

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi yang penuh dinamika, di mana individu mulai mengeksplorasi identitas, membangun hubungan sosial, dan menavigasi dunia pergaulan. Bagi mahasiswa, sebagai bagian dari remaja yang berada dalam fase dewasa awal, hubungan pertemanan memegang peranan penting dalam perkembangan sosial dan emosional. Namun, tidak semua hubungan pertemanan membawa pengaruh positif. Dalam konteks ini, fenomena "*toxic friendship*" atau pertemanan beracun menjadi perhatian yang signifikan.

Di masa muda atau remaja, remaja cenderung menyertakan kelompok teman sepermainannya daripada melibatkan orang tua atau keluarga mereka (Jahja, 2015). Untuk Sebagian orang, mempunyai banyak teman menjadi suatu hal yang positif karena semakin banyak teman yang dimiliki maka semakin luas juga cakupan dalam beberapa aspek kehidupan. Sayangnya tidak semua teman berdampak positif bagi kita sendiri. Ada juga yang berdampak negatif hingga bersifat merugikan (University, 2022). Pada usia remaja terdiri dari dua bagian, yang pertama remaja awal berusia 13 tahun hingga 18 tahun dan remaja akhir berusia 19 tahun hingga 22 tahun (Bella, 2018). Hubungan pertemanan sebaya yang dimaksudkan peneliti yaitu pada remaja akhir.

Masa remaja adalah periode yang kritis dalam perkembangan sosial dan emosional, di mana individu mulai membentuk identitas diri dan memperluas jaringan sosial mereka. Bagi mahasiswa, pertemanan dengan sebaya sering kali menjadi salah satu komponen utama dari kehidupan sehari-hari yang mendukung perkembangan ini. Namun, tidak semua hubungan pertemanan yang terjalin bersifat positif. Di antara mahasiswa, muncul fenomena yang dikenal sebagai "*toxic friendship*" atau pertemanan beracun, yang dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial.

Di kehidupan sehari-harinya, mahasiswa pasti bergaul dan bersosialisasi untuk membentuk sebuah hubungan dengan sesama mahasiswa. Membentuk persahabatan merupakan sesuatu yang sering dilakukan sebagai makhluk sosial. Seringkali teman yang sudah dekat dengan kita akan silih berganti tetapi tidak menutup kemungkinan juga ada yang sukses merangkai hubungan persahabatan dalam waktu lama ya.

Persahabatan (*friendship*) atau pertemanan merupakan jalinan yang erat ditengah individu bersama individu yang lain. Teman atau sahabat sangat berpengaruh pada tingkah laku seseorang. Pertemanan atau persahabatan bisa saja berpengaruh baik dan buruk pada saat yang bersamaan, maka dari itu komunikasi dalam hubungan pertemanan atau persahabatan sangat penting. Tujuan komunikasi pada persahabatan yaitu untuk mengenali sifat atau karakteristik antar teman, menjaga hubungan serta perbuatan dan tingkah laku bahkan saling menolong ketika salah satunya mengalami kesulitan.

Mahasiswa juga makhluk sosial yang memerlukan bantuan dari individu yang lain. Tidak terbantahkan bahwa mahasiswa tidak dapat terhindar dari interaksi sosial. Dipastikan mahasiswa tidak bisa lepas dengan lingkungan terdekatnya di kampus seperti teman sepermainan (teman sebaya), dosen, security, petugas kebersihan, petugas kantin atau orang lain yang ada pada lingkungan hidup sekitarnya sehari-hari. Pada saat berteman dekat, mayoritas mahasiswa memutuskan untuk membangun *circle friendship* nya (kelompok pertemanan) dengan seseorang pilihan mereka sendiri.

