivasi untuk melakukan kekerasan itu sendiri. Oleh karena itu, lingkungan pertemanan pelaku dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya hubungan yang merugikan dalam pacaran.

b. Selingkuh

*Toxic relationship* yang terjadi dalam pacaran salah satunya diakibatkan oleh selingkuh dan kepercayaan yang telah hilang antara pasangan. Ketidaksetiaan dapat menyebabkan rasa tidak aman dan kecurigaan di antara pasangan. Hal ini dapat memicu pertengkaran dan konflik yang berkepanjangan. Ketika seseorang mengetahui atau mendengar bahwa pasangannya selingkuh, rasa frustrasinya dapat diekspresikan dalam bentuk emosi dan kemarahan

terhadap pasangannya. Hal ini akan menyebabkan seseorang berperilaku lebih agresif, dan juga dapat berpengaruh pada perilaku yang tidak terkendali ketika tidak terkendali. Setiap orang mengungkapkan ketidakpuasannya dengan cara yang berbeda-beda, ada yang diam saja, ada pula yang mengungkapkannya dalam bentuk kekerasan, seperti memukul, mencambuk, dan memarahi.

c. Perilaku yang tidak jujur terhadap pacar

Perilaku tidak jujur terhadap pacar juga menjadi salah satu faktor penyebab toxic relationship dalam berpacaran. Ketidakjujuran jenis ini dapat menimbulkan masalah dan konflik dalam hubungan sehingga ketika salah satu pihak tidak mampu lagi menanganinya dapat menimbulkan kekerasan terhadap pasangannya. Pentingnya komunikasi dan komitmen dalam hubungan tidak bisa diabaikan. Ketika salah satu pasangan tidak mampu atau tidak mau berkomunikasi secara terbuka dan jujur, maka hal ini juga bisa memicu toxic relationship.

d. Perasaan Cemburu

Terakhir, kesulitan dalam mengelola emosi seperti rasa cemburu atau kegelisahan dapat memperburuk hubungan. Kedua pasangan harus belajar untuk mengelola emosi mereka



dengan baik agar hubungan tidak menjadi toksik dan merusak hubungan yang sudah terjalin. Orang yang cemburu pada dasarnya adalah orang yang tidak percaya diri, jadi ketika seseorang menyukai dan menerima mereka sebagai pacarnya, mereka mengendalikan pacarnya karena selalu penuh dengan kecemasan dan ketakutan kehilangan cinta pacarnya. Umumnya cinta menghasilkan tindakan yang positif, namun karena cinta didasari oleh rasa posesif, seseorang memiliki kecenderungan untuk mengontrol pacarnya, selalu membatasi pertemanan dengan pacarnya, dan memantau perilaku pacarnya. Seseorang memiliki rasa cemburu yang berlebihan yang bisa membuat hubungan menjadi tidak sehat. Terlebih lagi, rasa posesif yang berlebihan bisa mengarah pada kekerasan dalam hubungan. Misalnya, seseorang yang tidak bisa menerima jika pacarnya berteman dengan orang lain bisa saja menjadi agresif atau memaksa pacarnya untuk memutuskan hubungan dengan teman-temannya. Hal ini tentunya bisa berdampak buruk bagi kesehatan mental maupun fisik pacarnya. Oleh karena itu, penting bagi seseorang untuk mengendalikan rasa posesifnya agar hubungan tetap sehat dan harmonis. Sebaiknya seseorang memahami bahwa pacarnya memiliki kebebasan untuk berteman dengan siapa saja dan melakukan aktivitas yang disukainya selama tidak

bertentangan dengan nilai-nilai yang sudah disepakati bersama.

