



Toxic Relationship pada Remaja yang Berpacaran

Christabella Girsang^{1*}, Kamsih Astuti²

Universitas Mercu Buana Yogyakarta
Bellagirsang2@gmail.com

Abstrak

Kasus *toxic relationship* pada remaja sering mengakibatkan munculnya trauma, stres, depresi, kecemasan, hingga bunuh diri pada korban. Remaja dengan hubungan pacaran yang bertahan dalam *toxic relationship*, dapat mempengaruhi kondisi mental dan psikis serta tingkah lakunya sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *toxic relationship* pada remaja yang berpacaran di Kabupaten Sleman Yogyakarta. Partisipan dalam penelitian merupakan dua remaja putri korban *toxic relationship* yang berusia 21 tahun. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Validitas dalam penelitian ini menggunakan triangulasi data yaitu dengan menggunakan *multimethode* seperti wawancara dan observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua partisipan yang sedang mengalami hubungan yang toxic mengalami beberapa bentuk kekerasan dalam pacaran, terdapat faktor yang mendukung partisipan bertahan dalam hubungan yang *toxic*, hingga dampak yang timbul dari *toxic relationship*. Masih adanya rasa sayang, cinta, serta takut kehilangan pasangan merupakan salah satu alasan untuk bertahan di dalam hubungan yang *toxic*. Kedua partisipan memiliki respon yang berbeda dalam menghadapi hubungannya yang *toxic*.

Kata Kunci: Hubungan toxic, kekerasan, remaja, pacaran.

Abstract

Cases of toxic relationships in teenagers often result in trauma, stress, depression, anxiety, and even suicide in the victim. Adolescents who are in a relationship that stays in a toxic relationship can affect their mental and psychological condition as well as their daily behavior. This research aims to determine the description of toxic relationships among teenagers who are dating in Sleman Regency, Yogyakarta. Participants in the research were two young women who were victims of toxic relationships aged 21 years. This type of research is qualitative using a case study approach method. Validity in this research uses data triangulation, namely by using multimethods such as interviews and observations. The results of this research show that the two participants who were experiencing a toxic relationship experienced several forms of violence in dating, there were factors that supported the participants in staying in a toxic relationship, as well as the impacts arising from the toxic relationship. Still feeling affection, love, and fear of losing your partner are one of the reasons for staying in a toxic relationship. The two participants had different responses in dealing with their toxic relationship.

Keywords: Toxic Relationship, violence, teenagers, dating.

PENDAHULUAN

Kerap terjadi kasus *toxic relationship* pada remaja yang mengakibatkan dirinya menjadi trauma, stres, depresi, kecemasan, hingga bunuh diri (Rini, 2022). Remaja dengan kondisi seperti ini yang terus-menerus mendapatkan dampak negatif dari *toxic relationship*, dapat mempengaruhi kondisi mental dan psikisnya dalam setiap perkembangan kehidupan tingkah lakunya sehari-hari. *Toxic Relationship* termasuk ke dalam hubungan yang tidak menyenangkan dengan membuat seseorang merasa lebih buruk. Bentuk-bentuk *toxic relationship* dapat berupa kekerasan verbal dan emosional.

Kekerasan ini terbagi menjadi tiga tahapan yaitu, tingkat pertama berupa perilaku secara verbal yang mengganggu baik secara langsung maupun melalui alat komunikasi, memberikan tekanan, menuduh atau berkata tidak pantas. Tingkat kedua merupakan kekerasan seksual baik berupa bujukan, rayuan, janji manis, atau kekerasan seperti pemerkosaan. Tingkat ketiga yaitu kekerasan fisik, terjadi pada individu yang memiliki masalah keluarga, konflik fisik dan penyiksaan seperti memukul, menendang, atau mendorong (Susanti, Tina, & Dahlia, 2022).

Kekerasan dalam berpacaran sendiri juga meliputi kekerasan emosional (*Emotional Abuse*) yang dimana adanya perilaku ancaman yang dilakukan terhadap pacarnya dengan perkataan maupun mimik wajah, selanjutnya kekerasan fisik (*Physical Abuse*) adanya perilaku yang mengakibatkan pasangan terluka secara fisik akibat dari tindakan memukul, menampar, dan menendang, serta kekerasan seksual (*Sexual Abuse*) adanya pemaksaan dalam melakukan hubungan seksual walaupun pasangannya tidak menghendaknya (Zahra & Yanuvianti, 2017). Faktanya bahwa dalam pacaran kekerasan tidak hanya dialami dan dirasakan oleh perempuan. Meskipun tidak sebanyak perempuan, pria juga dapat menjadi korban dari kekerasan.

Berdasarkan CATAHU Komnas Perempuan pada tahun 2023 mencatat bahwa kekerasan oleh mantan pacar menjadi kasus kekerasan terhadap perempuan yang tertinggi. Dengan rincian tercatat ada sebanyak 713 kasus kekerasan mantan pacar disusul dengan kekerasan dalam pacaran 422 kasus. Komnas Perempuan juga menuturkan bahwa korban dengan rentang usia 16 - 24 tahun umumnya mengalami kekerasan oleh mantan pacar dan kekerasan dalam pacaran. Lembaga Perlindungan Perempuan dan Anak Korban Kekerasan di Yogyakarta pada periode Juli-Agustus 2021 menyebutkan ada korban pelecehan seksual 35 kasus, kekerasan dalam pacaran 34 kasus, dan korban pemerkosaan 8 kasus. Fakta tersebut tentu saja mengerikan untuk kita dengar, hal yang sama juga terjadi di Indonesia. Sayangnya, masyarakat Indonesia kurang peduli dengan kasus kekerasan dalam hubungan pacaran. Dari data tersebut, dapat kita lihat bahwa *toxic relationship* di dalam sebuah hubungan pacaran masih banyak terjadi di Indonesia yang menyebabkan konflik batin yang akan mengarah kepada depresi, kecemasan, hingga bunuh diri. Hubungan yang beracun menghasilkan efek psikologis yang berat kepada korbannya.

