

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada tahap kehidupan ini, individu akan menghadapi masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan pribadi yang signifikan dan pesat. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang terjadi antara masa kanak-kanak dan kedewasaan, ditandai dengan pertumbuhan fisik, mental, emosional, dan sosial yang pesat. Masa remaja merupakan tahap kehidupan yang ditandai dengan tingkat kapasitas kognitif tertinggi untuk memperoleh dan menggunakan informasi. Dilengkapi dengan kecerdasan baru mereka, individu kemudian dapat menerapkan kebijaksanaan dan terlibat dalam wacana yang berkaitan dengan hal-hal konseptual termasuk kemanusiaan, moralitas, kebenaran, dan keadilan (Desmita 2010).

Dengan demikian, sepanjang proses pendewasaannya, remaja mempunyai kemampuan untuk mengambil pilihan yang akan berdampak pada masa depannya. Pengambilan keputusan merupakan suatu proses kognitif, dan hasil dari proses tersebut disebut sebagai keputusan (Desmita 2010). Salah satu pilihannya adalah menjalin hubungan romantis dengan lawan jenis atau berkencan. Namun, dalam agama islam Allah melarang untuk mendekati zina. Sebagaimana firman Allah yang berbunyi:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجِيَّ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ۝

“Janganlah kamu mendekati zina. Sesungguhnya (zina) itu adalah perbuatan keji dan jalan terburuk.” (Qs. Al-Isra` ayat 32)

Dengan larangan tersebut, Allah ingin menjaga kesucian hambanya dan melindungi dari hal-hal yang buruk. Namun demikian, realitanya banyak sekali remaja yang menjalin hubungan tidak halal tersebut. Masa remaja merupakan masa yang umum bagi individu untuk menjalin hubungan

romantis. Sensasi merasakan cinta romantis yang sering dirasakan dalam suatu hubungan berpotensi memberikan kebahagiaan yang besar bagi seorang remaja. Meski demikian, berkembangnya hubungan romantis bukannya tanpa kendala. Konflik dapat terjadi antara dua orang, dan penyelesaiannya tidak selalu berjalan dengan baik. Seringkali, penyelesaian konfrontasi ini ditandai dengan kekerasan, yang dapat bermanifestasi dalam bentuk tindakan emosional/verbal, fisik, atau seksual.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia yaitu WHO, kekerasan dalam pacaran (KDP) dicirikan sebagai "penggunaan kekerasan dan kekerasan fisik yang disengaja dengan tujuan memperoleh dan menggunakan kekuasaan dan dominasi atas pasangan intim". Meskipun demikian, tindakan kekerasan tidak hanya mencakup agresi fisik, namun juga pelecehan seksual dan psikologis, serta metode lain yang digunakan untuk memanipulasi dan mengontrol tindakan seseorang.

Hubungan remaja sangat dipengaruhi oleh isu kekerasan. Karena dampak negatif yang mereka temui. Selain dampak fisik, seperti cedera, remaja sering kali menghadapi dampak kesehatan mental. Korban kekerasan terhadap pasangannya umumnya mengalami berbagai dampak negatif, termasuk berkurangnya harga diri remaja, meningkatnya tingkat kecemasan, depresi, ketakutan, kebencian, dan gejala sosial seperti perubahan berat badan, sakit kepala, hubungan yang beracun, dan gejala disosiatif. Remaja seringkali menghadapi konsekuensi berkembangnya hubungan yang beracun akibat mengalami kekerasan dalam hubungan mereka (Dewi 2018).

Hubungan yang beracun menurut (Nurifah 2013) adalah hubungan yang mana salah satu pasangan menunjukkan perilaku "beracun" yang berpotensi membahayakan kesejahteraan fisik dan mental pasangannya. Menurut (Lee 2018), hubungan beracun didefinisikan sebagai hubungan di mana salah satu pasangan menggunakan agresi terhadap pasangannya, yang secara alami menyebabkan pasangan lainnya merasa tidak nyaman. Hal ini konsisten dengan definisi hubungan beracun yang ditetapkan oleh (Sony Set

2009), yang didefinisikan sebagai pola kekerasan di mana salah satu pasangan menggunakan pasangannya untuk mendominasi dan memanipulasi mereka untuk melakukan apa pun yang mereka inginkan.