Hal tersebut didukung oleh pendapat *World Report On Violence And Health* (1999) yang mengatakan terdapat enam faktor yang menyebabkan toxic relationship diantaranya:

1. Factor individual

Faktor individu yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan kekerasan terhadap pasangannya adalah usia muda dan status ekonomi rendah. *Health and Development Study di Dunedin*, Selandia Baru - Dalam studi longitudinal menemukan bahwa seseorang dengan perilaku kekerasan berasal dari keluarga dengan tingkat ekonomi rendah secara umum, potensi akademik rendah atau pendidikan rendah, maka mereka akan melakukan kekerasan dalam pacaran. Selain itu, faktor lain yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan kekerasan terhadap pasangannya adalah pengalaman masa lalu yang traumatis, lingkungan yang kurang stabil, adanya kurangnya pengawasan dan pengarahan dari orang tua atau orang dewasa, serta kecenderungan untuk memperlihatkan dominasi atau kontrol terhadap pasangan. Namun, perlu dicatat bahwa faktor-faktor ini tidak dapat dijadikan alasan untuk melakukan kekerasan dan tindakan tersebut tetaplah sebuah tindakan yang salah dan tidak

dapatdibenarkan.

## 2. Traumatis kekerasan dalam keluarga

Studi yang dilakukan di Brazil, Afrika dan Indonesia menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran cenderung dilakukan oleh laki-laki yang sering mengamati ibu mereka yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga

## 3. Penggunaan alcohol

Individu dalam pengaruh minuman keras akan lebih susah untuk menahan emosi sehingga melakukan toxic relationship terhadap pasangannya. Walaupun pada dasarnya pelaku tidak memiliki kesadaran yang penuh ketika melakukan tindak kekerasan, namun tindakan tersebut tidak bisa dibenarkan.

## 4. Gangguan Kepribadian

Penelitian di Kanada menemukan bahwa pria yang menyerang pasangannya cenderung memiliki ketergantungan emosional, rasa tidak aman dan harga diri rendah, sehingga sulit bagi mereka untuk mengendalikan dorongan batin mereka.

## 5. Faktor dalam hubungan

O'Keffe menyatakan bahwa semakin besar ketidakpuasan dalam hubungan, semakin banyak konflik yang muncul dalam hubungan, makasemakin besar kemungkinan untuk meningkatkan

frekuensi kekerasan dalam hubungan. Hal ini sejalan dengan pendapat Gidyers dalam penelitiannya menunjukkan bahwa semakin lama suatu hubungan berlangsung, semakin besar intensitas kekerasan dalam berpacarandalam hubungan tersebut.

#### 6. Faktor lingkungan

Dengan tingkat ekonomi yang tinggi, masyarakat lebih mampu melindungi diri dari kekerasan yang dialaminya. Padahal kemiskinan tidak selalu meningkatkan kekerasan. Tetapi hidup dalam kemiskinan dapat menyebabkan keputusasaan.

Dari uraian yang telah peneliti sampaikan di atas, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi toxic relationship. Untuk memudahkan pemahaman, peneliti mengklasifikasikan factor – factor tersebut menjadi dua kategori yaitu faktor individu dan faktor lingkungan.

1. Faktor individu yang menyebabkan terjadinya toxic relationship adalah rendahnya pengendalian diri pelaku ketika menghadapi masalah, sehingga memudahkannya untuk melakukan tindakan kekerasan saat menghadapi masalah. Faktor individu ini juga berasal dari pengalaman pola asuh orang tua dalam keluarga, masa lalu mereka, pelaku pernah menjadi korban kekerasan, atau terbiasa dengan perilaku kekerasan di masa kecil. Selain itu, faktor individu lainnya

dapat meliputi kebutuhan kontrol dan dominasi yang berlebihan, rendahnya penghargaan terhadap pasangan, dan adanya gangguan mental seperti kecenderungan narcissistic atau borderline personality disorder. Selain itu, faktor lingkungan seperti budaya yang menormalisasi perilaku kekerasan, stigma terhadap korban atau kekerasan dalam rumah tangga, dan norma sosial yang mendukung ketidakadilan gender juga dapat memperkuat toksisitas dalam hubungan.

