

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia menyadari bahwa kehidupannya tidak dapat dipisahkan dari proses interaksi. Dalam setiap aspek kehidupan, manusia selalu bergantung pada orang lain, karena tidak ada satu pun individu yang dapat hidup sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Sebagai makhluk sosial, manusia sangat dekat dengan orang lain dan sangat membutuhkan proses interaksi untuk menjalani kehidupannya sehari-hari. Interaksi sosial ini sangat penting karena memungkinkan manusia untuk saling berkomunikasi dan berkolaborasi. Simbol-simbol ini bisa berupa bahasa tubuh, ekspresi wajah, atau bahkan intonasi suara yang digunakan saat berbicara. Dengan adanya simbol-simbol ini, pesan dapat disampaikan dengan lebih efektif dan interaksi sosial dapat berjalan dengan lancar. Dalam kehidupan sehari-hari, interaksi sosial ini bisa terjadi di berbagai tempat dan situasi. Di lingkungan keluarga, misalnya, anggota keluarga berinteraksi satu sama lain untuk menciptakan hubungan yang harmonis dan mendukung. Secara keseluruhan, interaksi sosial adalah aspek yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Tanpa adanya interaksi sosial, manusia akan kesulitan untuk bertahan hidup dan berkembang.

Ideologi yang berkaitan dengan gender sering kali menjadi rancu dan merusak hubungan antara perempuan dan laki-laki ketika pengertian gender dicampurkan dengan pengertian seks atau jenis kelamin. Hal ini terjadi karena banyak masyarakat yang belum mampu membedakan secara jelas antara konsep seks dan gender. Seks merujuk pada perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan, seperti anatomi tubuh dan fungsi reproduksi, sementara gender mengacu pada peran, perilaku, dan identitas yang dikonstruksi secara sosial dan kultural yang berkaitan dengan menjadi laki-laki atau perempuan. Ketidakmampuan untuk membedakan antara seks dan gender ini kemudian memunculkan berbagai masalah gender, yang sering kali berwujud dalam bentuk ketidakadilan gender. Ketidakadilan gender ini terutama dialami oleh kaum

perempuan, yang sering kali ditempatkan pada posisi yang lebih rendah atau diabaikan dalam berbagai aspek kehidupan, baik itu dalam keluarga, masyarakat, maupun di tempat kerja. Salah satu ketidakadilan gender yang dialami oleh perempuan adalah subordinasi yang disebabkan oleh budaya patriarki yang masih mengakar kuat pada masyarakat (Bonar, 2019).

Patriarki berasal dari kata patriarkat, yang berarti struktur sosial yang menempatkan peran laki-laki sebagai penguasa tunggal, sentral, dan segala-galanya dalam kehidupan masyarakat. Dalam sistem patriarki, laki-laki memegang kekuasaan dominan dan menjadi pusat dari segala keputusan, sementara perempuan sering kali dipinggirkan dan diabaikan. Sistem ini telah mendominasi banyak kebudayaan masyarakat selama berabad-abad dan berdampak besar pada berbagai aspek kehidupan manusia. Sistem patriarki ini menyebabkan kesenjangan dan ketidakadilan gender yang mempengaruhi berbagai kegiatan manusia, mulai dari kehidupan keluarga, pendidikan, hingga pekerjaan dan politik. Dalam keluarga, laki-laki sering kali dianggap sebagai kepala rumah tangga yang memiliki otoritas penuh, sementara perempuan dianggap hanya berperan dalam urusan domestik dan pengasuhan anak. Hal ini membatasi perempuan dalam mengembangkan potensi diri dan berpartisipasi aktif dalam pengambilan keputusan keluarga. Secara keseluruhan, sistem patriarki menciptakan ketidakadilan yang mendalam dan berkelanjutan dalam kehidupan masyarakat. Untuk mencapai kesetaraan gender, penting bagi kita untuk mengatasi dan meruntuhkan struktur patriarki ini. Pendidikan dan kesadaran gender perlu ditingkatkan, serta kebijakan yang mendukung kesetaraan gender harus diterapkan. Dengan demikian, kita dapat menciptakan masyarakat yang lebih adil dan inklusif, di mana baik laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang sama untuk berkembang dan berkontribusi (Ade & dkk, 2018).

Perempuan seringkali ditempatkan dalam posisi yang lebih rendah atau subordinat. Budaya patriarki yang membatasi peran perempuan mengakibatkan mereka terbelenggu dan mengalami diskriminasi. Ketidaksetaraan antara peran laki-laki dan perempuan menjadi hambatan struktural yang menghalangi akses yang setara bagi individu dalam masyarakat. Selain itu, kebijakan pemerintah yang tidak

sensitif terhadap kebutuhan perempuan seringkali membuat perempuan menjadi korban dari kebijakan tersebut.

