

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Hubungan romantis berawal dari adanya ketertarikan terhadap lawan jenis kemudian adanya kecocokan dan berakhir apada cinta. Ketika seseorang menemukan banyaknya relasi pada setiap orang yang ditemuinya, adanya suatu pertemuan dengan lawan jenis yang menurut dirinya berbeda dari yang lain atau spesial, kemudian munculah keinginan untuk lebih mendekatkan diri lagi pada lawan jenis yang dianggapnya spesial. Adanya kehadiran pasangan membuat diri seseorang merasa bersemangat untuk menjalani aktivitas, menjadikan pasangan sebagai pendorong yang positif. Disisi lain, ada seseorang yang membuat pasanganya merasa dibatasi sehingga pasanganya merasa tertekan dan terancam yang mengarahkan pada hubungan yang tidak sehat. Pasangan adalah yang selalu bersama-sama sehingga menjadi sepasang, sepertihalnya jodoh, sahabat, partner, teman dekat, suami, maupun istri. Sebagaimana fenomena yang ditemui oleh peneliti di kampus STAIMA AL-HIKAM, Malang. Terdapat mahasiswa yang merasakan adanya tekanan dalam pertemanan (*circle*), pemaksaan, dipandang sebelah mata maupun kekerasan dalam sebuah hubungan, hal ini menunjukkan bahwa adaya hubungan yang kurang sehat. Hubungan yang kurang sehat dapat muncul dari hubungan antar teman, sahabat, keluarga, orang tua maupun hubungan tanpa status. Hubungan yang tidak mendukung satu sama lain, dimana

salah satu pihak berusaha memiliki *control* yang lebih besar terhadap pihak lain disebut dengan *Toxic relationship* (Dr. Lilian Glass oleh Bagus wismanto,2019).

Toxic relationship merupakan hubungan yang terlihat sehat hanya dari luarnya saja, tetapi bias sepenuhnya berbeda dengan apa yang ada didalamnya. Tanda-tanda khas dari toxic relationship ialah kemarahan, ketidakbahagiaan, frustrasi, dan gangguan yang dilakukan pada pasangannya (Sayed, 2015). *Toxic relationship* atau hubungan beracun adalah hubungan yang membuat salah satu pihak atau bahkan keduanya merasa tidak disayang, tidak mendapat dukungan, selalu direndahkan, disalah pahami, atau diserang secara emosional atau fisik (Astrid, 2021). Terjadinya *toxic relationship* pada sebuah hubungan dapat mengakibatkan pihak yang dirugikan menjadi pribadi yang pesimis, penuh dengan emosi negatif dan dapat menimbulkan konflik batin yang kemudian mengarah pada kecemasan bahkan depresi. Apabila hal tersebut terjadi dalam jangka waktu yang lama dan tidak segera mencari solusi, maka seseorang dapat terkena penyakit fisik seperti jantung yang dapat mengarah pada kematian.

Tidak seperti halnya hubungan sehat yang bersifat dua arah, *toxic relationship* cenderung bersifat satu arah, dimana satu pihak ini lebih dominan, dan pihak lain dirugikan. (Wulandari, 2019) menyatakan bahwa *toxic relationship* dapat membahayakan orang-orang yang berada didalamnya, seperti kalangan remaja atau pasangan yang menjadi orangtua dari anak-anaknya karena banyak sekali dampak negatif yang akan terjadi. *Toxic relationship* dapat terjadi pada siapapun tanpa terkecuali kalangan remaja. Remaja sangat rentan berada dalam hubungan yang tidak sehat karena pada masa tersebut, kepribadian diri mereka

sedang mengalami pembentukan dan masih bersifat labil, mereka belum mampu dalam mengontrol perasaan dan seringkali melampiaskan emosi negatifnya dengan melakukan tindakan-tindakan yang kurang baik. Kebanyakan remaja tidak menyadari dan tidak mengerti tindakan penyimpangan dalam hubungan pacaran, seperti kekerasan emosional, seksual, fisik, ekonomi, sampai pada kekerasan psikis (Hening, 2019).