Penelitian ini juga memiliki urgensi yang cukup penting untuk dibahas karena dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bentuk-bentuk *toxic relationship* pada remaja yang berpacaran, faktor-faktor penyebab terjadinya *toxic relationship*, serta dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. Selain itu, penelitian ini membahas tentang pengalaman responden yang mengalami hubungan yang *toxic* dengan pasangannya. Penelitian ini harapannya dapat memberikan bantuan psikoedukasi atau wawasan untuk meningkatkan *awareness* kepada para remaja guna bentuk adanya rasa prihatin, terhadap maraknya *toxic relationship* yang terjadi di seluruh kalangan terkhusus di kalangan remaja. *Toxic relationship* rentan dialami oleh remaja yang memicu penyakit psikologis karena adanya penerimaan emosi yang negatif dalam hubungan pacaran yang dialaminya (Sari, 2018)

Maka dari itu, terdapatnya dampak pada korban yang mengalami hubungan *toxic relationship* pada remaja yang berpacaran yang membuat peneliti tertarik melakukan penelitian sehingga dapat disimpulkan rumusan masalah sebagai berikut, Bagaimana gambaran secara mendalam tentang *toxic relationship* yang dialami remaja yang berpacaran?

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Sehubungannya dengan judul sang peneliti yaitu memberikan gambaran menyeluruh tentang suatu masalah *toxic relationship* yang terjadi dikalangan remaja saat ini. Maka, peneliti mempunyai alasan mengapa digunakannya metode penelitian kualitatif karena metode kualitatif menggunakan metode yang detail dan rinci mengenai suatu permasalahan yang ada (Pratchett, 1999). Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus (*case studies*). Peneliti menggunakan pendekatan studi kasus karena dapat menyelidiki dan

memaparkan suatu kasus atau permasalahan secara mendalam juga menyeluruh (Prameswari & Nurchayati, 2021). Studi kasus bertujuan untuk menyelidiki masalah-masalah atau fenomena secara intens, menyeluruh, terperinci serta mendalam (Nandiyah, 2010).

Partisipan dalam penelitian ini adalah dua remaja putri yang mengalami *toxic relationship* pada hubungan pacarannya. Partisipan penelitian dipilih secara purposive sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan remaja akhir yang berusia 21 tahun, sedang berpacaran dan mengalami hubungan yang *toxic* dengan pasangannya, seperti adanya tindak kekerasan secara fisik, verbal, dan emosional. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari wawancara mendalam, observasi selama wawancara berlangsung, serta observasi diluar wawancara. Adapun data sekunder dengan menggunakan studi kepustakaan yang bersumber dari jurnal, dan e-book. Panduan wawancara disusun melauli proses *professional judgement* dari ahlinya. Wawancara dilaksanakan pada tanggal 5 November 2023 hingga 6 November 2023 dan observasi dilakukan pada tanggal 16 November 2023 hingga 18 November 2023. Verifikasi data dilakukan dengan alat perekam suara dan alat tulis untuk mencatat dan merekam segala aktivitas atau percakapan selama wawancara dilaksanakan. Hasilnya menunjukkan bahwa hasil wawancara pada partisipan didukung dengan hasil observasinya.

HASIL

Kekerasan tidak mengenal strata sosial dan status hubungan, baik dalam hubungan pernikahan maupun hubungan pacaran (Nurislami & Hargono, 2014). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan. Peneliti melakukan wawancara dan observasi lapangan terhadap kedua partisipan remaja yang sedang mengalami *toxic relationship*. Kedua partisipan memiliki latar belakang kisah hidup yang berbeda namun keduanya sama-sama sedang mengalami hubungan yang *toxic*. Berikut ringkasan hasil *toxic relationship* pada partisipan AP dan DL.

Table 6. Ringkasan Bentuk *Toxic Relationship*

Tema	AP	DL
Perilaku Kasar	<ul style="list-style-type: none">● <i>Overthinking</i> (Selalu berfikir bahwa AP akan selingkuh dari pasangannya)● <i>Overprotective</i> (Harus memberikan <i>share lok</i> terhadap pasangan)● Suka mengatur cara berpakaian AP● Sering memberikan ancaman kepada AP● Cemburuan● Suka mengajak ribut atau berantam	<ul style="list-style-type: none">● Sering berbicara kasar (Lonte)● Sering berbicara kotor (Anjing, babi)● <i>Playing victim</i>● Sering mengatur DL (Dilarang boncengan dengan lawan jenis)● <i>Overprotective</i>● <i>Overthinking</i>● Sering memberikan perilaku kekerasan fisik terhadap DL (ditendang, dicubit, dipijak, dan ditampar)● Sering morotin uang DL