Hubungan yang sangat personal atau intim, seperti pacaran, tidak selalu berjalan dengan baik seperti yang diharapkan. Dalam beberapa situasi, salah satu pihak mungkin merasa tidak nyaman atau bahkan mengalami kekerasan, yang dikenal sebagai hubungan beracun (*toxic relationship*). Hubungan beracun ini dapat diartikan sebagai hubungan yang tidak saling menguntungkan, karena adanya dominasi dari salah satu pihak, sehingga pihak lainnya merasa tertekan dan tidak nyaman. Hubungan yang sangat dekat atau intim, seperti dalam pacaran, tidak selalu berakhir dengan kebahagiaan dan keharmonisan yang diinginkan. Pada kenyataannya, terdapat banyak kasus di mana salah satu pihak dalam hubungan tersebut merasa tidak nyaman, dan dalam beberapa kasus ekstrem, bahkan mengalami kekerasan. Fenomena ini sering kali disebut sebagai hubungan beracun atau *toxic relationship*. Hubungan beracun merupakan kondisi di mana salah satu pihak mendominasi hubungan tersebut, mengakibatkan pihak lainnya merasa tertekan, terisolasi, dan tidak nyaman. (Vedasari, 2020).

Toxic relationship merupakan hubungan dimana di dalam hubungan tersebut terdapat perilaku-perilaku 'beracun' yang dilakukan oleh salah satu pasangan dalam hubungan tersebut, perilaku tersebut dapat mengganggu kesehatan fisik maupun psikis dari seseorang. Definisi yang sama juga diungkapkan oleh Morgan Lee dalam bukunya yang berjudul "*Toxic relationships (the 7 most Alarming signs that you are in a Toxic Relationship)*", bahwa sebuah hubungan yang *toxic* atau yang disebut dengan *toxic relationship* ditandai dengan adanya kekerasan dari salah satu pasangan, dan tentunya hal itu membuat pasangan yang lain merasa tidak nyaman (Nurifah, 2013).

Hubungan, terutama dalam konteks pacaran, memiliki potensi untuk menjadi sesuatu yang ajaib karena dapat menyatukan dua individu dan memberikan makna mendalam dalam kehidupan mereka. Namun, di sisi lain, hubungan juga bisa menjadi berbahaya karena mampu menjatuhkan pasangan kapan saja. Ketika hubungan tersebut tidak sehat, hal itu dapat menjadi racun bagi kedua pihak yang

terlibat, dan inilah yang dikenal sebagai hubungan beracun atau toxic relationship. Dalam jenis hubungan seperti ini, komunikasi yang terjadi biasanya cenderung satu arah, dengan salah satu pihak yang mendominasi dan mengendalikan.

Posesif yang berlebihan sering kali muncul, di mana salah satu pasangan ingin mengetahui secara detail setiap aktivitas yang dilakukan oleh pasangannya. Lebih jauh lagi, dalam hubungan yang toxic, salah satu pihak tidak diberi kesempatan untuk berkembang dan menjadi lebih baik. Ketidaksetaraan ini menciptakan lingkungan yang tidak sehat dan merusak, yang menghalangi pertumbuhan pribadi dan kebahagiaan kedua belah pihak. Dengan demikian, penting untuk mengenali tanda-tanda hubungan beracun dan mengambil langkah-langkah untuk mengatasinya, baik dengan mencari bantuan profesional maupun dengan mendiskusikan masalah tersebut secara terbuka dan jujur dengan pasangan. Mengenali dan mengatasi hubungan beracun adalah langkah penting menuju kesejahteraan emosional dan hubungan yang lebih sehat di masa depan (Carruthers, 2011).

Mahasiswa memasuki fase remaja yang berada di usia 16-24 tahun dan berada di suai tersebut seseorang sudah dapat mengambil keputusan yang akan mempengaruhi masa depan mereka. Beberapa mahasiswa baru sering memiliki keinginan tertentu saat memasuki dunia perkuliahan, Salah satu keinginan yang umum adalah menjalin hubungan dengan lawan jenis, sebuah fenomena yang sering terjadi pada masa remaja. Perasaan cinta yang muncu dalam hubungan ini dapat memberikan kebahagiaan kepada individu tersebut. Bagaimanapun, manuisa tidak memberikan kebahagiaan kepada individu tersebut (Witri Azkia, 2024).

Hal ini terlihat dalam hubungan terkecil dalam masyarakat, yaitu hubungan antara suami dan istri, dimana mereka Bersatu untuk saling menenamin, berbagai, dan mendengarkan keluh kesah satu sama lain. Bagi para muda-mudi, pernikahan mungkin belum memngukinkan kerena berbagai factor, sehingga pacarana menjadi alternatif untuk saling memberikan perhatian, cinta, dan kasih sayang. Di ere modern inilah pacaran dianggap sebagai hal yang wajar sebelum memasuki jenjang pernikahan. Proses pacarana dianggap sebagai kesempatan bagi pria dan wanita

untuk saling mengenal dan memahami karakter serta sifat masing-masing. Harapannya, melalui proses ini, mereka memiliki kesempatan untuk memahami satu sama lain dengan lebih baik sebelum memutuskan untuk membentuk rumah tangga, masa pacaran sering kali diwarnai dengan hal-hal yang romantis, namun hubungan atau interaksi dengan sesama manusia tidak selalu berjalan mulus. Meskipun ada tuntutan untuk berperilaku sopan dan baik, tidak jarang pula manusia melakukan tindakan atau mengucapkan kata-kata yang tidak baik.