2. Faktor lingkungan merupakan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kekerasan. Seperti pengaruh teman sebaya, konsumsi NAZA dapat mengganggu pikiran dan perilaku seseorang sehingga dapat mengganggu pikiran dan perilaku seseorang. Selain itu, lingkungan keluarga yang tidak harmonis, kekerasan yang terjadi di lingkungan sekitar, dan kurangnya pengawasan dan perhatian dari orang tua juga dapat menjadi faktor penyebab kekerasan. Faktor lingkungan yang buruk dapat mempengaruhi pola pikir dan perilaku seseorang sehingga cenderung untuk melakukan kekerasan terhadap orang lain. Oleh karena itu, perlu upaya bersama untuk menciptakan lingkungan yang aman dan harmonis bagi semua orang.

#### 2.2.4.3 Dampak *Toxic Relationship*

Menurut Setyawati (2010) *toxic relationship* menimbulkan dampak baik fisik maupun psikis. Dampak fisik dapat berupa memar, patah tulang dan dapat mengakibatkan cacat permanen. Dampak psikologis berupa patah hati, jatuhnya harga diri, penghinaan, rasa bersalah, ketakutan, kecemasan, ketidakpercayaan diri, tingkat depresi yang lebih tinggi hingga timbulnya pikiran untuk bunuh diri. Pendapat tersebut sejalan dengan pendapat Mufidah (2006) yang mengemukakan bahwa selain trauma psikologis, sebagian besar kasus menunjukkan adanya berbagai perilaku maladaptive, depresi, tekanan emosional, kecemasan, gangguan tidur, kecanduan obat – obatan terlarang dan upaya melukai diri setelah itu bisa menggiring ke arah bunuh diri.

Menurut Arini (2016) pada penelitiannya yang berjudul “Identifikasi kecemasan pada remaja perempuan yang menjadi” korban *emotional abuse* dalam hubungan pacaran. dampak dari *toxic relationship* juga dapat berupa kekhawatiran yang berlebihan sehingga menyebabkan rasa takut untuk mengulangi hal yang sama yang dilakukan sebelumnya karena kejadian buruk yang lalu-lalu akan menyimpannya. *Toxic relationship* berdampak pada tekanan psikologis yang dialami seperti *bullying*, ketidakpercayaan pasangan sehingga hubungan tersebut penuh dengan kecurigaan, isolasi atau pembatasan oleh pasangan, dimana seorang individu memaksa pasangannya untuk tidak berinteraksi dengan lingkungannya, baik dengan teman dan sahabat bahkan keluarga, serta dipermalukan di depan umum, dalam hal ini individu tidak akan ragu untuk memarahi atau memaki pasangannya di tempat umum. Berdasarkan hal tersebut, korban menjadi trauma

untuk menjalin hubungan baru dengan orang lain karena takut pasangannya akan melakukan hal yang sama padanya nanti.

Disisi lain menurut catatan tahunan komisi nasional anti kekerasan terhadap perempuan tahun 2019, dampak yang di dapatkan oleh korban toxic relationship, diantaranya:

1. Gangguan kecemasan dan stress

*Toxic relationship* bisa mengakibatkan gangguan kecemasan dan stress pada korbannya karena adanya pola komunikasi yang tidak sehat, kontrol dan manipulasi yang dilakukan oleh pasangan, serta kerap terjadi kekerasan baik fisik maupun verbal. Hal ini dapat menimbulkan rasa tak aman dan merusak kepercayaan diri korban. Selain itu, menjalani hubungan yang *toxic* juga dapat menguras energi serta waktu korban, sehingga dapat memengaruhi performa dan kinerja dalam aktivitas sehari-hari. Kondisi ini dapat menimbulkan perasaan frustrasi dan putus asa pada korban dan membuatnya sulit untuk meraih kebahagiaannya.