		<ul style="list-style-type: none">• Suka ngeblokir sosial media ketika sedang marahan• Sering mengungkit masalah masa lalu• Pasangan DL tidak mau memberikan uang kepada DL (Pelit)• Suka ngajak berantam
Perilaku Baik	<ul style="list-style-type: none">• Sering memberikan uang kepada AP• Sering membelikan makanan dan barang kepada AP• Terkadang pasangan mau membantu AP dalam pengerjaan tugas kuliah AP• Pasangan mau Memberikan hadiah kepada AP disaat AP mendapatkan pencapaian saat ada kemajuan• Mau mendukung akademik partisipan AP	<ul style="list-style-type: none">• Enak diajak untuk bercerita• Mendukung akademik DL• Mau menjaga DL dimana pun itu berada
Komunikasi saat sedang bersama	<ul style="list-style-type: none">• Baik, aman, dan lancar• Saat berkomunikasi, pasangan AP mau menatap AP dengan baik	<ul style="list-style-type: none">• Baik-baik saja kalau sedang baik• Normal• Nyambung ketika di ajak berbicara
Komunikasi saat sedang tidak bersama	<ul style="list-style-type: none">• Selalu ribut• Komunikasi tidak sama seperti saat sedang bersama AP	<ul style="list-style-type: none">• Tidak baik• Suka ngeblokir sosial media DL ketika sedang berjauhan
Emosional	<ul style="list-style-type: none">• Suka marah, namun marah pasangan AP hanya diam saja• Ketika emosional pasangan AP sudah tidak terbendung, pasangannya akan marah-marah dan mulai berbicara kepada AP	<ul style="list-style-type: none">• Suka ngomong kasar, dan bermain fisik setiap kali ingin melampiaskan emosionalnya terhadap DL

	<ul style="list-style-type: none">● Suka mengungkit masalah yang lalu● Tidak ada emosional yang menyakiti fisik● Ketika sedang bersama dengan pasangan, perasaan AP biasa saja● Ketika sedang tidak bersama dengan pasangan, perasaan AP tidak baik-baik saja.	
--	---	--

Pernyataan dari kedua partisipan memberikan gambaran bahwa memang adanya bentuk-bentuk kekerasan yang terjadi terhadap kedua partisipan. Partisipan AP bercerita mengenai bagaimana dirinya bisa menjadi korban dalam hubungan yang *toxic*. AP bercerita tentang pasangannya yang selalu tidak baik kepada dirinya ketika AP dan pasangannya sedang berjauhan. Namun ketika sedang bersama-sama, pasangannya baik-baik saja kepada dirinya, bahkan AP dan pasangannya selalu *oversharing* ketika sedang bersama. AP tidak tahu apa yang membuat pasangannya selalu begitu kepada AP. Pasangan AP begitu terlalu *overthinking* kepada AP setiap kali AP jauh dari pacarnya. Padahal, AP merasa bahwa dirinya tidak melakukan apa-apa diluar sana, namun pasangannya selalu beranggapan buruk kepada AP bahwa AP akan melakukan hal-hal yang tidak disukai oleh pasangannya seperti, menggoda laki-laki lain, dekat dengan laki-laki lain, atau lain sebagainya, yang pada akhirnya membuat AP selalu dikekang oleh pacarnya setiap kali AP hendak pergi keluar bersama teman-temannya. AP juga bercerita bahwa setiap kali mereka berjauhan atau sedang tidak bersama, AP dan pacarnya selalu ribut, ada aja hal yang diributkan diantara mereka berdua. Berikut pernyataan partisipan saat diwawancara sebagai berikut.

“Jadi lebih gak aman itu karena dia langsung ngira aku melakukan hal-hal yang dia larang. Seolah-olah kayak aku melakukan... di godain cowok, (Hmm) atau aku yang menggodain cowok seperti itu. Itu overthinking dialah terhadap aku kalau misalnya tidak sama-sama. Tapi kalau kami sama-sama, itu semua baik-baik saja. Bahkan kami tidak pernah sekalipun meributkan hal-hal apapun itu (Oh gitu) tapi kalau kami tidak sama-sama ya seperti itu, kami ribut terus, ribut terus ada aja yang selalu di ributkan.”
(APT5B11T23, 30-132)

Selain *overthinking* pacar AP juga *overprotective* kepada AP. Pacar AP selalu mengatur gaya berpakaian AP, untuk tidak terlalu terbuka dalam berpakaian, dari mulai baju hingga celana *jeans* yang akan dikenakan oleh AP sendiri. Padahal, AP juga ingin mengikuti trend pakaian yang sama seperti teman-teman AP lainnya, walaupun AP sendiri punya uang untuk membeli pakaian tersebut, namun pacarnya tetap tidak memberikan AP izin untuk berpakaian yang terbuka ataupun yang ketat dengan alasan pacarnya takut AP akan dilihat oleh laki-laki lain dengan berpakaian yang seperti itu. AP berterus terang kepada penulis bahwa pacarnya suka melarang dirinya dalam berpakaian, namun pacarnya juga kerap sekali melihat atau mengkonsumsi di media sosialnya perempuan-perempuan yang memakai pakaian yang terbuka. Berikut pernyataan partisipan saat diwawancara sebagai berikut.