Dalam beberapa kasus, salah satu individu dalam hubungan bisa merasa tidak nyaman, mengalami kekangan, pengontrolan kegiatan, atau bahkan kekerasan. Fenomena dampak negatif yang sangat signifikan terhadap kesehatan mental dan emosional individu yang terlibat, menyebabkan stress, kecemasan, dan bahkan depresi. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk mengenali tanda-tanda hubungan yang tidak sehat dan mencari bantuan jika diperlukan, guna memastikan mereka dapat menjalani kehidupan yang lebih bahagia dan sejahtera.

Namun, ketika sebuah hubungan menunjukkan tanda-tanda beracun, kita akan melihat perilaku-perilaku yang mengindikasikan bahwa hubungan tersebut tidak sehat. Tanda-tanda tersebut mencakup adanya ketidaknyamanan pada salah satu pasangan, perilaku egois, dan dominasi dari salah satu pihak. Beberapa bentuk atau ciri yang menunjukkan bahwa seseorang berada dalam hubungan yang toxic meliputi perasaan tidak aman dan tidak nyaman, cemburu yang berlebihan, keegoisan, merendahkan pasangan, kritik yang berlebihan, kurangnya afeksi, tidak dihargai, serta kekerasan baik fisik maupun psikis. Hubungan yang tidak sehat ini sering kali ditandai oleh dinamika yang merugikan salah satu pihak. Ketidakamanan dan ketidaknyamanan yang dirasakan dapat muncul dari cemburu yang berlebihan, di mana salah satu pasangan terus-menerus merasa tidak percaya dan curiga terhadap pasangannya. Keegoisan yang mendominasi hubungan menyebabkan salah satu pihak selalu mementingkan dirinya sendiri, tanpa memperhatikan kebutuhan dan perasaan pasangannya.

Lebih parah, *toxic relationship* bisa membuat salah satu pihak atau keduanya trauma bahkan menyebabkan kematian (Saraswati, 2019). Fenomena hubungan

beracun (*toxic relationship*) saat ini sering menjadi topik pembahasan di kalangan psikolog di Indonesia. Selain itu, berbagai lembaga yang peduli dengan kesehatan mental di Indonesia juga aktif mengkampanyekan bahaya dari hubungan beracun. Meskipun telah ada peningkatan kesadaran mengenai isu ini, fenomena *toxic relationship* dalam konteks pacaran atau berumah tangga masih perlu mendapat perhatian lebih lanjut. Banyak pasangan muda yang belum sepenuhnya memahami dampak negatif dari hubungan semacam ini, sehingga penting untuk terus membahas dan mengedukasi tentang bahaya yang dapat timbul dari hubungan yang tidak sehat. Pendekatan edukatif dan penyuluhan yang konsisten dapat membantu individu mengenali tanda-tanda hubungan beracun dan mengambil langkah-langkah yang tepat untuk menjaga kesejahteraan emosional mereka.

Ada banyak ciri-ciri *toxic relationship* yang dianggap biasa, padahal itu merupakan bentuk kekerasan, diantaranya posesif yang berlebihan, cemburu yang berlebihan, ataupun bentuk-bentuk pengekangan yang lain yang justru dianggap sebagai bentuk cinta. Dilansir dari Womens Health (2018), sikap posesif yang berlebihan bisa menjadi tanda bahwa hubungan pacaran yang sedang dijalani adalah hubungan yang terindikasi *toxic relationship*. Sikap posesif berlebihan ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara detail apa saja yang dilakukan pasangannya.

Sikap posesif yang berlebihan dalam hubungan beracun sering kali digunakan oleh salah satu pasangan untuk membatasi kebebasan pasangannya, sehingga mereka tidak bisa menjalankan aktivitasnya secara bebas. Hubungan beracun dapat berujung pada kekerasan dan, dalam kasus ekstrem, bahkan menyebabkan kematian. Sebagai contoh, di Amerika Serikat, terdapat sekitar delapan juta anak perempuan setiap tahunnya yang mengalami pelecehan dan kekerasan dari pacarnya sebelum mereka mencapai usia 18 tahun. Pelecehan ini dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk verbal, emosional, seksual, dan fisik. Pelecehan verbal mungkin melibatkan hinaan atau penghinaan yang merendahkan harga diri korban, sedangkan pelecehan emosional dapat berupa manipulasi atau kontrol yang merusak kesehatan mental. Pelecehan seksual dan fisik termasuk tindakan

kekerasan yang lebih nyata dan dapat menyebabkan trauma serius. (Rohmah & dkk, 2011).