Menurut Dr. Lillian Glass (dalam Ducharme 2018) mengkarakterisasi *toxic relationship* sebagai hubungan di mana pihak-pihak yang terlibat kurang kohesif, tidak menghormati satu sama lain, tidak mendorong satu sama lain, atau bahkan secara aktif bekerja melawan satu sama lain dalam situasi yang tidak menguntungkan. Selain itu, orang-orang yang berada dalam *toxic relationship* sering kali menganggap hubungan mereka tidak menyenangkan, melelahkan, dan bahkan aspek buruk dari hubungan mereka tampaknya lebih banyak daripada aspek baik, menurut Glass (dalam Ducharme 2018). Gaba (2021) menambahkan bahwa konflik, persaingan, dan kebutuhan akan kendali sering kali menjadi dasar *toxic relationship*.

Ketika korban kekerasan berada dalam *toxic relationship*, maka akan menimbulkan dampak psikologis, seperti menurunnya *self esteem*. Salah satu strategi untuk mengembangkan konsep diri yang akan berdampak signifikan terhadap sikap dan perilaku seseorang adalah dengan mengembangkan *self esteem* (Khasanah 2018). Menurut Maslow (dalam Alwisol 2009), *self esteem* adalah kebutuhan mendasar manusia yang diurutkan dalam urutan hierarki, meskipun ada situasi di mana hierarki ini tidak diperlukan untuk pemenuhannya. Manusia harus memuaskan dua jenis keinginan untuk melengkapi hierarki harga diri: kebutuhan akan harga diri dan kebutuhan akan persetujuan orang lain. Dorongan untuk mandiri, kebebasan, pengakuan, dan rasa percaya diri merupakan komponen harga diri. Sebaliknya pengakuan, penerimaan, perhatian, dan pujian datang dari orang lain.

Kebahagiaan sebagian besar ditentukan oleh *self esteem* seseorang, yang juga berfungsi sebagai penanda penting kesehatan mental (Jankowiak dkk. 2021). Salah satunya melibatkan pacaran dan memiliki hubungan intim sehubungan dengan kesadaran diri, identitas diri, dan pemahaman diri. Hal ini dapat membantu seseorang mengevaluasi dirinya sebagai individu yang

berarti dan berharga serta membantunya menerima keadaannya saat ini sehingga dapat merasa nyaman dengan dirinya sendiri (Refnadi 2018). Harapan seseorang terhadap masa depan dan pengalaman masa lalu berdampak pada rasa harga diri seseorang. Peran gender nampaknya berdampak pada *self esteem* yang ditunjukkan dengan adanya perbedaan skor penilaian diri antara laki-laki dan perempuan. Bahkan setelah mengembangkan teknik pemecahan masalah dan dukungan sosial, konsekuensi pengalaman pribadi terhadap *self esteem* akan tetap ada (Jankowiak dkk. 2021).

Menurut (Aisyah, Yuwono, dan Zuhri 2015), interaksi antara orang dengan lingkungannya serta penerimaan, pengertian, dan rasa hormat orang lain terhadapnya, semuanya berkontribusi terhadap pembentukan *self esteem* pada individu. Salah satunya adalah hubungan pacaran, dimana terdapat kemungkinan terjadinya konflik akibat eratnya ikatan antara laki-laki dan perempuan. Perilaku agresif atau kekerasan dapat muncul jika pasangan tidak mampu mengatasi perselisihan secara efektif. Ada banyak jenis kekerasan, seperti pelecehan fisik, seksual, dan verbal. Mereka yang menjadi korban tidak menutup kemungkinan akan mengalami trauma yang akan meninggalkan bekas luka seumur hidup (Kamila dan Halimah 2020). Mereka melihat kekerasan yang mereka alami sebagai upaya untuk memperbaiki diri, dan mereka percaya bahwa kekerasan dalam hubungan mereka berasal dari sentimen cinta. Namun, perilaku normal mungkin akan berkembang menjadi kebiasaan seiring berjalannya waktu (Zahra dan Yanuvianti 2017).