“Larang-larangannya itu contohnya seperti... Pakaian ya. Dia sering ngelarang aku gak usah terbuka-buka banget, bahkan dia ngelarang aku untuk pakai jeans yang ketat Zaman sekarangkan cewek-cewek pakai jeans yang crop top ya? (Heem Iya) nah sementara aku punya uang sendiri aku pengen gaya seperti



itu enggak bisa. Jadi alasannya dia tuh bilang “nanti kamu di lihat-lihatin si ini ini...” kayak gitu-gitulah cowok-cowok pada umumnya...” (APT5B11T23, 30-132)

“...Nah iya itu, itu penyakitnya dia tuh. Dia melarang aku untuk berpakaian yang tidak dia inginkan, tapi dia mengkonsumsi di media sosialnya dia yang seperti itu.” (APT5B11T23, 30-132)

Selain dari berpakaian, pacar AP juga suka mengekang dan membatasi AP dalam berinteraksi diluar. Setiap kali AP hendak pergi pacarnya selalu menyuruh AP untuk *stand by* di handphone agar AP bisa membalas pesan dari pacarnya secara cepat, lalu menyuruh AP untuk selalu mengirimkan *share lock* serta bukti foto dimana dirinya hendak berada dengan siapa. Berikut penjelasan dari AP saat diwawancarai.

“Terus larangan dia lagi tuh, kalau misalnya aku lagi diluar nih, lagi enggak bareng sama dia. Lagi sama temen atau sama keluargaku. Itu dia selalu mengharapka aku harus stand by handphone harus kayak balas chat dia secepat mungkin, (Heem) dan selalu harus share lock (Ohh) baik itu sama temanku, baik itu sama keluargaku itu harus share lock...” (APT5B11T23, 30-132)

“Hah iya... harus selalu ngasi bukti (Hmm) aku lagi ini loh, aku lagi seperti ini loh. Seperti itu.” (APT5B11T23, 30-132)

Partisipan DL juga memberikan pernyataan tentang bentuk-bentuk *toxic relationship* yang dirinya alami dari pasangannya. DL bercerita kepada penulis bahwa awal-awal hubungan DL dengan pacarnya baik-baik saja, namun lama-kelamaan hubungan mereka semakin *over* dan semakin *toxic*. DL sempat menyebutkan kepada penulis bahwa pacarnya sebenarnya baik kepada DL, tetapi DL tidak tahu apa yang membuat pacarnya semakin lama semakin *toxic* kepada DL. DL bercerita kepada penulis bahwa pacarnya sering melarang DL untuk pulang malam. Selain itu, DL dan pacarnya pernah saling todong-todongan gunting dan pisau ketika mereka sedang berantam. Tidak hanya itu saja, pacarnya juga pernah merajang DL saat DL terlambat mengantarkan makanan kepada pacarnya, yang akhirnya membuat pacar DL marah sampai merajang atau menendang DL. Berikut pernyataan DL saat diwawancarai

“...Jadi aku tuh nganter makanan terus dia gak mau bukain pintu, terus aku juga kesel, jadinya kita berantem. Tapi ehh sebelum dia bukain pintu, dia sempat kayak ngerajang aku gitu.” (DLT6B11T23, 95-150)

“Ngerajang, tau gak sih? Ditendang gitu loh (Ohh). Jadi awalnya itu, dia udah bukain pintu terus aku gedor teruskan pintunya, sampai akhirnya dia buka, terus dia langsung ngerajang aku gitu (Hmm)” (DLT6B11T23, 95-150)

“Hmm... paling kayak gitu sih yang sering terjadi sampe harus todong-todongan pakai pisau (Oohh) kayak gitu. Jadi kita tuh toxic-nya tuh bukan cuman abuse aja gitu loh tapi memang sampai ke fisik.” (DLT6B11T23, 95-150)

Peneliti semakin bertanya lebih jauh tentang perilaku apa saja yang pernah DL dapatkan selama berpacaran dengan pasangannya. DL pun bercerita selama mereka berpacaran, DL tidak pernah melakukan hubungan seksual dengan pacarnya karena mereka berdua saling menjaga satu sama lain. Namun, perilaku kasar yang sering muncul dalam hubungan mereka seperti memukul, mencubit, menendang, dan menampar. Tidak hanya perilaku yang kasar saja yang muncul dalam diri pasangan DL, perkataan yang kasar atau perkataan yang kotor juga sering DL terima dari pacarnya. Berikut penjelasan dari DL

“Kalau misalnya seksual sih enggak yah. Normal, kita memang saling ngejaga aja. Tapi kalau semisalnya itu paling fisik sama kata-kata.” (DLT6B11T23, 164-168)

“Ehh... kayak ngomongnya itu Lontelah, pelacurlah (Ohh) kayak gitu.” (DLT6B11T23, 164-168)



“Iya heehh... Dia setiap berantem itu, emang mulutnya itu, gak bisa ke kontrol gitu. Padahal hal-hal kecil.”
(DLT6B11T23, 164-168)

“Ngomong kotornya tuh paling nyebut nama binatang, anjing, babi.” **(DLT6B11T23, 164-168)**

“...ditendang, diinjak, dipukul kepalanya.” **(DLT6B11T23, 189-199)**

“Iyaa... sampe diinjak juga.” **((DLT6B11T23, 189-199))**

Tidak hanya sampai disitu saja, DL bercerita kepada peneliti bahwa pacarnya sering memorotin uang DL. Setiap kali DL punya uang, pacarnya selalu memakai uang DL terlebih dahulu dikarenakan uang kiriman dari kakak pacarnya itu kurang banyak. Sampai pada akhirnya, DL sempat ditegur oleh orangtuanya karena DL menjadi anak yang boros akan uang. Namun sebaliknya, ketika uang kiriman dari orangtua DL belum datang, pacarnya selalu menyimpan uangnya secara diam-diam tanpa membagi dan memberi tahu kepada DL bahwa pacarnya mempunyai uang yang lebih.