Fakta-fakta tersebut memang sangat mengerikan dan menunjukkan betapa seriusnya masalah kekerasan dalam hubungan pacaran, tidak hanya di Amerika Serikat tetapi juga di Indonesia. Sayangnya, di Indonesia, kasus kekerasan dalam hubungan pacaran sering kali kurang mendapatkan perhatian yang memadai dari masyarakat. Banyak orang masih menganggap masalah ini sebagai isu moral semata, dan sering kali ada anggapan bahwa segala sesuatu yang terjadi "atas nama cinta" harus diterima, membuat korban kekerasan tidak menyadari bahwa mereka sebenarnya menjadi korban. Anggapan ini menyebabkan minimnya pemahaman dan dukungan yang tepat bagi mereka yang mengalami kekerasan dalam hubungan. Kurangnya kesadaran ini menghambat upaya untuk mengatasi dan mencegah kekerasan, serta membuat korban merasa terisolasi dan tidak mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan.

Kelly menyebutkan bahwa kekerasan dalam pacaran adalah masalah yang bisa terjadi pada setiap orang (siapa saja), tanpa batasan usia, tanpa memandang status sosial-ekonomi, orientasi seksual, serta tempat tinggal (Gursang & dkk, 2015). Kekerasan dalam pacaran dapat berdampak baik dari fisik dan juga psikis, seperti dapat menyebabkan luka fisik, dan juga menyebabkan rendahnya *self esteem* pada korban.

Kekerasan dalam pacaran sering kali terjadi akibat kurangnya pengetahuan di antara pasangan mengenai batasan dan dinamika hubungan yang sehat. Memiliki pengetahuan yang baik tentang bentuk-bentuk kekerasan dapat secara signifikan mengurangi risiko kekerasan dalam hubungan pacaran. Dengan memahami berbagai bentuk kekerasan, seperti kekerasan fisik, verbal, emosional, dan seksual, pasangan dapat lebih mudah mengidentifikasi perilaku yang tidak dapat diterima dan menilai batasan-batasan dalam hubungan mereka. Pengetahuan yang luas mengenai tanda-tanda kekerasan memungkinkan korban untuk lebih waspada dan sadar akan batasan perilaku yang dapat diterima. Ini membantu individu untuk

mengenali ketika perilaku pasangan melampaui batas yang wajar dan mulai menyadari adanya kekerasan yang mungkin terjadi.

Selain pengetahuan tentang bentuk-bentuk kekerasan, kecerdasan emosional juga memainkan peran penting dalam menghindari kekerasan dalam pacaran. Dengan memiliki kecerdasan emosional yang baik, kedua belah pihak dalam hubungan dapat lebih efektif dalam mengelola dan menahan emosi mereka. Hal ini memungkinkan mereka untuk bertindak dan berperilaku dengan cara yang tidak merugikan orang lain maupun diri sendiri. Kecerdasan emosional membantu individu dalam mengidentifikasi dan memahami perasaan mereka sendiri serta perasaan pasangan, serta mengembangkan empati dan keterampilan komunikasi yang efektif.

Perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam hubungan pacaran dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor sosiologis, psikologis, dan non-psikologis. Ketimpangan atau ketidakseimbangan dalam relasi antara laki-laki dan perempuan sering kali menjadi sumber utama dari masalah ini. Dalam banyak kasus, terdapat ketidakadilan yang mendalam dalam hubungan, di mana kekuasaan dan kontrol tidak seimbang. Sangat disayangkan bahwa banyak perempuan yang menjadi korban kekerasan justru memilih untuk memaafkan dan menerima kembali pasangan mereka yang telah melakukan kekerasan. Sikap ini sering kali disebabkan oleh berbagai alasan, seperti cinta yang kuat, rasa takut, atau ketergantungan emosional dan finansial.