Berdasarkan Catatan Tahunan kekerasan terhadap perempuan yang disampaikan oleh Komnas Perempuan, terlihat bahwa jumlah kasus yang dilaporkan oleh BADILAG (Badan Peradilan Agama) dan lembaga layanan pada tahun 2022 mengalami penurunan dibandingkan tahun 2021. Penurunan tersebut berjumlah 1.248 kasus, yang mana adalah pengurangan 0,27%. Komnas Perempuan menerima total 4.371 pengaduan pada tahun 2022, yang dikategorikan berdasarkan data personal, komunitas, negara,

non-gender-based data dan bersifat INFO. Mantan pacar merupakan pelaku kekerasan personal yang paling banyak tercatat setiap tahunnya, dengan 713 kasus sebagai yang paling umum. Selanjutnya, terdapat 622 kasus kekerasan terhadap istri, 422 kasus kekerasan dalam pacaran, 140 kasus kekerasan terhadap anak perempuan, dan 111 kasus KDRT/RP lainnya, termasuk kekerasan terhadap menantu, sepupu, kakak/adik. mertua, atau kerabat lainnya, serta 90 kasus kekerasan mantan suami. Kekerasan psikologis adalah jenis kekerasan paling umum yang terjadi dalam hubungan intim.

Namun demikian, laki-laki juga mengalami kasus kekerasan dalam konteks hubungan romantis. Misalnya seseorang berinisial PH yaitu seorang laki-laki berusia sekitar 22 tahun yang kini sedang menempuh studi di Jogja, ia mengalami berbagai bentuk kekerasan. Hal ini termasuk kekerasan verbal, seperti diolok-olok dan direndahkan, serta kekerasan ekonomi, seperti secara tidak langsung dipaksa untuk membelikan barang atau menanggung biaya atas namanya. Dengan mendapatkan kekerasan tersebut PH merasa rendah diri (*low self esteem*) sehingga menjadi lebih pendiam dan selalu hati-hati dalam berbicara. Hal tersebut karena PH merasa takut jika salah mengolah kata akan diremehkan atau bahkan diolok-olok oleh pacarnya. Namun hal tersebut dampaknya bukan hanya terhadap pacarnya saja melainkan kepada orang lain PH merasa takut untuk mengungkapkan apa yang ia ingin katakan.

Sebuah studi yang dilakukan oleh (Black dkk. 2008) mengungkapkan bahwa 67% individu yang mengalami kekerasan mengungkapkannya kepada orang lain. Secara khusus, 78,1% perempuan melaporkan kekerasan tersebut, sementara 52% laki-laki melaporkan kekerasan tersebut. Dalam penelitian yang dilakukan (Putri 2011) menunjukkan bahwa 69,4% perempuan dan 30,6% laki-laki mengalami kekerasan dalam hubungan romantisnya. Baik perempuan maupun laki-laki berpotensi menghadapi kekerasan dalam berpacaran.

Seorang remaja merasa sulit untuk meninggalkan hubungan, hal ini terlihat dari tingginya insiden kekerasan terkait pacaran. Pasalnya, perilaku kekerasan dalam hubungan romantis merupakan pola yang terus terjadi. Menurut (Walker 2009), salah satu tahapan kekerasan dalam pacaran adalah penyesalan penuh kasih, yang mana pelaku meminta maaf kepada korban dan berusaha memenangkan hatinya dengan bersikap baik, memberi hadiah, atau berjanji untuk berubah. Korban ingin menghidupkan kembali harapannya terhadap pasangannya saat ini karena mereka masih berpikir bahwa orang bisa berubah. Jika korban tetap menjalin hubungan setelah mencapai titik ini, siklusnya akan kembali ke awal dan terus berulang. Menurut (Strauss 2007), korban kekerasan dalam pacaran akan mengalami penurunan *self esteem* jika kekerasan tersebut dilakukan secara rutin. Para korban berusaha menyembunyikan kekurangannya karena masih merasa gagal akan selalu merasa tidak percaya diri dan tidak mampu menerima dirinya sendiri (Kamila dan Halimah 2020).