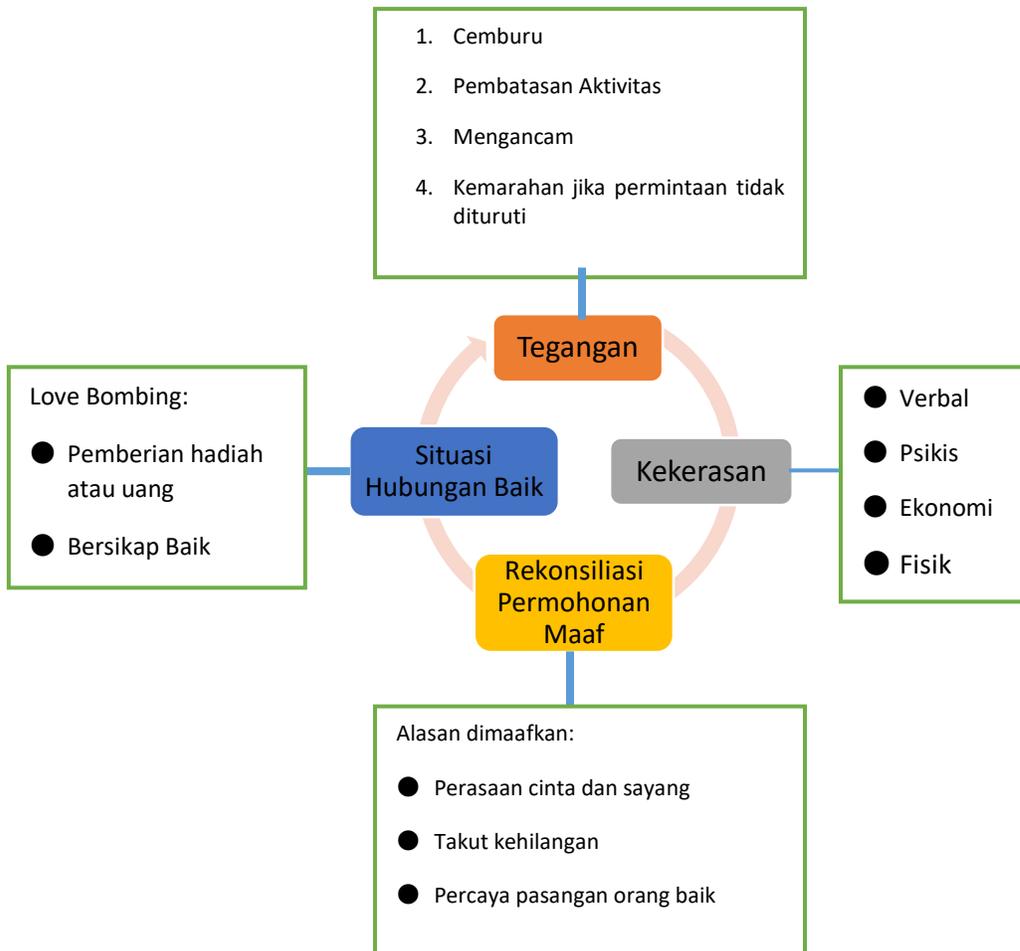
Selain itu, pacarnya juga suka sekali mengungkit akan masalah yang terjadi di masa lalu kepada DL yang membuat mereka berdua sering berantam dan adu argument. Sempat DL dan pacarnya putus ketika DL pulang ke kampung halamannya dan mengharuskan mereka berdua untuk LDRan yang pada akhirnya, membuat pacar DL sering meminta putus hubungan kepada DL serta memblokir semua akses akun sosial media DL. Namun setelah DL dan pacarnya bertemu, pacarnya akan berubah kembali seperti awal dan meminta maaf kepada DL agar DL dan pacarnya bisa kembali pacaran seperti semula. Berikut penjelasan dari DL

“Ehh... Biasanya kita putus.” **(DLT6B11T23, 331-404)**

*“Iyaa... Kalau udah pulang baru nyambung lagi (**Wow Hahaha**) karena dia, tipikal orangnya kalau semisal kita berantem nih, nah dia itu suka ngomong putus (**Ohh**). Jadi kalau semisalnya aku balik, terus kita berantem, terus dia minta putus, dia langsung ngeblok (**Ohh**) kayak Instagram, Whatsapp, semuanya di blok (**Ohh**). Terus nanti eh pas udah mau deket-deket pualng ke jogja, blokkannya di buka, minta maaf, kayak gitu.”* **(DLT6B11T23, 331-404)**

Menurut Murray (2007) bentuk-bentuk kekerasan dalam pacaran terdiri dari, kekerasan verbal, emosional, kekerasan fisik, dan kekerasan seksual. Hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa bentuk-bentuk perilaku kekerasan yang dialami oleh partisipan AP dan DL berbeda. Partisipan AP memiliki bentuk kekerasan dalam pacaran seperti bentuk kekerasan emosional, dan verbal. Begitu juga dengan partisipan DL yang memiliki bentuk perilaku kekerasan yang dialami oleh dirinya yaitu bentuk kekerasan verbal, ekonomi, emosional, dan fisik. Sering kali bentuk kekerasan dalam pacaran tidak disadari oleh korban yang sedang jatuh cinta dan menganggap kekerasan yang telah dilakukan oleh pasangannya sebagai bentuk dari rasa cinta terhadap dirinya (Pramesti, 2014).