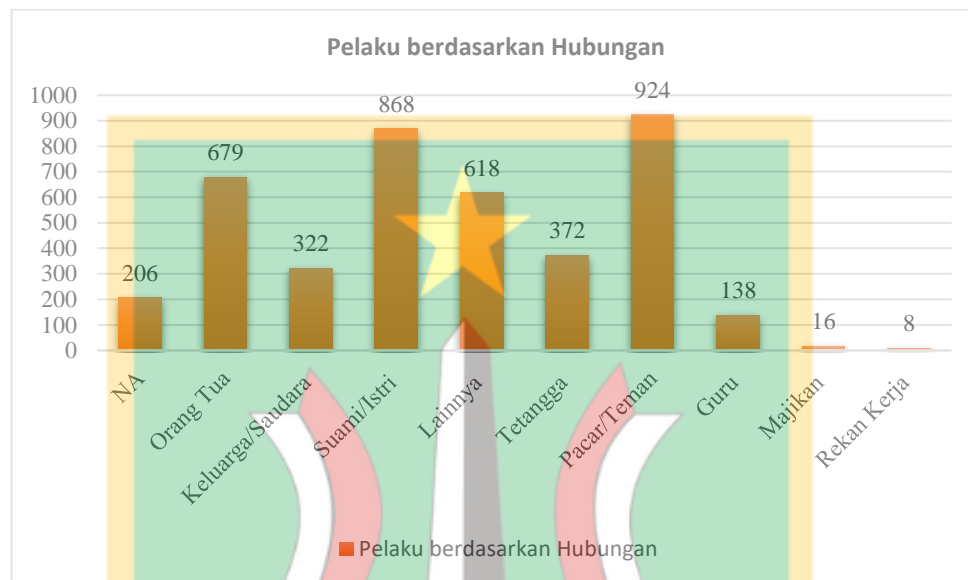
Hubungan yang tidak sehat dapat menyebabkan lingkungan yang merugikan dan dapat menyebabkan kekerasan, ancaman bagi kesejahteraan fisik, emosional, dan psikologis seseorang (Maria & dkk, 2021). Tidak dapat dipungkiri bahwa laki-laki dapat menjadi korban hubungan tidak sehat, meskipun kebanyakan korbannya adalah perempuan. Namun tidak banyak laki-laki yang akan mengakui bahwa mereka adalah korban dari hubungan tidak sehat, masalah ini terjadi terlepas dari stigma yang melekat pada laki-laki, karena laki-laki khawatir akan dilihat sebagai pengecut dan lemah (Rini, 2022).

Pada umumnya, masyarakat masih memiliki pandangan yang kaku mengenai gender, di mana seringkali terdapat asumsi bahwa laki-laki tidak mungkin menjadi korban kekerasan fisik atau verbal dalam hubungan yang tidak sehat. Stigma dan label yang muncul akibat pandangan ini dapat sangat merugikan, menyebabkan kesulitan dalam mengakui, memahami, dan menangani kasus kekerasan yang dialami oleh laki-laki. Kurangnya perhatian terhadap perspektif laki-laki sebagai korban kekerasan dalam literatur ilmiah, media, dan layanan masyarakat memperparah situasi ini. Pemahaman masyarakat sering kali terbatas pada narasi yang menunjukkan bahwa laki-laki tidak mungkin mengalami kekerasan dalam hubungan atau merasakan dampak psikologis dari kekerasan tersebut. Hal ini membuat banyak kasus kekerasan terhadap laki-laki kurang mendapat pengakuan dan penanganan yang memadai.

Selain itu, labelling laki-laki sebagai korban kekerasan juga menunjukan ketidaksetaraan dalam pandangan masyarakat tentang siapa saja yang harus bertanggung jawab dan melindungi korban kekerasan. Laki-laki menciptakan stigma bahwa harus melindungi diri, sehingga mereka mungkin mengalami kesulitan untuk mengatasi ekspektasi sosial yang tidak realistis untuk menjadi korban hubungan yang tidak sehat (Fadhil & Dkk, 2022) Hubungan toxic didefinisikan sebagai hubungan antara dua individu yang menunjukkan gejala tidak sehat dan berpotensi berbahaya. Kekerasan terhadap laki-laki sering kali merupakan hasil dari jenis hubungan yang toxic. Meskipun kekerasan dalam hubungan sering dikaitkan dengan perempuan sebagai korban, laki-laki juga dapat menjadi korban kekerasan dalam hubungan tersebut. Namun, kasus kekerasan terhadap laki-laki sering kali tidak terlihat atau tidak dilaporkan karena stigma sosial dan harapan tradisional yang menganggap laki-laki harus kuat dan tahan terhadap rasa sakit atau penderitaan. Pandangan ini menghambat laki-laki untuk mengakui dan melaporkan kekerasan yang mereka alami, serta mengakses dukungan yang mereka butuhkan.

Fenomena ini menggarisbawahi bahwa kekerasan dalam hubungan tidak mengenal gender, dan setiap individu, terlepas dari jenis kelamin mereka, berhak untuk merasa aman dan dihargai dalam hubungan mereka. Kekerasan terhadap laki-

laki dapat berupa kekerasan fisik, emosional, verbal, atau bahkan psikologis. Bentuk kekerasan ini dapat mencakup kekangan, pengendalian, ancaman, penghinaan, atau perlakuan kasar lainnya yang dapat merusak kesehatan mental dan fisik korban. Kekerasan dalam hubungan, baik terhadap laki-laki maupun perempuan, menciptakan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan korban.



Sumber : KemenPPA

Gambar 1.1

Grafik Data Toxic Relationship

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPA) melaporkan bahwa dari 1 Januari hingga 20 Juni 2023, terdapat 11.292 kasus kekerasan yang tercatat. Dari jumlah tersebut, mayoritas korban adalah perempuan, yaitu sebanyak 10.098 orang, sementara 2.173 korban lainnya adalah laki-laki. KemenPPA juga mencatat bahwa pelaku kekerasan sering kali berasal dari lingkungan orang terdekat. Sebanyak 2.204 pelaku merupakan pacar atau teman korban. Selain itu, pelaku kekerasan lainnya melibatkan suami atau istri dengan jumlah 1.967 kasus dan anggota keluarga dengan jumlah 1.379 kasus.