Seseorang yang berada dalam *toxic relationship* dapat merasakan efek negatif seperti, mengalami kesulitan untuk melanjutkan kehidupan yang sehat dan produktif dikarenakan selalu terbayang-bayang pasangannya, tidak hanya korban yang merasakan efek tersebut, orang-orang disekitarnya juga dapat merasakan dan mendapatkan kerugian dari adanya hubungan yang tidak sehat. Banyak sekali orang-orang yang berada dalam *toxic relationship*, baik mereka yang baru sebentar menjalin hubungan pacaran, atau bahkan mereka yang sudah bertahun-tahun menjalani hubungan.

Amar dan Alexy (2015) menunjukkan bahwa rusaknya pola hubungan dan interaksi pada 210 perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa 44% korban kekerasan, maka sangat berhati-hatilah terhadap orang baru yang mereka temui, dan 34% sisanya mengatakan jika mereka sulit untuk menciptakan keintiman dengan pacar baru ataupun orang lain. Pusat Pengendalian Penyakit melaporkan bahwa kejadian rata-rata kekerasan dalam hubungan terjadi pada lingkup pelajar (sekolah dan perguruan tinggi) masing-masing adalah 22% dan 32%. Meutia Hatta, Menteri Pemberdayaan Perempuan Indonesia, mengungkap fakta bahwa satu dari lima remaja mengalami

kekerasan seksual. Fakta ini didapat setelah melakukan survei terhadap 300 remaja (Rahmawati, di Girsang dan Ningsih (2015)).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan melalui kuisisioner online kepada 20 responden, terdapat 75% mahasiswa tidak diberikan kebebasan untuk bersosial, 20% mahasiswa yang mendapatkan kekerasan verbal dan fisik dalam menjalani hubungan, 85% mahasiswa mengalami komunikasi lebih dominan satu pihak, 65% mahasiswa tidak mendapatkan dukungan untuk ke arah yang lebih baik, dan 50% mahasiswa tidak memberikan ruang untuk mengembangkan potensi diri. Hal tersebut sependapat dengan pendapat Effendy (2019) yang mengatakan bahwa *toxic relationship* adalah hubungan yang didalamnya terdapat keegoisan yang berlebihan, ketidakjujuran dalam suatu hubungan, seringkali sikap merendahkan terhadap pasangan, bahkan sering mengkritik pasangan sendiri, memberi komentar negatif dan rasa tidak aman dalam hubungan. Hal tersebut sejalan dengan Seidman (2019) *toxic relationship* merupakan pola kekerasan dalam hubungan yang digunakan seseorang untuk mengontrol dan mengatur pasangannya agar menuruti setiap keinginannya. Simpson, Boldry dan Rubin (2017) mengatakan bahwa kurangnya rasa percaya dalam suatu hubungan dapat mengakibatkan konflik batin yang menyebabkan terganggunya kehidupan sehari-hari seseorang. Ketika dalam suatu hubungan terdapat kurangnya rasa percaya maka yang terjadi ialah menurunnya kualitas hubungan romantis sehingga menyebabkan timbulnya *toxic relationship*.

Adapun faktor–faktor penyebab terjadinya *toxic relationship* terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal diantaranya: kepribadian, korban memiliki rasa ketergantungan, dan dorongan seksual. Untuk faktor eksternal meliputi; pengaruh lingkungan sosial, selingkuh, perilaku jujur, dan rasa cemburu (Devi,dkk.2020). Kemudian faktor lain yang mempengaruhi seorang individu mengalami *toxic relationship* diantaranya yakni kepribadian (Alifia, 2021). Disini peneliti mengambil salah satu dari faktor internal kepribadian yang mempengaruhi *toxic relationship* untuk digunakan sebagai variabel bebas.