2. Mempunyai masalah kepercayaan

Ketika seseorang terjebak dalam *toxic relationship*, banyak dampak buruk secara fisik dan mental yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang. Perilaku pasangan yang abusive secara mental maupun fisik bahkan seringkali membuat korban merasa tertekan dan terpojok hingga tidak memiliki pilihan untuk bisa

menentukan pilihan terbaiknya karena harus dipaksa menurut pasangan. Paksaan, ancaman, dan perilaku beracun yang terus diterima lambat laun bisa mengikis tingkat kepercayaan diri -baik pada dirinya sendiri maupun ketika berinteraksi dengan orang lain.

### 3. Kesehatan mental yang terganggu

Menurut Fuller (2000), perubahan negatif yang terjadi pada kesehatan mental dan harga diri seseorang juga merupakan tanda. Perubahan yang terjadi dapat berupa kondisi seperti depresi, kecemasan, gangguan makan, hingga ketidaknyamanan berada di sekitar pasangan. Perubahan seperti ini harus disadari sebelum seseorang merasa terbiasa dengan keadaan yang merugikan diri mereka sendiri

### 4. Gangguan dalam kehidupan sehari – hari

Secara tidak langsung, keterpurukan dalam hubungan berpasangan yang dialami korban toxic relationship bisa mempengaruhi aktivitas korbannya dalam bertindak. Hal ini karena korban toxic relationship cenderung mengalami perasaan yang tidak stabil dan sulit untuk berkonsentrasi pada pekerjaan atau aktivitas yang sedang dilakukan. Selain itu, korban juga dapat mengalami tekanan emosional yang berat dan merasa kelelahan secara fisik dan mental. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka waktu yang lama, dapat membuat



korban merasa tidak produktif dan tidak mampu mencapai tujuan yang diinginkan. Selain itu, korban juga dapat kehilangan harga diri dan merasa tidak berdaya dalam menghadapi masalah yang dihadapi.

## 5. Trauma

Trauma adalah salah satu dampak yang paling banyak dialami oleh korban dari toxic relationship. Tidak heran apabila terdapat korban yang depresi hingga takut mengenal orang baru, dan membuat pikirannya terpecah dan membatasi diri dari orang baru karena takut mengulangi aktifitas toxic dalam hubungannya lagi.

Hal ini berkesinambungan dengan yang telah di paparkan Safitri dan Sama'i (2013) dalam penelitiannya, mereka memaparkan terdapat 4 (empat) macam bentuk dari dampak toxic relationship pada korbannya, diantaranya:

### 1. Dampak Psikologis

Lahirnya rasa kebencian pada lawan jenis pada korban. Karena korban melihat lawan jenis sama dengan pelaku, korban menjadi khawatir dan tidak dapat menjalin hubungan baru dengan orang lain. *Toxic relationship* ditandai dengan berbagai gejala psikologis, seperti kesulitan tidur, kecemasan, kecemasan, dan perasaan tidak berharga dan tidak berguna.

## 2. Dampak seksual

Menurut WHO (2013), kekerasan seksual telah meningkatkan prevalensi penyebaran *Human Immunodeficiency Viruses* (HIV) dan Penyakit Menular Seksual (PMS) secara global. Penyakit ini disebabkan oleh infeksi kontak langsung dengan hubungan seksual antara pelaku dan korban yang dilakukan secara paksa dan tanpa menggunakan alat kontrasepsi.

## 3. Dampak Fisik

Menurut Slabbert and Green (2013), dampak fisik yang terjadi pada korban kekerasan fisik yang terjadi pada toxic relationship dapat berupa luka fisik, seperti memar, luka bakar, dan luka tusuk. Selain bagian luar tubuh, kekerasan jenis ini bahkan dapat menimbulkan luka pada tubuh bagian dalam, seperti retak dan patah tulang.

