

BAB I

PEDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pacaran adalah salah satu periode yang dialami sebagian besar individu, khususnya pada masa remaja dan dewasa muda.¹ Pada masa ini, seseorang berada dalam proses pencarian jati diri dan mengembangkan kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal yang sehat.² Salah satu area perkembangan yang penting pada masa ini adalah area perkembangan sosial, termasuk kemampuan untuk menjalin hubungan romantis.

Dalam persepsi umum, pacaran sering digambarkan sebagai hubungan yang penuh dengan kemesraan, kebahagiaan, dan keromantisan. Namun, realitanya tidak selalu seperti itu. Pacaran adalah sebuah proses di mana dua individu berusaha saling mengenal, menyesuaikan, dan membangun komitmen.³ Tidak jarang ditemukan kasus di mana individu tersebut terperangkap dalam *toxic relationship* atau relasi yang tidak sehat selama berpacaran.

Toxic relationship atau hubungan yang beracun ditandai dengan adanya pola interaksi yang tidak konstruktif, seperti adanya pelecehan, manipulasi, kontrol, dan minimnya saling menghargai serta rasa aman

¹ John. W. Santrock, *Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2014), 45.

² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2006), 206-207.

³ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), 87.

dalam hubungan tersebut.⁴ Bentuk pelecehan, baik secara verbal, emosional, maupun fisik dalam hubungan ini dapat berupa penghinaan, kritik yang berlebihan, atau bahkan tindakan kekerasan. Bentuk manipulasi dan kontrol yang berlebihan ditandai dengan salah satu pihak berusaha untuk mengendalikan dan memaksakan kehendaknya kepada pihak lain, sehingga menghilangkan otonomi dan kebebasan. Sedangkan minimnya saling menghargai dan rasa aman berupa kurangnya rasa saling menghargai, kepercayaan, dan perhatian tulus antara pasangan. Keadaan ini dapat menimbulkan dampak negatif bagi harga diri, kesehatan mental dan perkembangan individu yang terlibat di dalamnya.

Di IAKN Toraja, ditemukan salah satu kasus mahasiswa yang terlibat dalam *toxic relationship*, ia sering mengalami berbagai permasalahan dalam hubungannya, mahasiswa tersebut berinisial RA (inisial samaran subjek) dan berumur 22 tahun. RA menceritakan pengalamannya mengalami berbagai bentuk kekerasan dan kontrol yang tidak sehat dari pacarnya selama kurang lebih 5 tahun terakhir. Ia mengungkapkan bahwa sejak dari awal menjalin hubungan ia selalu mendapatkan kecurigaan dan rasa tidak percaya yang berlebihan dari pacarnya. Pacarnya selalu mempertanyakan setiap aktivitas dan interaksi yang dilakukan RA, bahkan terhadap teman-teman dan keluarga terdekatnya.

⁴ Endang Sri Indrawati dan Nilul Fauziah, "Toxic Relationship dan Strategi Coping pada Dewasa Awal", *Jurnal Empati* 8, no.1 (2019): 2.

RA juga mengatakan, ia juga tidak memiliki kebebasan untuk keluar rumah tanpa sepengetahuan pacarnya. Ia harus meminta izin terlebih dahulu setiap ingin pergi, bahkan tidak diperbolehkan berteman dengan lawan jenis, termasuk sepupunya sendiri. Setiap kali RA keluar rumah tanpa sepengetahuan pacarnya, atau saat ia tertangkap sedang berbicara dengan lawan jenis, bahkan sepupunya sendiri, baik secara langsung maupun melalui *chatting*, RA langsung mendapatkan perlakuan buruk dari pacarnya berupa hinaan, kemarahan, dan bentakan yang membuat RA merasa tertekan dan kehilangan kebebasan dalam menjalani hubungan. Pacarnya tidak memberikan ruang bagi RA untuk berinteraksi dengan orang lain, selain dirinya.⁵

Selain terjebak dalam *toxic relationship*, RA juga memiliki trauma masa lalu, yaitu menjadi korban pelecehan seksual saat masih SMP. Sayangnya, orang tuanya menyalahkan RA atas musibah yang menimpanya. Hal ini membuat RA merasa diabaikan tidak dekat dengan keluarganya sendiri dan lebih dekat dengan keluarga pacarnya.⁶

Terjebak dalam *toxic relationship* adalah suatu keadaan yang tidak diharapkan oleh siapa pun. Mereka yang terjebak dalam hubungan demikian sering dihadapkan pada konflik berkelanjutan dan merasa terisolasi dari lingkungan sosial. Kondisi ini dapat memberikan dampak buruk pada

⁵ RA, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 10 April 2024.