Peneliti mengambil faktor kepribadian ini karena peneliti ingin meneliti lebih dalam terkait kepribadian seorang yang mengalami *toxic relationship*. Salah satu yang termasuk dalam kepribadian yaitu harga diri. Harga diri adalah sikap bagaimana individu bisa memberikan sesuatu pada dirinya sendiri dan sikap menerima diri yang apa adanya sehingga dapat lebih percaya diri dan bisa menguasai keadaan yang ada disekitarnya. Misalnya, mahasiswa yang tidak bisa mengontrol diri, mengelola emosi maupun memecahkan masalah pribadi atau interaksi sosial maka terdapat gangguan kepribadian yakni harga diri yang rendah. Ditemukan dalam jurnal perempuan (dalam Setyawati,2018) menjelaskan seseorang memiliki harga diri rendah akibat dari faktor kekerasan, keluarga kurang harmonis maupun media massa akan mudah terjebak dalam hubungan *toxic relationship*. Seseorang yang menjadi korban *toxic relationship* adalah mereka individu yang belum mampu mengelola dirinya sendiri.

Verkyuten (2015) menyatakan bahwa harga diri yang rendah dapat menjadi faktor resiko yang signifikan dalam terjadinya hubungan yang tidak sehat

atau *toxic relationship*. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu dengan harga diri yang rendah mungkin lebih rentan terhadap perilaku pasangan yang berbahaya dan kurang mampu untuk menetapkan batas-batas yang sehat dalam hubungan mereka. Rosenberg (dalam Khairani 2018) menjelaskan bahwa harga diri berfokus pada evaluasi individu dari keseluruhan aspek mengenai dirinya sendiri. Jika seseorang memiliki harga diri yang negatif maka semakin rentan kemungkinan mereka untuk menjadi pelaku ataupun korban *toxic relationship*. Selaras dengan Fikriyah (2022) menyatakan hasil penelitian tersebut menunjukkan profil harga diri mahasiswa berada pada kategori tinggi, gambaran profil *toxic relationship* mahasiswa berada pada kategori rendah, terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan *toxic relationship*.

Campbell & Baumeister (2018) menekankan bahwa kebutuhan akan harga diri yang kuat dapat membuat seseorang yang lebih rentan terhadap hubungan yang *toxic*, karena ia mungkin merasa bahwa harus tetap mempertahankan harga dirinya dengan cara mengendalikan atau memanipulasi pasangannya. Baumeister & Leary (2015) menyatakan bahwa kebutuhan akan hubungan sosial dan pengakuan sosial merupakan salah satu motivasi dasar manusia, jika seseorang merasa bahwa dirinya tidak diakui atau diterima orang lain, hal tersebut dapat merusak harga diri dan memicu terbentuknya hubungan yang *toxic relationship*. Dalam penelitiannya Dewall & Baumeister (2015) Menemukan bahwa Ketika seseorang merasa diabaikan atau ditolak oleh orang lain, hal tersebut dapat merusak harga diri dan membuatnya lebih terhadap hubungan yang *toxic relationship*. Hal ini terjadi, karena seseorang mungkin mencari pengakuan dari orang lain dan terjebak dalam

hubungan yang merugikan meskipun sudah menyadari bahwa hubungan tersebut tidak sehat.