Kekerasan terhadap perempuan dan laki-laki pada dasarnya mencakup kekerasan sosial maupun psikologis yang dilakukan dalam hubungan interpersonal. Kekerasan ini tidak terbatas pada lingkungan publik atau ikatan perkawinan;

kekerasan juga dapat terjadi dalam konteks pacaran. Dalam hubungan pacaran, baik laki-laki maupun perempuan bisa menjadi pelaku atau korban kekerasan. Dengan kata lain, laki-laki dapat melakukan kekerasan terhadap perempuan, dan sebaliknya, perempuan juga bisa melakukan kekerasan terhadap laki-laki. Penting untuk memahami bahwa kekerasan dalam hubungan tidak terbatas pada satu gender dan dapat terjadi dalam berbagai bentuk serta konteks.

Berdasarkan data yang ada, bentuk kekerasan yang paling menonjol dalam hubungan beracun adalah kekerasan fisik, yang mencakup 31% dari kasus yang dilaporkan. Kekerasan seksual mengikuti dengan persentase 30%, disusul oleh kekerasan psikologis sebesar 28%, dan kekerasan ekonomi sebanyak 10%. Data ini menunjukkan bahwa hubungan toxic dapat menyebabkan konflik batin yang serius, berpotensi mengarah pada depresi dan kecemasan mendalam, serta menimbulkan berbagai masalah baru bagi korban. Korban perempuan yang terjebak dalam hubungan beracun sering mengalami kesulitan dalam membangun kembali kepercayaan diri dan berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya.

Dalam suatu hubungan yang dimana korbannya sebagian besar adalah perempuan, tetapi tak jarang pula banyaknya korban laki-laki pada setiap kesempatan akan terus memaafkan dan tetap memberi kesempatan terhadap pasangannya meskipun berkali-kali mendapat kekerasan secara psikis, fisik, bahkan seksual sekalipun, dengan alasan rasa sayang. Dari permasalahan yang terjadi ini secara tidak sadar membuat suatu hubungan akan menunjukkan hubungan yang tidak sehat (*toxic relationship*).

Dalam upaya melawan *toxic relationship*, baik bagi perempuan maupun laki-laki, peran resiliensi sosial sangat penting. Resiliensi sosial memungkinkan individu untuk tetap tangguh dan pulih dari berbagai tantangan atau tekanan sosial yang mereka hadapi. Dalam konteks hubungan beracun, resiliensi sosial tidak hanya membantu korban untuk bertahan, tetapi juga untuk bangkit kembali dan membangun kehidupan yang lebih baik. Dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas berperan besar dalam membangun resiliensi sosial ini. Melalui dukungan sosial yang kuat, korban dapat memperoleh kekuatan untuk mengatasi

trauma, membangun kembali rasa percaya diri, dan akhirnya keluar dari hubungan yang merugikan.

Dukungan ini juga membantu korban dalam proses penyembuhan, memberikan mereka sumber daya emosional dan praktis yang diperlukan untuk memperbaiki kehidupan mereka dan membangun hubungan yang lebih sehat di masa depan. Pada kejadian ini peran sosial resiliensi sangat penting bagi korban *toxic relationship*. Sosial resiliensi berfungsi dan beradaptasi, serta mengatasi secara efektif meskipun ada kesulitan baik psikologis, sosial, budaya, dan fisik. Resiliensi dipandang sebagai konsep yang dimana keberhasilannya dalam ekonomi formal dan informal terkait dengan ketahanan sosial. Pada kemampuan individu, kelompok, dan komunitas untuk tetap tangguh, dan pulih dari bebrbagai tantangan atau tekanan sosial yang mereka hadapi.

Dengan adanya resiliensi sosial, korban dari hubungan beracun dapat menemukan jalan keluar dari situasi yang sulit dan mulai membangun kembali hidup mereka dengan lebih kuat dan mandiri. Dukungan terus-menerus dari lingkungan sosial sangat penting untuk membantu mereka mengatasi trauma dan menciptakan masa depan yang lebih baik. Resiliensi sosial menjadi kunci dalam menghadapi dan mengatasi dampak buruk dari hubungan beracun serta memastikan kesejahteraan sosial korban.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis berpendapat bahwa penting untuk meneliti kekerasan yang dapat terjadi dalam relasi pacaran. Pacaran, yang biasanya merupakan hubungan intim yang dipenuhi dengan rasa kasih sayang, dapat menjadi hubungan yang beracun jika tidak sehat, melanggengkan kekerasan dan mempengaruhi kesejahteraan individu. Meneliti dinamika kekerasan dalam pacaran akan memberikan wawasan lebih dalam mengenai bagaimana hubungan yang tampaknya penuh kasih sayang dapat berubah menjadi beracun dan merusak, serta bagaimana strategi resiliensi sosial dapat diterapkan untuk mendukung korban dalam proses penyembuhan dan pemulihan.

