

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Komunikasi merupakan salah satu kebutuhan mendasar manusia yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari. Sebagai makhluk sosial, manusia selalu berinteraksi dengan individu lain untuk menyampaikan informasi, pikiran, gagasan, perasaan, maupun membangun hubungan interpersonal. Melalui komunikasi yang efektif, seseorang dapat menciptakan hubungan yang harmonis, saling memahami, serta membangun kepercayaan dengan orang lain. Sebaliknya, komunikasi yang dilakukan dengan cara negatif, seperti menyalahkan, merendahkan, memanipulasi, mengontrol, maupun mengintimidasi, dapat menimbulkan konflik dan memberikan dampak buruk terhadap kondisi psikologis seseorang.

Dalam hubungan interpersonal, komunikasi menjadi faktor yang sangat menentukan kualitas suatu hubungan. Hubungan yang sehat dibangun melalui komunikasi yang terbuka, jujur, saling menghargai, dan penuh empati. Namun, pada kenyataannya tidak semua hubungan interpersonal berkembang secara sehat. Salah satu fenomena yang semakin banyak diperbincangkan dalam beberapa tahun terakhir adalah *toxic relationship*. *Toxic relationship* merupakan hubungan yang ditandai oleh adanya pola perilaku yang merugikan salah satu pihak, baik secara emosional, psikologis, maupun sosial. Bentuk perilaku tersebut dapat berupa komunikasi agresif,

manipulasi emosional (emotional manipulation), gaslighting, penghinaan, ancaman, sikap posesif, hingga pengendalian terhadap kehidupan pasangan. Pola komunikasi yang demikian menyebabkan hubungan kehilangan fungsi utamanya sebagai sarana membangun pengertian dan justru menjadi sumber tekanan bagi individu.

Fenomena *toxic relationship* banyak ditemukan pada kelompok dewasa awal, termasuk mahasiswa. Masa perkuliahan merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya kebutuhan untuk menjalin hubungan sosial dan hubungan romantis yang lebih serius. Pada fase ini mahasiswa sedang berada dalam proses pembentukan identitas diri, kemandirian, serta kematangan emosional. Akan tetapi, pengalaman yang masih terbatas dalam membangun hubungan interpersonal sering kali menyebabkan mahasiswa sulit mengenali ciri-ciri hubungan yang sehat dan hubungan yang bersifat toxic. Akibatnya, tidak sedikit mahasiswa yang menganggap perilaku mengontrol, cemburu berlebihan, membatasi pergaulan, atau merendahkan pasangan sebagai bentuk perhatian, padahal perilaku tersebut merupakan indikator hubungan yang tidak sehat.

Fenomena tersebut juga didukung oleh berbagai penelitian di Indonesia. Penelitian mengenai *Toxic relationship in Emerging Adulthood* menunjukkan bahwa persoalan hubungan romantis yang bersifat toxic merupakan salah satu perhatian utama pada kelompok dewasa awal. Penelitian tersebut mengidentifikasi bahwa hubungan toxic memberikan berbagai dampak negatif, seperti menurunnya kualitas hubungan

interpersonal, munculnya tekanan psikologis, serta kesulitan dalam mengelola konflik. Selain itu, penelitian lain mengenai dinamika psikologis mahasiswa yang mengalami *toxic relationship* menemukan bahwa mahasiswa yang berada dalam hubungan toxic cenderung mengalami kecemasan, overthinking, penurunan harga diri, dan tekanan emosional yang memengaruhi kehidupan akademik maupun sosial mereka.

Salah satu faktor yang berperan penting dalam *toxic relationship* adalah gaya komunikasi yang digunakan oleh individu dalam hubungan tersebut. Menurut teori gaya komunikasi yang dikemukakan oleh Robert W. Norton (1978), gaya komunikasi merupakan cara khas seseorang dalam menyampaikan pesan kepada orang lain yang tercermin melalui sikap, perilaku, serta karakteristik komunikasi tertentu. Dalam hubungan yang bersifat toxic, gaya komunikasi umumnya ditunjukkan melalui perilaku agresif, manipulatif, dominan, menyalahkan pasangan, memberikan kritik secara berlebihan, maupun mengendalikan perilaku pasangan. Pola komunikasi tersebut dapat menghambat terciptanya hubungan yang sehat karena komunikasi tidak lagi digunakan sebagai media untuk membangun pengertian, tetapi menjadi alat untuk memperoleh kekuasaan dan kontrol terhadap orang lain.