## 4. Dampak sosial

Dampak sosial korban kekerasan dilemahkan karena korban diberi keterbatasan dan pembatasan yang diberikan pelaku pada korban dalam hubungan tersebut. Korban tidak diperbolehkan berhubungan dengan

orang lain oleh pelaku, sehingga pelaku dapat memiliki akses tak terbatas ke media sosial korban dan memisahkan korban dari orang-orang terdekatnya. Hal ini juga membuat korban dari *toxic*

*relationship* sulit mempercayai orang lain sehingga mereka merasa cemas dan enggan menjalin hubungan baru dengan orang lain.

## **2.3 Kerangka Teoritis**

### **2.3.1 Teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientations* (FIRO)(Willian C. Schultz)**

Peneliti menggunakan teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientations* (Orientasi Dasar dari Hubungan-hubungan Antarpribadi). Atau disebut juga 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.

Menurut Schultz Gagasan pokoknya adalah bahwa setiap orang mengorientasikan dirinya kepada orang lain dengan cara-cara tertentu, dan caranya yang khas ini merupakan faktor utama yang memengaruhi tingkah lakunya dalam hubungan interpersonal. Teori FIRO secara singkatnya yaitu pola hubungan antarindividu yang pada umumnya dengan tiga kebutuhan

antarpribadi: inklusi, kontrol, dan afeksi. Diantaranya:

#### 4. Inklusi

Inklusi adalah rasa ikut saling memiliki dalam suatu situasi kelompok yang didasari oleh hubungan memuaskan dengan orang lain. Yang termasuk dalam inklusi beraneka ragam, mulai dari interaksi intensif sampai pengucilan diri sepenuhnya (Ardiatama D.A. (2019)). Misalnya, hubungan pasangan pacaran bisa bersifat positif, ketika pihak salah satu pasangan terintegrasi dengan baik pada hubungannya. Sebaliknya, pada hubungan romantis bisa bersifat negatif ketika satu pihak pasangan merasa tertekan dan merasa tidak aman di suatu hubungan tersebut, hal itu karena tak mampu berinklusi. Berikut merupakan tipe-tipe perilaku inklusi yang biasa ditemui: undersocial behaviour (perilaku kurang sosial), oversocial behaviour (perilaku terlalu sosial), dan social behaviour (perilaku sosial).

#### 5. Kontrol

Kontrol adalah kebutuhan membuat keputusan dalam hubungan antarpribadi, yang didasari oleh keinginan untuk menjaga dan mempertahankan hubungan memuaskan dengan orang lain terkait dalam wewenang serta kekuasaan. Kontrol dilakukan secara variatif dari terlalu disiplin atau ketat sampai terlalu bebas atau tidak disiplin. Tipe-tipe perilaku kontrol terdiri

dari beberapa macam, yakni: perilaku abdikrat, perilaku otokrat, perilaku demokrat, dan dua perilaku patologis (psikopat serta ketaatan obsesif). Hubungan control pada pasangan pacaran juga bervariasi dari perilaku yang menghambat (salah satu pihak pasangan terlalu mengontrol dan mendominasi hubungan romantic yang dia jalani) sampai perilaku yang memberikan kebebasan yang berlebihan (salah satupihak pasangan tidak terlalu memperhatikan dan mengekang kegiatan pasangan). Dalam hubungan pacaran yang sehat, kontrol harus dilakukan secara seimbang dan saling menghargai, agar hubungan dapat tumbuh dengan baik dan saling memenuhi kebutuhan masing-masing individu. Keseimbangan kontrol juga harus selalu dipertahankan dalam hubungan yang lebih jangka panjang seperti pernikahan, agar tidak terjadi ketidakpuasan dan masalah dalam hubungan.