⁶ RA, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 17 Mei 2024.

kesejahteraan emosional korban, memicu berbagai perasaan negatif seperti kecemasan, ketakutan, kesedihan, rasa tersinggung, kekesalan, hingga kemarahan. *Toxic relationship* ini dapat menyebabkan korban merasa terperangkap, terisolir, dan kehilangan kendali atas hidupnya, yang pada akhirnya berpengaruh buruk pada kesehatan mental dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.⁷

Toxic relationship yang dialami RA memberikan dampak buruk bagi dirinya juga relasinya. Melalui wawancara yang dilakukan penulis pada RA, RA mengungkapkan bahwa ia sering menangis, mengurung diri, dan juga menarik diri lingkungan pertemanan. Selain itu, hal ini juga berdampak buruk pada prestasi akademiknya. RA mengatakan saat sedang bermasalah dengan sang pacar ia tidak bisa mengerjakan tugas kuliah bahkan sering tidak mengikuti perkuliahan karena merasa percuma dirinya tidak akan fokus mengikuti proses perkuliahan.⁸

Menurut Ramadhani Ayu Balkist Aurelia dalam penelitiannya tentang "*Resovery Toxic Relationship* dalam Pacaran di Kalangan Remaja" menunjukkan bahwa dampak *toxic relationship* yaitu sulit konsentrasi, sulit tidur, menjadi pemurung, kehilangan kepercayaan diri, mudah merasa lelah, serta muda stress. Hal ini merupakan kategori dampak sosial dan psikis yang

⁷ Patriani, *Kebahagiaan Pada Perempuan* (Yogyakarta: ANDI, 2012), 9.

⁸ RA, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 17 Mei 2024

menyebabkan keadaan individu atau subjek menjadi buruk.⁹ Selanjutnya, temuan serupa dikaji oleh Nur Laila Akromi yang mengatakan bahwa alasan seseorang mempertahankan hubungan *toxic* karena adanya komitmen, mengatasnamakan cinta dan sayang.¹⁰

Mengacu pada konteks permasalahan yang dialami oleh RA, peneliti tertarik dengan hubungan yang dialami oleh RA karena ia sudah mengetahui bahwa ia berada dalam *toxic relationship* tetapi ia tetap ingin bertahan dalam hubungan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mencari tahu alasan RA memperhankan *toxic relationship* ditinjau dari teori Abraham Harold Maslow. Alasan penulis menggunakan teori Maslow karena teori ini dapat memberikan kerangka pemahaman yang mendalam tentang motivasi manusia dalam mempertahankan hubungan, termasuk hubungan yang tidak sehat (*toxic relationship*). Maslow mengidentifikasi lima tingkat kebutuhan dasar manusia, mulai fisiologis sampai aktualisasi diri. Analisis perilaku mahasiswa dalam mempertahankan hubungan toxic dapat dikaitkan dengan terpenuhi atau tidaknya kebutuhan-kebutuhan tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah mengapa

⁹ Ramadhani Ayu Balkist Aurelia, "Toxic Relationship Recovery dalam Pacaran di Kalangan Remaja" (Universitas Islam Negeri, 2022), 57.

¹⁰ Nur Laila Akromi, "Toxic Relationship Perempuan pada Relasi 'Teman Spesial' di Kalangan Mahasiswa" (Muhammadiyah Malang, 2022), 18.

mempertahankan *toxic relationship* dalam berpacaran pada mahasiswa IAKN Toraja ditinjau dari teori Abraham Harold Maslow?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis alasan mempertahankan *toxic relationship* dalam berpacaran pada mahasiswa IAKN Toraja ditinjau dari teori Abraham Harold Maslow.

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan kegunaan yang bersifat teoritis dan kegunaan yang bersifat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap tulisan ini dapat memberikan sumbangsi pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan tentang kajian seseorang yang mengalami *toxic relationship* pada mata kuliah pastoral konseling, psikologi kepribadian dan konseling keluarga.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa IAKN Toraja, mahasiswa secara umum dan masyarakat luas tentang bahaya *toxic relationship* dan pentingnya membangun komunikasi dan hubungan yang sehat.

E. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan penyelesaian dari penelitian ini, maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut

BAB I Pendahuluan:

Pada bagian ini mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II Kajian Teori:

Dalam bagian ini menguraikan tentang teori-teori yang mendasari pembahasan secara terperinci yang memuat tentang defenisi, bentuk-bentuk, penyebab dan dampak dari mempertahankan *toxic relationship* dalam berpacaran. Juga memuat tentang kajian teori Abraham Harold Maslow.

BAB III Metode Penelitian:

Pada bagian ini penulis memaparkan tentang pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, iforman/narasumber, teknik pengumpulan data, teknik analisa data dan jadwal penelitian.

BAB IV Hasil Penelitian:

Pada bagian ini berisi deskripsi hasil penelitian dan analisis penelitian,

BAB V Penutup:

Dalam bagian ini berisi kesimpulan dan saran.