

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Hubungan dalam status berpacaran merupakan hubungan yang sangat personal (intim) sehingga kisah dalam berpacaran tidak akan selalu indah seperti apa yang sudah dibayangkan. Contoh dari beberapa kasus yang sudah ditemukan dalam berpacaran termasuk yang kisahnya tidak indah sehingga terjadi konflik antar pasangan, lalu di mana salah satu pasangan ada yang merasa tidak nyaman atau tertekan hal tersebut sudah termasuk dalam kategori *toxic relationship*.

Istilah dari kata pacaran yaitu berawal dari teman lawan jenis yang tetap dan mempunyai hubungan berdasarkan cinta kasih atau bisa disebut dengan kekasih. Sepasang remaja beda jenis sudah menjalin suatu hubungan pacaran maka akan timbul rasa ingin bersikap romantis terhadap pasangannya. Santrock mengatakan bahwa cinta yang romantis bisa ditandai dalam kehidupan percintaan pada masa remaja, cinta yang romantis bisa meliputi sekumpulan emosi yang saling bertaut seperti rasa takut, marah, hasrat seksual, kesenangan, dan rasa cemburu.¹

Menurut Paul & White menjelaskan bahwa berpacaran itu merupakan sebuah bentuk rekreasi, remaja yang berpacaran dapat menikmati dan dianggap pacaran adalah sebagai sumber kesenangan, lalu pacaran bisa sebagai proses sosialisasi dimasa remaja, karena pacaran dapat membantu remaja untuk mempelajari bagaimana bergaul dengan orang lain dan mempelajari tentang tata ramah dalam berperilaku sosial.

¹ Santrock John W. Adolescence. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam. (Jakarta: Erlangga 2003) h. 83

Maka dapat disimpulkan bahwa perilaku berpacaran merupakan proses pengenalan antara dua lawan jenis dengan harapan untuk menuju kehidupan pernikahan. Selain itu, pacaran juga dianggap sebagai salah satu cara untuk menemukan kecocokan antar pasangan yang bertujuan untuk membentuk rumah tangga atau berkeluarga. Bagi sebagian remaja hal tersebut dianggap wajar karena terdorong oleh rasa ketertarikan semata, oleh karena itu masalah yang dianggap sangat mengganggu dalam kehidupan sehari-hari yaitu masalah tentang pacaran.

Toxic relationship adalah hubungan antara satu sama lain merasa tidak nyaman atau merasa tertekan. *Toxic relationship* bisa berupa bentuk kekerasan yang terjadi dalam hubungan seperti pacaran yang saat ini menjadi konsumsi masyarakat luas. Kemudian bisa menyebabkan ketidaknyamanan di antara salah satu atau kedua dari pasangan tersebut. Rasa keegoisan yang berlebih, serta terdapat kekangan sehingga tidak ada kebebasan dalam bertindak maupun beraktivitas sosial. Tentu saja hal ini dapat mempengaruhi perilaku seseorang yang tidak bisa berkembang di lingkungan sosialnya.

Menurut Devi Sri Wahyuni, S. K. faktor – faktor penyebab terjadinya *toxic relationship* dalam pacaran terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal yaitu faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu yang memberikan pengaruh terhadap cara berpikir ataupun bertindak setiap individu.² Faktor internal terjadinya *toxic relationship* dalam berpacaran bisa berpengaruh dalam kepribadiannya, kondisi emosional yang tidak stabil merupakan penyebab yang menimbulkan terjadinya *toxic relationship* dalam pacaran. Emosional berlebihan dalam menghadapi permasalahan kecil sangat rentan untuk berkembang menjadi tindak

² Devi Sri Wahyuni, S. K., “Analisis Faktor Penyebab Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia,” *Sosietes Jurnal Pendidikan Sosiologi*, Tahun 2020 h. 923-928.

kekerasan. Korban ketergantungan terhadap pasangan juga merupakan pengaruh dalam masalah toxic, contoh dalam hubungan pacaran akan terdapat harapan perempuan berkaitan dengan lama hubungan tersebut berjalan, maka ada kecenderungan selalu menuruti permintaan pacarnya sehingga membentuk pola relasi kekuasaan dan ketergantungannya semakin besar ketergantungan maka semakin besar pula peluang untuk dikontrol. Secara faktor eksternal penyebab dari masalah *toxic relationship* yaitu seperti adanya pengaruh dari lingkungan sosial, selingkuh, perilaku tidak jujur terhadap pacar, rasa cemburu.