Perempuan adalah korban dari beberapa bentuk kekerasan (fisik, seksual, emosional, psikologis, isolasi sosial, dan pengendalian perilaku) menurut penelitian (Matheson dkk. 2015). Dalam hal cedera, cedera yang disebabkan oleh kontrol mental dan psikologis dipandang berbeda dengan cedera yang disebabkan oleh kekerasan fisik. Cedera pada tubuh sembuh lebih cepat, namun kerusakan identitas dan harga diri membutuhkan waktu untuk diperbaiki. Menurut (Matheson dkk. 2015), kerugian terhadap identitas dan *self esteem* seseorang sering kali disembunyikan dan tidak diketahui oleh para praktisi, masyarakat umum, dan bahkan korban itu sendiri, terkadang bahkan untuk jangka waktu yang lama. Penelitian (Kim dkk. 2017) menemukan hubungan kuat antara kekerasan dalam *relationship* dan rendahnya harga diri, yang dapat memperburuk gejala depresi.

Berdasarkan observasi dan wawancara singkat dengan beberapa mahasiswa angkatan 2020 program studi komunikasi dan penyiaran Islam, peneliti mendapatkan bahwa mahasiswa KPI mengalami *toxic relationship* yang berdampak pada *self esteem* korban. Dengan demikian, penulis tertarik

untuk melakukan penelitian pada mahasiswa angkatan 2020 pada program studi komunikasi dan penyiaran Islam untuk menggali lebih dalam mengenai gambaran *toxic relationship*, dampaknya terhadap *self esteem* dan dinamika *self esteem* korban.

Berdasarkan hal tersebut peneliti menanggapi ini adalah salah satu fenomena yang terjadi pada masa sekarang yang perlu mendapatkan perhatian khusus dan sangat penting untuk diteliti terlebih karena pengaruhnya terhadap *self-esteem* korban kekerasan dalam pacaran. Oleh karena itu, peneliti terdorong untuk menganalisis lebih dalam terkait “Dampak *Toxic Relationship* Terhadap *Self Esteem* Korban Kekerasan dalam Pacaran”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan judul dan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *toxic relationship* pada korban kekerasan dalam pacaran di KPI UMY?
2. Bagaimana dampak *toxic relationship* pada *self esteem* korban kekerasan dalam pacaran di KPI UMY?
3. Bagaimana dinamika *self esteem* korban kekerasan dalam pacaran di KPI UMY?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran *toxic relationship* pada korban kekerasan dalam pacaran di KPI UMY
2. Untuk mengetahui dampak *toxic relationship* terhadap *self esteem* korban kekerasan dalam pacaran di KPI UMY
3. Untuk mengetahui dinamika *self esteem* korban kekerasan dalam pacaran di KPI UMY

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan dampak hubungan beracun terhadap harga diri yang mengalami kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga dalam bidang hubungan beracun dan harga diri, khususnya dalam psikologi klinis, yang berfokus pada *self esteem*, dan psikologi sosial, yang mengkaji *toxic relationship* dalam konteks pacaran.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Psikolog/Konselor

Penelitian ini di harapkan dapat menambah informasi untuk psikolog maupun konselor yang fokus menangani masalah remaja yang erat kaitannya dengan kekerasan dan *toxic relationship* bahwa kekerasan dalam pacaran tidak hanya perempuan sebagai korban tetapi laki-laki juga menjadi korban. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan bagi psikolog maupun konselor dapat lebih memperhatikan *self esteem* korban dan mencari treatment yang cocok untuk meningkatkan *self esteem* korban *toxic relationship*.

b. Bagi Pimpinan Prodi KPI UMY

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengetahui gambaran terkait *toxic relationship* yang berdampak pada *self esteem* mahasiswa prodi KPI UMY. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat digunakan sebagai *evidence base* dalam memberi wawasan kepada mahasiswa terkait *relationship* remaja.