Penelitian ini menjadi menarik dengan banyaknya kasus yang terjadi namun perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran tetap memberi

kesempatan kepada pasangannya, yang kemudian akan kembali terulang dan terus akan menjadi siklus dalam hubungan yang dibangun. Sehingga penulis mengangkat judul **“Sosial Resiliensi Pada Korban Toxic Relationship Di Kalangan Mahasiswa”**.

1.2 Rumusan Masalah

Resiliensi memegang peran penting dalam kehidupan, terutama kepada korban toxic relationship baik perempuan maupun laki-laki. Adanya tekanan yang berat bukanlah sekedar keberuntungan yang menggambarkan adanya kemampuan tertentu pada diri individu. Pada proses kemampuan atau kesuksesan beradaptasi dengan keadaan yang sulit atau pengalaman hidup yang sangat menantang, terutama dalam situasi dengan tingkat stress yang tinggi atau kejadian-kejadian traumatis, individu tersebut yang memiliki resiliensi mampu untuk bangkit kembali dari keterpurukan, memanfaatkan pengalaman tersebut sebagai pembelajaran bahkan berkembang lebih kuat dari sebelumnya. Pada proses ini melibatkan berbagai aspek, termasuk kemampuan dukungan sosial yang memadai. Dengan adanya resiliensi, seseorang tidak hanya mampu bertahan dalam menghadapi tantangan hidup, tetapi juga tumbuh dan berkembang menjadi individu yang lebih tangguh dan adaptif (Kumalasari, 2017).

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengamati sosial resiliensi yang terjadi dalam konteks pada korban toxic relationship khususnya pada korban perempuan dan laki-laki. Berdasarkan pada permasalahan diatas, penelitian ini akan membahas terkait, maka dari itu, peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu **“Bagaimana pola-pola sosial resiliensi pada korban toxic relationship ?”**.

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini didasarkan pada rumusan masalah diatas seperti berikut :

1. Memahami pola-pola sosial resiliensi pada korban toxic relationship.
2. Mengidentifikasi berbagai strategi yang digunakan oleh individu yang telah mengalami hubungan yang tidak sehat, serta pola-pola sosial yang membantu mereka untuk pulih.

3. Mengetahui bagaimana sosial resiliensi pada struktur sosial seperti keluarga, teman, dan komunitas membantu korban mengatasi trauma dan membangun kembali rasa percaya diri dan kesejahteraan emosional mereka. \

Penelitian ini diharapkan dapat menemukan pola-pola resiliensi yang efektif dan dapat diterapkan secara lebih luas dalam intervensi sosial dengan menganalisis secara menyeluruh pengalaman para korban. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi signifikan bagi pemahaman dan penanganan isu-isu terkait toxic relationship, serta mendukung upaya untuk meningkatkan kualitas hidup korban.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sejumlah informasi yang bermanfaat karena sebuah penelitian yang harus memiliki tujuan yang bermanfaat, oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna.

Dengan diterapkannya rumusan masalah dan tujuan dari perancangan penelitian ini, maka manfaat dari penelitian ini adalah;

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan bahan bagi para peneliti lain dalam memberikan sumbangan pemikiran dan memperbanyak referensi penelitian seperti berikut ini :

1. Memberikan pemahaman yang mendalam tentang pola-pola sosial resiliensi pada korban hubungan toksik.
2. Menawarkan wawasan mengenai berbagai strategi yang diterapkan oleh individu yang mengalami hubungan tidak sehat serta pola-pola sosial yang mendukung proses pemulihan mereka.
3. Mengungkapkan bagaimana resiliensi sosial dalam struktur sosial seperti keluarga, teman, dan komunitas berkontribusi pada proses pemulihan korban dari trauma dan membantu mereka membangun kembali rasa percaya diri serta kesejahteraan emosional.

Dengan demikian, tulisan ini diharapkan dapat menjadi referensi berharga dalam penelitian mendatang dan memberikan kontribusi penting dalam pengetahuan akademis.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan sejumlah pengetahuan kepada para pembaca mengenai Sosial Resiliensi pada Korban *Toxic Relationship* di Kalangan Mahasiswa. Hasil penelitian ini juga berkontribusi dalam mendalami pemahaman mengenai korban pada perempuan dan laki-laki setelah mengalami toxic relationship.