Kekerasan dalam pacaran merupakan sebuah siklus yang menjadi “lingkaran setan”. Siklus ini membuat korban sulit keluar dari kondisi ini walaupun dirinya sangat menginginkannya. Berdasarkan siklus kekerasan oleh Walker (1992) gambaran *toxic relationship* terhadap partisipan AP dan DL adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Siklus Kekerasan AP dan DL

Menurut Walker (1992) siklus kekerasan adalah sebagai berikut:

1. Fase tegangan atau konflik, pelaku melakukan tindak kekerasan ringan terhadap korban yang disebabkan oleh beberapa faktor yang dapat menimbulkan perselisihan.
2. Fase kekerasan, fase dimana pelaku kehilangan kontrol diri dan melakukan KDP dengan cara memukul, mencubit, mendorong, hingga menyeret korban, serta beberapa bentuk kekerasan lainnya baik kekerasan psikis, ekonomi, maupun verbal.
3. Fase rekonsiliasi, Pelaku mendatangi korban untuk meminta maaf dengan berbagai macam cara serta berjanji akan berubah. Korban percaya terhadap pelaku dan memaafkan pelaku berharap agar pelaku tidak mengulangi kesalahannya kembali.
4. Fase situasi hubungan baik, Fase ini pelaku menunjukkan perubahan perilaku dirinya terhadap korban.

Sejalan dengan teori siklus kekerasan, begitu pula dengan hasil pada penelitian ini. Pada penelitian ini, didapat fase siklus kekerasan terhadap kedua partisipan AP dan DL sebagai berikut.

1. Fase tegangan atau konflik, pelaku melakukan tindakan kekerasan ringan terhadap partisipan AP dan DL berupa tindakan seperti, kecemburuan yang berlebih, pembatasan aktivitas, mengancam, serta kemarahan jika permintaan tidak dituruti.
2. Fase kekerasan, fase dimana pelaku kehilangan kontrol diri dan melakukan KDP terhadap kedua partisipan AP dan DL yaitu berupa bentuk kekerasan lainnya baik kekerasan psikis,

- ekonomi, maupun verbal. Terutama terhadap partisipan DL yang mengalami tindakan kekerasan fisik seperti, memukul, mencubit, mendorong, hingga menendang DL.
3. Fase rekonsiliasi, fase permintaan maaf pelaku terhadap kedua partisipan usai masalah terjadi. Kemudian partisipan AP dan DL memaafkan pelaku, dengan alasan masih adanya perasaan cinta yang melekat, takut kehilangan pasangan, serta kepercayaan partisipan terhadap pasangan adalah orang yang baik.
 4. Fase situasi hubungan baik, fase dimana hubungan pacaran antara kedua partisipan mulai membaik dan memberikan perlakuan *Love Bombing* seperti, pemberian hadiah atau uang terhadap partisipan, serta perlakuan yang baik yang timbul didalam diri pasangan.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan Partisipan AP dan DL mengalami kekerasan verbal dan psikis yang disebabkan oleh pacar yang suka cemburu terhadap partisipan AP, adanya pasangan yang lebih mendominasi daripada dirinya, serta tidak adanya restu dari orangtua AP sendiri terhadap hubungan pacaran AP dengan pasangannya dikarenakan berbeda agama. Tidak adanya restu tersebut yang kerap membuat pasangan AP menjadi *overthinking* terhadap dirinya untuk melakukan tindakan perselingkuhan kepada laki-laki lain yang seagama dengan partisipan AP. Pasangan yang suka cemburu terhadap AP dikarenakan dirinya yang selalu ingin bebas pergi bersama dengan teman-temannya, kedekatan AP dengan teman-temannya daripada pasangannya, dan melakukan hal-hal yang disukai oleh AP namun tidak disukai oleh pacarnya, membuat pasangannya menjadi cemburu terhadap AP. Pasangan AP juga sering mendominasi dirinya dikarenakan pasangannya yang selalu bisa mengontrol diri dan kehidupan AP sehingga AP tidak dapat melakukan aktivitas bebas tanpa adanya izin atau sepengetahuan dari pacarnya.

Begitu pula dengan DL mengalami hubungan kekerasan dengan pasangannya ketika DL tidak dapat memenuhi keinginan dari pasangannya. Ketika pasangan DL meminta untuk dirinya memberikan uang kepada pasangannya namun DL tidak memberikan uangnya, maka pasangan DL akan marah serta mulai memblokir segala akses komunikasi antara DL dengan pasangannya. Selain itu, pasangan DL yang merasa cemburu terhadap teman laki-laki dari DL, sehingga pasangannya menjadi marah terhadap DL. Adanya dominasi yang dilakukan oleh pasangan DL terhadap dirinya sehingga DL tidak dapat melakukan kegiatan perkuliahan dengan baik, serta ikut dalam pertemuan dirinya dengan teman-teman mainnya.