Dalam buku Morgan Lee yang berjudul “*Toxic relationship (the 7 Alarming signs that you are in a toxic relationship)*”, menjelaskan bahwa hubungan *toxic relationship* dapat diidentifikasi dengan adanya kekerasan dari salah satu pasangan, tentunya dalam hal seperti itu bisa membuat pasangan yang lain merasa tidak nyaman atau tertekan. Pasangan yang menjalin kasih disebut dengan pacaran yaitu sebuah hubungan yang baik karena bisa menyatukan dan memberi suatu pengertian terhadap pasangannya, dengan adanya hubungan ini bisa membahayakan juga karena bisa menjatuhkan harga diri pasangannya kapanpun. Hubungan *toxic relationship* di definisikan oleh Carruthers yaitu hubungan yang tidak sehat bisa menjadi racun bagi pasangan.³

Fenomena *toxic relationship* di Indonesia mendapatkan perhatian, karena dari beberapa public figure atau artis Indonesia yang membagikan cerita terkait pengalaman mereka yang pernah terjebak dalam hubungan pacaran yang toxic. Menurut Dina Wulandari, S. Psi., M. Psi. Dalam penelitiannya menjelaskan tentang *toxic relationship* dalam *sharing season 8*

³ Carruthers, A. Freedom from *Toxic Relationship: Moving on from the Family, Work, and Relationship Issues That Bring You Down*. (New York: Penguin Group 2011) h.152.

dengan tema “*goodbye toxic relationship*” dapat merusak fisik maupun emosional kita dan juga pasangan. Selain itu, hubungan yang *toxic* dipengaruhi oleh perasaan yang tidak aman, egois, dan keinginan untuk mengendalikan pasangan. Namun, beberapa kasus, justru pasangan sangat sulit untuk mengidentifikasi bahwa mereka berada dalam hubungan yang *toxic*, hal ini karena mereka menganggap itulah bukti cinta, tanpa disadari hal yang terjadi dan yang dialami itu merupakan bentuk kekerasan dalam suatu hubungan seperti pacaran.

Perbedaan dalam hubungan yang *toxic* dengan yang tidak *toxic* yaitu, kalau yang tidak *toxic* atau disebut dengan hubungan yang sehat terdapat kasih sayang, perhatian antara satu sama lain dan juga saling mendukung dalam hal yang positif. Berbeda dengan hubungan *toxic* atau hubungan yang tidak sehat yaitu komunikasi yang tidak baik, adanya posesif yang berlebihan rasa ingin tau apa yang dilakukan pasangannya sangat tinggi sehingga itu bisa mengganggu pihak lainnya. Ketika pasangan terindikasi hubungan yang beracun, akan terlihatnya ketika perilaku perilaku beracun itu muncul sebagai tanda bahwa hubungan tersebut tidak sehat, terjadinya tidak kenyamanan disalah satu pasangan, egois, dan juga pengaruh dari salah satu pasangan.

Komunitas Forum Anak Kota Cilegon dibentuk pada tanggal 12 Juni 2012, untuk batasan umur di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon yaitu dari umur 13 Tahun sampai 17 tahun. Lalu komunitas ini dilantik oleh Walikota Cilegon pada tanggal 29 November 2012. Komunitas Forum Anak Kota Cilegon terdiri dari Forum Anak Nasional (FAN) dan dimana komunitas ini merupakan organisasi anak yang dibina oleh Pemerintah Republik Indonesia melalui Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, untuk menjembatani komunikasi dan interaksi antara pemerintah dengan anak-anak di seluruh Indonesia dalam rangka pemenuhan

hak partisipasi anak. Saat ini Forum Anak Nasional (FAN) sudah tersebar mulai dari jenjang Desa atau Kelurahan, kecamatan, Kabupaten atau Kota.

Peneliti memiliki 3 responden, yang terdiri dari AC, NT, dan TA. Masing masing responden memiliki masalah yang berbeda-beda ada yang mengalami masalah toxic relationship dalam bentuk kekerasan fisik, kekerasan psikis, dan kekerasan ekonomi. Masalah toxic relationship dalam bentuk kekerasan ekonomi dialami oleh konseli yang berinisial AC, yang dimana AC mengalami kekerasan ekonomi pada mantan pasangannya, konseli AC selalu memberikan semua kebutuhan pasangannya akan tetapi konseli AC sendiri belum pernah merasakan dapat suatu hal yang diberikan oleh mantan pasangannya tersebut. Lalu adapun konseli NT yang mengalami masalah toxic relationship dalam bentuk kekerasan fisik, yang dimana konseli NT pernah merasakan kekerasan fisik dengan pasangannya seperti ditarik, ditendang, dan dipukul. Konseli terakhir yaitu konseli TA, konseli TA ini pernah merasakan masalah toxic relationship dalam bentuk kekerasan psikis, kekerasan psikis yang dialami oleh konseli TA yaitu seperti di ucapkan kata-kata kotor, di bilang bodoh, dan selalu dikatakan *body shaming*.