Sistematika Penulisan

Adapun dalam sistematika penulisan dari proposal ini terbagi menjadi:

1. Bagian Awal

Bagian ini berisikan halaman sampul (cover), daftar isi, kata pengantar, dan sebagainya

2. Bagian inti dalam penulisan ini terdiri dari lima bab yang di antaranya:

BAB I: PENDAHULUAN

Para peneliti memberikan penjelasan latar belakang dalam pengantar dari topik penelitian yang berjudul “Sosial Resiliensi pada Korban *Toxic Relationship* Di Kalangan Mahasiswa”. Pada bagian pendahuluan, peneliti menjelaskan mengenai data kasus toxic relationship yang meningkat sebanyak 11.292 kasus, yang dimana para korban toxic relationship pada perempuan dan laki-laki menjadi korban. Pasca menjalani hubungan yang tidak sehat, korban perempuan dan laki-laki mampu keluar dengan mengatasi hubungan yang tidak sehat. Bagian rumusan masalah peneliti menjelaskan focus atau tujuan utama dari peneliti dengan pernyataan yang jelas tentang masalah yang ingin dipecahkan atau pernyataan mengenai cara-cara menghadapi dan mengatasi toxic relationship dan dukungan sosial bagi korban, topik penelitian yang berjudul “Sosial Resiliensi Pada Korban *Toxic Relationship* Di Kalangan Mahasiswa” mempunyai rumusan masalah yaitu bagaimana strategi yang digunakan untuk mengatasi toxic

relationship dan untuk mengathui peran sosial resiliensi bagi individu keluar dari toxic relationship

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA

bagian ini peneliti menuangkan kajian Pustaka dalam sebuah penelitian karena memberikan landasan teori dari konteks yang mendalam. Dalam kajian pustka, peneliti mengumpulkan dan meninjau literatur yang dianalisis untuk memberikan perspektif yang luas dan mendalam tentang isu yang sedang diteliti. Selain itu kajian Pustaka menuangkan berupa penelitian terdahulu yang relevan untuk mendukung data peneliti. Kajian teori menyediakan kerangka kerja konseptual yang digunakan untuk menganalisis pemasalahan penelitian dan kerangka pemikiran pada peta konseptual menghubungkan berbagai konsep dan variable yang akan diteliti untuk membantu peneliti dalam merumuskan masalah.

BAB III: METODOLOGI PENELITIAN

Bagian penelitian mencakup uraian tentang metode yang digunakan, termasuk jenis dan pendekatan penelitian. Penelitian ini menerapkan teknik snowball sampling untuk mengidentifikasi informan. Untuk pengumpulan data, peneliti menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik pengelolaan data meliputi reduksi data untuk menyusun dan menyajikan informasi serta menarik kesimpulan. Penelitian ini dilakukan di lokasi yang umum dengan durasi maksimal tiga bulan.

BAB IV PEMBAHASAN

Pada bagian ini, peneliti menjelaskan hasil penelitian di lapangan yang telah dianalisis secara komprehensif. Penelitian ini berfokus pada "Sosial Resiliensi pada Korban Toxic Relationship di Kalangan Mahasiswa," di mana peneliti menggunakan Teori Sosial Resiliensi sebagai acuan utama. Melalui analisis mendalam, peneliti berhasil menggali berbagai aspek penting yang mempengaruhi sosial resiliensi di kalangan mahasiswa yang mengalami hubungan beracun. Peneliti mengevaluasi data yang diperoleh dari lapangan dengan cermat,

memastikan setiap temuan diinterpretasikan sesuai dengan kerangka teori yang digunakan. bab ini juga membahas implikasi praktis dari temuan penelitian, seperti intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan sosial resiliensi di kalangan mahasiswa yang menjadi korban toxic relationship.

BAB V PENUTUP

Pada bagian ini, peneliti menyajikan rangkuman menyeluruh dari hasil penelitian yang telah dianalisis secara mendalam, kemudian dijadikan sebagai kesimpulan. Kesimpulan ini muncul dari proses pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, di mana setiap temuan dari berbagai aspek penelitian diperinci dan dievaluasi secara teliti. Dalam kesimpulan ini, peneliti tidak hanya menjawab rumusan masalah yang diajukan, tetapi juga memberikan wawasan baru yang signifikan, interpretasi yang mendalam, dan mengidentifikasi implikasi yang mungkin timbul dari penelitian tersebut. Bagian ini memberikan gambaran singkat namun substansial tentang hasil akhir penelitian, sehingga menyajikan jawaban yang komprehensif terhadap tujuan penelitian yang telah ditetapkan sejak awal. Keseluruhan kesimpulan ini bertujuan untuk memastikan bahwa semua aspek penting dari penelitian telah disampaikan dengan jelas dan memberikan kontribusi yang berarti terhadap bidang studi yang relevan. Dalam merumuskan kesimpulan ini, peneliti telah mempertimbangkan setiap temuan dan data yang diperoleh selama proses penelitian, sehingga menghasilkan pandangan yang holistik dan menyeluruh tentang topik yang diteliti. Hal ini tidak hanya membantu menjelaskan hasil penelitian kepada pembaca, tetapi juga membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut di masa depan.

LAMPIRAN

Dalam bagian lampiran, peneliti berupaya menyajikanukti-bukti konkret yang terkumpul selama melaksanakan penelitian, surat persetujuan skripsi, dokumentasi penelitian, catatan kegiatan, dan transkrip wawancara dari setiap narasumber.