Dampak dari gaya komunikasi dalam *toxic relationship* tidak hanya memengaruhi kualitas hubungan interpersonal, tetapi juga dapat memengaruhi kecerdasan emosional individu. Menurut Daniel Goleman (1995), kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam

mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain (empati), serta membina hubungan sosial secara efektif. Kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam membantu individu menghadapi tekanan, menyelesaikan konflik, mengambil keputusan secara rasional, serta menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosinya, berpikir secara objektif, serta memberikan respons yang tepat terhadap berbagai situasi yang dihadapi.

Sebaliknya, komunikasi yang dipenuhi oleh kritik, penghinaan, manipulasi, ancaman, maupun gaslighting dapat memengaruhi kemampuan individu dalam mengenali dan mengelola emosinya. Individu yang terus-menerus menerima komunikasi negatif berpotensi mengalami penurunan kepercayaan diri, kesulitan mengendalikan emosi, mudah tersinggung, kehilangan motivasi, serta mengalami hambatan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kualitas komunikasi dalam suatu hubungan memiliki keterkaitan yang erat dengan perkembangan kecerdasan emosional seseorang.

Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Pasundan merupakan kelompok yang mempelajari teori dan praktik komunikasi secara akademis, termasuk komunikasi interpersonal. Pengetahuan tersebut diharapkan mampu membentuk kemampuan berkomunikasi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Namun demikian, pemahaman teoritis mengenai komunikasi belum tentu diikuti oleh kemampuan dalam

membangun hubungan interpersonal yang sehat. Mahasiswa tetap memiliki kemungkinan mengalami *toxic relationship* yang ditandai dengan pola komunikasi negatif, sehingga kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat.

Berdasarkan hasil penelusuran penelitian terdahulu, sebagian besar penelitian mengenai *toxic relationship* lebih banyak mengkaji pengaruhnya terhadap kesehatan mental, stres, kecerdasan psikologis, maupun resiliensi korban. Sementara itu, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kecerdasan emosional mahasiswa, khususnya pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 Universitas Pasundan, masih sangat terbatas. Kondisi ini menunjukkan adanya research gap, yaitu belum banyak penelitian yang menghubungkan konsep gaya komunikasi menurut Norton dengan kecerdasan emosional menurut Goleman pada konteks mahasiswa Ilmu Komunikasi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kecerdasan emosional mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu komunikasi, khususnya dalam kajian komunikasi interpersonal, tetapi juga menjadi masukan bagi mahasiswa dan pihak universitas dalam meningkatkan kesadaran mengenai

pentingnya membangun pola komunikasi yang sehat sebagai upaya mengembangkan kecerdasan emosional dan mencegah dampak negatif dari *toxic relationship*. Dengan demikian, penelitian ini memiliki urgensi yang kuat baik dari sisi akademis maupun praktis, mengingat meningkatnya perhatian terhadap isu kesehatan psikologis dan kualitas hubungan interpersonal di kalangan mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Bedasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Seberapa besar Pengaruh Gaya Komunikasi *toxic relationship* Terhadap Kecerdasan Emosional Mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?”

1.3 Identifikasi Masalah

Bedasarkan uraian pada latar belakang di atas, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Seberapa besar pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengenali emosi diri pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?
- 2) Seberapa besar pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?

- 3) Seberapa besar pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam memotivasi diri pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?
- 4) Seberapa besar pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengenali emosi orang lain (empati) pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?
- 5) Seberapa besar pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam membina hubungan sosial pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?
- 6) Seberapa besar pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kecerdasan emosional Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan?

1.4 Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1.4.1 Tujuan Penelitian

Bedasarkan identifikasi masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk mengetahui besarnya pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengenali emosi diri pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.

- 2) Untuk mengetahui besarnya pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.
- 3) Untuk mengetahui besarnya pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam memotivasi diri pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.
- 4) Untuk mengetahui besarnya pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengenali emosi orang lain (empati) pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.
- 5) Untuk mengetahui besarnya pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kemampuan mahasiswa dalam membina hubungan sosial pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.
- 6) Untuk mengetahui besarnya pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kecerdasan emosional Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.