Meskipun AP dan DL mendapat perlakuan tidak menyenangkan selama menjalin hubungan pacaran, tetapi kedua partisipan ini tetap bertahan dalam hubungan yang toxic. Hal ini dikarenakan masih adanya rasa cinta dan sayang terhadap pasangan dari kedua partisipan. Selain itu, kedua partisipan juga takut tidak akan mendapatkan pasangan lagi ketika sudah putus dari pasangannya saat ini. Partisipan AP juga menyebutkan bahwa dirinya yang takut kehilangan akan sumber ekonomi dari pasangannya sehingga membuat AP tidak ingin berpisah dengan pasangannya. Partisipan DL juga kerap merasa bahwa tidak ada lagi laki-laki yang mau bersama dengan dirinya, sehingga membuat DL tidak ingin berpisah juga dari pasangannya.

Hasil penelitian ini, mendukung penelitian Julianto, Cahyani, & Sukmawati, (2020) menyatakan bahwa pada ketiga subjek yang telah diteliti, diperoleh adanya gambaran pengambilan keputusan dalam menerima, bertahan, dan memutuskan untuk mempertahankan hubungan. Ketika mempertahankan hubungannya yang *toxic*, ketiga subjek menganggap bahwa mempertahankan adalah keputusan yang terbaik. Kekerasan yang terjadi dalam hasil penelitian ini yaitu, kekerasan fisik, kekerasan emosional, kekerasan verbal, kekerasan ekonomi, dan kekerasan seksual. Penyebab terjadinya kekerasan dalam pacaran antara lain, subjek tidak dapat memenuhi keinginan pasangan,



subjek merasa dirinya lemah, tidak adanya restu dari orangtua dalam menjalani hubungan, pacar yang suka cemburu, rendahnya kontrol diri pasangan, serta pasangan yang mendominasi dirinya. Adapun dampak yang diterima oleh korban kekerasan pacaran dalam penelitian ini seperti, dampak fisik, ekonomi, sosial, seksual, dan emosional. Dampak yang paling membekas dalam korban kekerasan dalam penelitian terdahulu, adalah dampak psikologis (Julianto, Cahyani, & Sukmawati, 2020). Sedangkan dampak yang paling membekas dalam korban kekerasan dalam pacaran yang dihasilkan dari penelitian ini yaitu, dampak sosial. Dampak sosial sangat berpengaruh terhadap kedua partisipan AP dan DL yang membuat kedua partisipan tersebut menjadi kurang dalam bersosialisasi terhadap lingkungan pertemanan serta lingkungan sekelilingnya.

Dalam hubungan pacaran AP dan DL seharusnya diwarnai dengan hubungan romantis yang diwarnai dengan adanya cinta. Menurut Robert Sternberg (1998) melalui *theory of love* yang dinamai dengan *The Triangular Theory Of Love* dalam menggambarkan cinta, menggunakan tiga komponen yaitu keintiman (*intimacy*), gairah (*passion*), dan komitmen (*commitment*). Hubungan percintaan agar dikatakan ideal apabila dalam hubungan tersebut terdapat ketiga komponen cinta. Ketika terjadi kekerasan dalam hubungan pacaran, maka ketiga komponen tersebut akan berkurang bahkan hilang jika tidak ada perubahan dari sikap pelaku (Pramesti, 2014).

Setiap individu akan menggunakan pikirannya dalam mengukur sejauh mana hubungannya mendatangkan manfaat. Hal ini akan dijelaskan melalui teori pertukaran sosial oleh George Homans. Menurut Homans (1974) menyatakan bahwa konsep utama yang melandasi teori pertukaran yaitu utilitarianisme, yang melihat motivasi sebagai dorongan utama dalam melakukan suatu tindakan. Motivasi tersebut berkaitan dengan sesuatu hal yang menguntungkan atau merugikan bagi setiap individu. Individu yang terlibat dalam suatu relasi akan berusaha memaksimalkan keuntungannya.

Dalam mempertimbangkan *cost* dan *benefit* yang akan dilakukan dalam diri individu maka terjadi proses kompromi. *Cost* dapat diopinionkan sebagai bagian dari yang harus dikorbankan dari diri individu. Sedangkan *benefit* adalah suatu hal yang dikejar oleh individu karena dipandang bermanfaat bagi individu itu sendiri (Klein dan white, 2007). Menurut Ritzer (2012) mengatakan bahwa dalam suatu relasi yang tidak seimbang maka akan terdapat hubungan ketergantungan kekuasaan. Individu yang memiliki kekuasaan akan berpotensi mempengaruhi individu lain dalam menerima kehendak, sedangkan individu lain yang mengalami ketergantungan akan mengalami kerugian karena harus mengikuti individu yang berkuasa. Maka dari itu melalui teori yang ada, sejalan dengan hasil penelitian ini yang dimana kedua partisipan AP dan DL masih tetap bertahan dalam hubungannya dikarenakan masih adanya rasa cinta dan sayang. Tidak hanya itu saja, partisipan AP yang takut akan sumber ekonomi dirinya hilang membuat AP tidak ingin berpisah dengan pasangannya. Partisipan DL juga kerap merasa bahwa tidak ada lagi laki-laki yang mau bersama dengan dirinya, sehingga membuat DL tidak ingin berpisah juga dari pasangannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* memiliki bentuk-bentuk atau tanda-tanda yang didapatkan dari kedua partisipan melalui hasil wawancara. Bentuk-bentuk *toxic relationship* itu sendiri berupa, adanya sikap mengekang, menuduh tanpa adanya bukti, pembatasan aktivitas, sifat yang posesif, cemburu yang berlebihan, ancaman, pemerasan ekonomi, serta adanya tindak kekerasan verbal dan fisik yang dilakukan pelaku terhadap korban.