Berdasarkan hasil penelitian Ady (2022) maka diperoleh sebuah hasil yang dimana harga diri memiliki nilai kontribusi sebesar 15% dengan nilai signifikansi t sebesar 0,000 ($p < 0,05$) terhadap *toxic relationship*. Berdasarkan hasil tersebut maka diperoleh hasil yang signifikan dengan arah pengaruh yang negatif pada harga diri terhadap *toxic relationship* pada dewasa awal yang berpacaran. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *toxic relationship* maka semakin rendah pula harga diri. Campbell & Foster (2013) menyatakan orang dengan harga diri yang lebih tinggi cenderung lebih mampu mengakui ketidaksehatan hubungan dan lebih mungkin untuk meninggalkan pasangan yang beracun. Mereka lebih cenderung mencari pasangan yang sehat dan memenuhi kebutuhan emosional mereka dengan lebih baik. Sejalan dengan penelitian oleh Purnama (2017), menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan hubungan antara harga diri dengan *toxic relationship*, dalam penelitiannya menunjukkan bahwa individu dengan harga diri yang rendah memiliki tingkat kecenderungan untuk menerima perilaku negatif dari pasangan mereka, seperti kekerasan, pelecehan, dan pengendalian.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh Harga diri terhadap *Toxic relationship* mahasiswa STAIMA AL-HIKAM, Malang”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka yang menjadi masalah pokok dalam penulisan ini, yaitu: Apakah ada pengaruh harga diri terhadap *toxic relationship* mahasiswa STAIMA ALHIKAM, Malang?

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang ada, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap *toxic relationship* mahasiswa STAIMA AL-HIKAM, Malang.

2. Manfaat

Manfaat-manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam harga diri dan *toxic relationship*
2. Memperoleh pemahaman dari harga diri dan *toxic relationship*
3. Secara teoritis dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi penulis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta pengalaman penulis.
2. Bagi tempat penelitian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tolak ukur dalam meningkatkan kualitas harga diri agar terhindar dari *toxic relationship*.

D. Perbedaan dengan peneliti sebelumnya

Dari hasil pencarian terhadap berbagai penelitian sebelumnya, ditemukan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini. Berikut ini adalah beberapa peneliti terdahulu yang didapatkan dari hasil pencarian peneliti:

Table 1

Perbedaan dengan Peneliti sebelumnya

No	Keterangan	Peneliti terdahulu	Peneliti saat ini
1	Peneliti	Zaka, Muhammad Syafi'i	Laily Mufarrikhatul Fauziah
	Judul	Fenomena pengaruh hubungan tidak sehat (<i>toxic relationship</i>) terhadap Kesehatan mental mahasiswa bimbingan konseling islam Institut Agama Islam Negri Kudus.	Pengaruh harga diri terhadap <i>toxic relationship</i> mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang.
	Subyek	Mahasiswa IAIN, Kudus	Mahasiswa Prodi MPI STAIMA Al-Hikam, Malang.
	Variabel Y	Kesehatan mental	<i>Toxic relationship</i>
	Metode penelitian	Metode kuantitatif	Metode kuantitatif
	Tahun	2022	2023
2.	Peneliti	Very Julianto, Rara A.Cahyani, Shinta sukmawati, Eka Saputra	Laily Mufarrikhatul Fauziah
	Judul	Hubungan antara harapan, harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami <i>toxic relationship</i> dengan Kesehatan psikologis.	Pengaruh harga diri terhadap <i>toxic relationship</i> mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang.
	Subyek	Orang yang mayoritas berjenis kelamin Perempuan	Mahasiswa Prodi MPI STAIMA Al-Hikam, Malang.
	Variabel Y	Kebahagiaan orang	Toxic relationship

	yang mengalami toxic relationship	
Metode penelitian	Metode kuantitatif	Metode kuantitatif
Tahun	2020	2023
3. Peneliti	Venia Nabila, Vina Iova Riza, Puspa Rahayu Utami Rahman	Laily Mufarrikhatul Fauziah
Judul	Pengaruh gaya kelekatan terhadap toxic relationship mahasiswa Teknik elektro Universitas Singaperbangsa Karawang V	Pengaruh harga diri terhadap toxic relationship mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang.
Subyek	Mahasiswa Teknik elektro Universitas Singaperbangsa Karawang V	Mahasiswa Prodi MPI STAIMA Al-Hikam, Malang.
Variabel Y	Toxic relationship	Toxic relationship
Metode penelitian	Metode kuantitatif	Metode kuantitatif
Tahun	2022	2023