1.4.2 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan berguna untuk memperluas pemahaman kita. Berkaitan dengan judul penelitian, maka penelitian ini menjadi kegunaan teoritis dan kegunaan praktis, yang secara umum mampu

memberikan manfaat terhadap gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kecerdasan emosional mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan.

1.4.2.1 Kegunaan Teoritis

- 1) Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu komunikasi, khususnya dalam kajian komunikasi interpersonal yang berkaitan dengan gaya komunikasi dalam *toxic relationship* serta pengaruhnya terhadap kecerdasan emosional mahasiswa.
- 2) Memperkaya kajian teoritis mengenai Teori Gaya Komunikasi (*Communication style Theory*) yang dikemukakan Robert W. Norton (1978), khususnya dalam menjelaskan bagaimana karakteristik gaya komunikasi dalam hubungan interpersonal dapat memengaruhi aspek psikologis individu.
- 3) Memperkuat penerapan Teori Kecerdasan Emosional (*Emotional intelligence Theory*) yang dikemukakan oleh Daniel Goleman (1995), terutama dalam menjelaskan pengaruh gaya komunikasi terhadap kemampuan individu dalam mengenali emosi diri (*self-awareness*), mengelola emosi (*self-regulation*), memotivasi diri (*self-motivation*), mengenali emosi orang lain (*empathy*), dan membina hubungan sosial (*social skills*).
- 4) Memberikan bukti empiris mengenai pengaruh gaya komunikasi dalam *toxic relationship* terhadap kecerdasan emosional mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 di Universitas Pasundan, sehingga dapat memperkaya literatur ilmiah dalam bidang komunikasi interpersonal.

- 5) Menjadi referensi akademik bagi mahasiswa, dosen, maupun peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian mengenai gaya komunikasi, *toxic relationship*, dan kecerdasan emosional, baik dengan objek penelitian, variabel, maupun pendekatan penelitian yang berbeda.
- 6) Menambah khasanah penelitian di bidang Ilmu Komunikasi, khususnya yang mengkaji hubungan antara komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional pada mahasiswa, sehingga dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang lebih mendalam dan komprehensif.

1.4.2.2 Kegunaan Praktis

Selain sumbangan teoritis, penelitian ini juga memiliki nilai praktis yang penting bagi berbagai pihak, khususnya mahasiswa, pendidik, dan praktisi komunikasi.

1) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, serta pengalaman peneliti dalam menerapkan teori-teori Ilmu Komunikasi, khususnya mengenai gaya komunikasi dalam *toxic relationship* dan kecerdasan emosional ke dalam penelitian ilmiah. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kemampuan peneliti dalam menyusun karya ilmiah, melakukan pengumpulan data, mengolah data menggunakan metode kuantitatif, serta menganalisis pengaruh antarvariabel berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh.

2) Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran

mahasiswa mengenai pentingnya membangun pola komunikasi yang sehat dalam hubungan interpersonal maupun hubungan romantis. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi bagi mahasiswa untuk lebih mengenali karakteristik *toxic relationship* serta memahami pentingnya mengembangkan kecerdasan emosional, seperti kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, berempati, dan membangun hubungan sosial yang positif sehingga mampu menciptakan hubungan yang sehat dan saling menghargai.

3) Bagi Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Pasundan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan referensi bagi Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Pasundan dalam mengembangkan kegiatan akademik maupun nonakademik yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal, kesehatan hubungan, dan pengembangan kecerdasan emosional mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi dalam penyusunan program edukasi, seminar, pelatihan, atau kegiatan pembinaan mahasiswa yang bertujuan meningkatkan kualitas komunikasi serta membangun hubungan interpersonal yang sehat di lingkungan kampus.

4) Bagi Masyarakat Umum dan Pemerhati Hubungan Interpersonal

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gaya komunikasi yang sehat dalam membangun hubungan, baik romantis, pertemanan, maupun profesional. Pemahaman ini diharapkan dapat mengurangi kecenderungan perilaku komunikasi yang merusak serta

mendorong terciptanya hubungan yang saling menghargai dan mendukung kecerdasan emosional.