Adapun dampak *toxic relationship* yang diterima oleh kedua partisipan dalam penelitian ini. Dampak *toxic relationship* yang diterima oleh korban seperti, dapat mempengaruhi sosial lingkungannya, akademik, bahkan hingga merubah kondisi dan perilaku sehari-hari korban sehingga korban tersebut merasa semakin buruk. Selain itu, ada pula faktor yang menyebabkan terjadinya



hubungan yang *toxic* seperti, adanya perilaku posesif yang dilakukan oleh setiap pasangan terhadap partisipan, adanya perilaku egois yang membuat partisipan tidak dapat bebas dalam mengekspresikan dirinya, serta adanya perilaku kecemburuan terhadap pasangan yang membuat partisipan tidak bisa berteman dengan siapa pun. Kedua partisipan sama-sama memiliki alasan yang kuat untuk tetap bertahan dalam hubungannya karena masih adanya rasa sayang terhadap pasangannya dan takut tidak mendapatkan pasangan kembali jikalau partisipan mengakhiri hubungannya.

Dalam penelitian ini, didapatkan respon dari remaja atau kedua partisipan dalam menghadapi hubungan yang *toxic*. Remaja memiliki respon bahwa dirinya merasa nyaman atau enak dalam menjalani hubungan yang *toxic*. Selain itu, remaja dalam penelitian ini juga merasakan bahwa saat dirinya sedang menjalani hubungan yang *toxic*, adrenalinnya menjadi lebih di uji. Ada pula remaja yang memiliki respon bahwa dirinya merasa semakin lama dalam menjalani hubungan yang *toxic*, maka dirinya semakin bisa menerima sikap dan perilaku yang korban dapatkan dari pelaku. Bagaimana pun bentuk perilaku yang kedua partisipan dapatkan dari pelaku, kedua partisipan bisa menerima semua hal itu dan kembali memaafkan pasangannya. Maka dari itu, melalui respon-respon yang didapatkan dari kedua partisipan, peneliti menarik kesimpulan bahwa kedua partisipan tersebut belum dapat keluar dari hubungan yang *toxic*. Terlepas dari keduanya masih sayang dengan pasangannya, tetapi partisipan juga merasa sudah terbiasa akan perilaku yang mereka terima dari pasangannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Catahu Komnas Perempuan. (2022). Kasus Kekerasan terhadap Perempuan Melonjak 50 Persen. Diakses tanggal 20 November 2022 <https://himmahonline.id/berita/catahu-komnas-perempuan-2022-kasus-kekerasan-terhadap-perempuan-melonjak-50-persen/>
- Homans, George C. (1974). *Elementary Form of Social Behavior*. 2nd edition. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016>
- Klein, David M and James M. White. (2007). *Family Theories: An Introduction*. Sage Publication.
- Murray, Jill. (2007). *But I Love Him*. HarperCollins e-book.
- Nandiyah, A. M. S. D. (2010). Penelitian Kualitatif Dalam Psikologi. *XXII Juni*, 72, 98–108.
- Nurislami, N. R., & Hargono, R. (2014). Kekerasan Dalam Pacaran Dan Gejala Depresi Pada Remaja. *Jurnal Promkes*, 2(2), 173–185.
- Pramesti, A. D. (2014). Studi kasus mengenai cinta pada perempuan emerging adult korban kekerasan dalam pacaran yang mempertahankan hubungan. *Jurnal Psikologi Universitas Padjadjaran*.
- Prameswari, F. H. K., & Nurchayati. (2021). Dinamika Psikologis Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran yang Memilih Mempertahankan Hubungan Pacarannya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(07), 204–217. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42609>
- Pratchett, L. (1999). New technologies and the modernization of local government: An analysis of biases and constraints. In *Public Administration* (Vol. 77, Issue 4, pp. 731–751).



<https://doi.org/10.1111/1467-9299.00177>

- Rini. (2022). *Bentuk dan Dampak Kekerasan Dalam Berpacaran : Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin*. 6(74), 84–95.
- Ritzer, George. (2012). *Teori Sosial Klasik Edisi Ke-8*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sari, I. P. (2018). Kekerasan dalam Hubungan pacaran di Kalangan mahasiswa : Studi Refleksi Pengalaman Perempuan. *Dimensia*, 7(1).
- Sternberg, Robert. J. 1998. *Cupid's Arrow: The Course of Love through Time*. United States of America: Cambridge University Press
- Susanti, N., Tina, P., & Dahlia, S. (2022). Promosi Kesehatan Jiwa Online Toxic Relationship Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 10–20. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Walker, L. E (1992). *Battered women syndrome and self-defense*. *Notre Dame Journal of Law, Ethics and Public Policy*, 6(2), 321-334.
- Zahra, G. P., & Yanuvianti, M. (2017). Hubungan antara Kekerasan dalam Berpacaran (Dating Violence) dengan Self Esteem pada Wanita Korban KDP di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 3(2), 303–309.