## 6. Afeksi

Afeksi adalah kebutuhan mengembangkan keterikatan emosional dengan orang lain yang didasari oleh hasrat untuk mencintai dan dicintai. Ekspresi tingkah lakunya bisa positif (bervariasi dari terkesan sampai cinta) dan bisa juga negatif (bervariasi dari ketidaksenangan sampai benci). Sama seperti dua kebutuhan interpersonal sebelumnya, afeksi juga memiliki tipe-tipe perilaku, yakni: underpersonal behaviour (perilaku kurang pribadi), overpersonal behaviour (perilaku terlalu pribadi),

personal behaviour (perilaku pribadi), dan perilaku patologis afeksi (psikoneurosis). Contoh afeksi pada hubungan romantis bisa terjadi secara positif maupun negative. Perasaan kecemasan seperti selalu tidak percaya pada pasangannya takut tidak disenangi lagi dan ditinggalkan pasangan. Perilaku – perilaku untuk mengurangi kecemasan

tersebut bisa berupa terus memantau aktivitas pasangan, meminta konfirmasi tentang cinta secara berlebihan, atau menuntut perhatian yang berlebihan. Namun, afeksi juga bisa positif, seperti mengungkapkan perasaan cinta dengan tulus dan menerima pasangan dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dari tipe-tipe perilaku dalam kebutuhan antarpribadi di atas, Schutz menyimpulkan postulat yang ia jadikan dasar, yaitu bahwa semua individu memiliki kebutuhan untuk inklusi, kontrol, dan afeksi dalam hubungan interpersonal. Dan bahwa individu tersebut akan berperilaku sesuai dengan kebutuhan yang paling dominan pada saat itu.

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.

#### **2.4 Kerangka Pemikiran**

Kerangka pemikiran adalah narasi atau pernyataan tentang kerangka konsep pemecahan masalah yang telah diidentifikasi atau dirumuskan. Kerangka berfikir atau kerangka pemikiran dalam sebuah penelitian kualitatif sangat menentukan proses penelitian secara keseluruhan. Melalui uraian dalam kerangka berfikir, peneliti dapat menjelaskan secara komprehensif variabel-variabel apa saja yang diteliti dari teori apa variabel-variabel tercantum di dalam rumusan masalah dan diidentifikasi masalah semakin jelas asal-usulnya. Menurut Uma Sekaran dalam Sugiyono (2011, hlm.60) mengemukakan bahwa “kerangka berfikir merupakan

model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai factor yang telah diidentifikasi sebagai hal yang penting jadi dengan demikian maka kerangka berfikir adalah sebuah pemahaman yang melandasi pemahaman pemahaman yang lainnya, sebuah pemahaman yang paling mendasar dan menjadi pondasi bagi setiap pemikiran atau suatu bentuk proses dari keseluruhan dari penelitian yang akan dilakukan”. (Sugiyono, 2011, hlm.60)

Dalam kerangka berfikir penelitian ini menggunakan teori fundamental interpersonal relationship orientations (FIRO) (William C. Schultz) menurut teori ini, membahas perbedaan-perbedaan dalam kebutuhan interpersonal ini dan bagaimana perbedaan-perbedaan tersebut dapat memengaruhi hubungan antarindividu dalam konteks sebuah hubungan dalam pacaran. Kerangka berfikir dalam penelitian ini juga memperhatikan hubungan antara *toxic relationship* yang terjadi pada hubungan pacaran dengan kebutuhan interpersonal pada hubungan tersebut.

Selain teori FIRO, penelitian ini juga menggunakan konsep *toxic relationship* yang merupakan hubungan yang merusak dan bersifat destruktif. Dalam kerangka berfikir ini, peneliti akan menjelaskan bagaimana *toxic relationship* dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan interpersonal pada hubungan pacaran. Dalam penelitian ini, *toxic relationship* dapat diakibatkan oleh beberapa faktor seperti ketidakjelasan status hubungan, ketidakseimbangan kekuasaan, dan perilaku yang tidak sehat.



Selain itu, kerangka berfikir dalam penelitian ini juga akan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi hubungan pacaran seperti komunikasi, kepercayaan, dan dukungan sosial. Melalui kerangka berfikir ini, peneliti dapat menguji hipotesis dan menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan, sehingga dapat memberikan kontribusi penting dalam dunia akademik maupun praktis.

**Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Pemikiran**