Maka dapat di simpulkan *toxic relationship* adalah sebuah perasaan yang tidak nyaman dalam berpasangan yang membuat dirinya mengalami perubahan secara psikis, maka oleh karena itu hubungan yang *toxic* secara tidak langsung dari sebuah tekanan pasangan untuk memenuhi segala keegoisan dan membuat dirinya tidak bisa berkembang di kehidupan sosial (tertutup). Hal yang menarik dari penelitian ini yaitu ingin rasanya bisa mewadahi para remaja untuk mengetahui bentuk-bentuk *toxic relationship* oleh karena itu para remaja bisa mempersiapkan diri untuk melanjutkan ke tahap pernikahan.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, penulis merumuskan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *Toxic relationship* pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon. Kemudian peneliti menurunkan menjadi beberapa pertanyaan penelitian, berikut ini:

1. Apa saja bentuk-bentuk *toxic relationship* yang dialami oleh remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon?
2. Apa saja faktor-faktor terjadinya *toxic relationship* pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon?
3. Bagaimana dampak *toxic relationship* terhadap layanan konseling individual pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon?

C. Tujuan penelitian

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu menganalisis *toxic relationship* pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tentang bentuk-bentuk *toxic relationship* yang terjadi pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji faktor-faktor penyebab terjadinya *toxic relationship* pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon
3. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak *toxic relationship* terhadap layanan konseling individual pada remaja awal di Komunitas Forum Anak Kota Cilegon.

D. Manfaat penelitian

Ada beberapa manfaat yang akan didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharap akan dapat memberi kontribusi berupa informasi, data, dan analisis terhadap penelitian sejenis berdasarkan perspektif Sosiologi.⁴ Dan sebagai bahan edukasi dalam layanan konseling individual untuk mengurangi masalah dalam *toxic relationship*.

2. Manfaat praktis

Hasil dari penelitian ini diharap akan dapat memberi pemahaman kepada masyarakat secara umum, khususnya Komunitas Forum Anak Kota Cilegon agar tidak terjebak dalam *toxic relationship* serta memberi pemahaman bahwasannya perempuan memiliki hak yang harus dihargai sebagai seorang manusia sehingga tidak pantas untuk mendapatkan kekerasan dalam hal apapun.

E. Definisi Operasional

Menurut Husein Umar, menjelaskan bahwa definisi oprasional merupakan penentuan suatu construct sehingga menjadi variable maupun variable-variable yang dapat diukur.⁵ Dan menurut Hoover, menjelaskan bahwa definisi operasional merupakan memuat identifikasi sesuatu hal yang bersifat (variable) sehingga bisa digunakan untuk penelitian (observasi).

⁴ Damsar, *Pengantar Teori Sosiologi*, (Jakarta: Kencana, 2015), hal 115.

⁵ Husein Umar. *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis bisnis*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada 2008) h. 42.

Kesimpulan dari definisi operasional yaitu definisi yang memberikan pernyataan pada peneliti untuk apa saja yang di butuhkan dalam menjawab pertanyaan melalui wawancara dengan observasi penelitian khususnya pada penelitian kualitatif. Maka berikut ini akan diuraikan definisi-definisi operasional dalam penelitian yang digunakan:

1. Layanan Konseling Individual

Menurut Hellen konseling individual merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah yaitu konseli yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Dapat disimpulkan konseling individual merupakan kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lainnya. Dengan adanya layanan konseling individual ini sangat berpengaruh besar terhadap peningkatan konseli karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap konseli dengan cara berinteraksi.

2. *Toxic relationship*

Menurut Dr. Lillian Glass, seorang ahli komunikasi dan psikologi yang dalam bukunya berjudul *Toxic People (1995)* mendefinisikan *toxic relationship* adalah hubungan yang tidak saling mendukung satu sama lain. Yang mana salah satu pihak berusaha memiliki kontrol yang besar terhadap pihak lain. Adapun definisi menurut Dina Wulandari S.Psi.,M.Psi. dalam penelitiannya yang berjudul *good bye toxic relationship* adalah merusaknya fisik maupun emosional pada suatu pasangan untuk memenuhi keegoisan atau kepuasan dalam mengendalikan pasangannya.

Maka dapat disimpulkan *toxic relationship* adalah sebuah perasaan yang tidak nyaman dalam berpasangan yang membuat dirinya mengalami perubahan psikis secara tidak langsung dari sebuah tekanan pasangan untuk memenuhi segala keegoisan dan membuat dirinya tidak bisa berkembang di public atau menjadi tertutup.

3. Remaja

Kata remaja berasal dari bahasa latin yaitu "*puberty*" yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Menurut Papalia dan Olds yang dikutip oleh Yudrik Jahja, masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun.

Sedangkan menurut Anna Freud yang dikutip oleh Yudrik Jahja, pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan. Perubahan ini dapat terjadi secara kuantitatif, misalnya penambahan tinggi atau berat tubuh, dan kualitatif, misalnya perubahan cara berpikir secara konkret menjadi abstrak. Perkembangan dalam kehidupan manusia terjadi pada aspek-aspek yang berbeda, yaitu perkembangan fisik, kognitif, serta kepribadian dan sosial.⁶

⁶Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Prenadamedia Grup 2011), h. 219-221.

Masa remaja adalah suatu periode kehidupan di mana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Hal ini karena selama periode remaja, proses pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Ditinjau dari perspektif teori kognitif Piaget, maka pemikiran masa remaja telah mencapai tahap pemikiran operasional formal (*formal operational thought*), yaitu suatu tahap perkembangan kognitif yang dimulai pada usia 11 atau 12 tahun dan terus berlanjut sampai remaja mencapai masa tenang atau dewasa. Pada masa ini, anak sudah mampu memikirkan sesuatu yang akan atau mungkin terjadi dan sesuatu yang abstrak. Di samping itu, pada tahap ini remaja juga sudah mampu berpikir secara sistematis, mampu memikirkan semua kemungkinan secara sistematis untuk memecahkan permasalahan.⁷

Dalam Islam, masa remaja berarti mulainya masa akil baligh yang ditandai dengan adanya perubahan pada fisik. Anak laki-laki yang tepat berumur 15 tahun dianggap baligh, sehingga berlaku padanya hukum orang-orang yang berusia baligh walaupun ia belum bermimpi. Awal masa remaja pada perempuan ditandai dengan terjadinya menstruasi yang pertama. Syaikh M. Jamaluddin Mahfudz menyatakan bahwa usia 12 tahun sampai 15 tahun disebut fase permulaan remaja, usia 15 tahun sampai 18 tahun disebut fase pertengahan remaja, dan usia 18 tahun sampai 22 tahun disebut fase paripurna remaja.⁸

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke

⁷Desmita, *Psikologi Perkembangan...*, h. 194-195.

⁸Elfi Yuliani, "Psikologi Remaja Muslim" *Jurnal AL MURABBI*. Vol. 3, No. 2 (Januari 2017) IAIN Ponorogo, h. 194.

masa dewasa yang mencakup perkembangan fisik, intelektual, emosi, dan sosial.

1) Ciri-ciri Remaja

- a. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal sebagai *masa storm & stress*. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, harus lebih mandiri, dan bertanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring berjalannya waktu, dan akan tampak jelas pada remaja akhir.
- b. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri.
- c. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.
- d. Perubahan nilai, di mana apa yang mereka anggap penting pada masa anak-anak menjadi kurang penting karena telah mendekati dewasa.

- e. Kebanyakan remaja bersikap *ambivalen* dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan ini, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab ini.⁹

2) Aspek-aspek Perkembangan Pada Remaja

a. Perkembangan Fisik

Individu yang berada pada fase remaja secara biologis mulai menunjukkan tanda-tanda sebagai orang dewasa, baik itu perubahan pada proporsi tubuh maupun perkembangan ciri-ciri seks sekunder. Itulah sebabnya dikatakan bahwa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa.

b. Perkembangan Perilaku Seksual

Bentuk perilaku seksual bermacam-macam mulai dari rasa tertarik pada lawan jenis, bergandengan tangan, berpelukan, bercumbu, sampai berhubungan seks. Masalah akan timbul jika remaja tidak bisa mengendalikan dorongan seksualnya sehingga perilaku yang terjadi tidak sesuai dengan norma. Pencegahan dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan seks, termasuk di dalamnya pendidikan tentang kesehatan reproduksi.

c. Perkembangan Intelektual

Kemampuan intelektual remaja telah berbeda dengan cara berpikir anak-anak. Remaja mampu memikirkan masa

⁹Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan...*, h. 235-236.

depan dan membuat perencanaan serta mengeksplorasi berbagai kemungkinan untuk mencapainya.

d. Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi individu dipengaruhi oleh kematangan dan proses belajar. Melalui proses belajar, remaja dapat mengahayati berbagai perasaan, bagaimana mengekspresikan, dan mengendalikan perasaan-perasaan tersebut.

e. Perkembangan Moral Remaja

Pandangan moral remaja semakin lama semakin abstrak, hal ini sejalan dengan perkembangan aspek kognitifnya. Semakin bertambah tingkat pengertian remaja, semakin banyak pula nilai-nilai moral yang dapat ditangkap dan diserapnya. Ini mendorong remaja lebih berani dalam menganalisis masalah moralitas serta berani mengambil keputusan terhadap berbagai hal yang berhubungan dengan moralitas.¹⁰

¹⁰Rinda Fauzian, *Pengantar Psikologi Perkembangan*, (Sukabumi: CV Jejak, 2020), h. 168-173.