Membangun hubungan dengan seseorang perlu kerjasama serta perhatian yang besar antar dua pihak. Walaupun demikian, kondisi seperti ini bisa membuat salah satunya merasa terpaksa sehingga dapat menjadi pemicu *friendship* yang tidak sehat atau tepatnya *toxic friendship* karena berada di hubungan pertemanan. Fenomena *toxic friendship* yang saat ini banyak terjadi dalam hubungan pertemanan atau persahabatan yang tak jarang membuat kesehatan mental korban *toxic* terganggu secara verbal maupun non-verbal karena mendapat emosi negatif dari hubungan pertemanan yang tidak sehat. *Toxic Friendship* juga merupakan hubungan persahabatan atau pertemanan yang tidak baik dan menguntungkan

pihak satu sisi saja sedangkan pihak lain merasakan kerugian. Padahal seharusnya simbiosis mutualisme yang dimana memberi keuntungan kedua belah pihak. Tidak hanya itu, persahabatan yang tidak sehat datang pada saat kesulitan saja serta berupaya mengasingkan diri pada jalinan sosial lain (Alfando, 2022).

Hubungan pertemanan yang tidak sehat dikenal dengan hubungan *toxic*. *Toxic Friendship* adalah jalinan pertemanan yang tidak baik dan berdampak terhadap keadaan mental seseorang (Aini, 2023). Banyak remaja yang lebih memilih untuk menempatkan diri kepada lingkaran persahabatannya, ini menjadi indikasi remaja berada dalam kesulitan hidup masyarakatnya. Rekan sepermainan (sebaya) juga sebagai tumpu kemasyarakatan remaja termasuk faktor negatif dan memiliki teman yang tidak sehat (*toxic friendship*) (Leni, 2022).

Toxic Friendship mengacu pada hubungan di antara teman-teman yang tidak baik dimana pola perilaku teman yang merugikan, ketidakseimbangan kemampuan, manipulasi emosional bahkan penyalahgunaan bisa terjadi. Dalam kasus ini, salah satu pihak cenderung merasa tidak nyaman, tidak dihargai serta merasa terpojok dalam suatu hubungan. Banyak definisi dalam menguraikan arti beracun pada persahabatan, antara lain yaitu, rasa iri, curiga, sikap egois, mengatur orang lain bisa juga tindakan yang mendorong individu tertekan, depresi serta gangguan mental atau emosional lainnya. Masalah ini dapat memicu proses individu dalam wawasan sosial negatif. Wawasan sosial negatif berasal pada remaja yang menghadapi persahabatan beracun (*toxic friendship*) (Zahro, 2023).

Dikutip dari buku Suzanne terkait *toxic friendship* yang berjudul “*knowing the rules and dealing with the friends who breaks them*” Suzanne mencantumkan kalau seorang teman yang beracun kerap kali menghampiri orang lain pada saat membutuhkan sesuatu saja, serta mengasingkan orang lain dari rekan-rekan lainnya, seringkali merasa cemburu, menuduh orang lain dan gemar bersaing (White, 2015). Hubungan yang beracun bisa terlihat sangat sehat dari perspektif orang luar, namun bisa sangat berbeda di dalam. Untuk sejumlah alasan, hubungan ini tidak mudah dipahami dan biasanya tidak bertahan lama.

Ada banyak alasan mengapa suatu hubungan bisa dianggap beracun. Situasi-situasi ini seringkali dapat menjadi sulit dan menyebabkan kesedihan (Zahiduzzaman, 2015). Terdapat beberapa dampak dari *toxic friendship* secara sederhana diantaranya seperti pengkhianatan, kecemburuan, kompetisi berlebih serta gangguan kecemasan ini dapat menyebabkan gangguan psikologis seseorang serta perubahan perilaku seseorang yang menjadi korban *toxic friendship*. Mengamati lingkup pertemanan di lingkungan kampus tak jarang fenomena *toxic relationship* ini terjadi bahkan seringkali terjadi. Seperti berlebihan dalam bergaul dengan lawan jenis dan membuat lingkup pertemanan tidak nyaman karena terlalu sering ikut serta (membawa teman yang lawan jenis). Hal lain juga misalnya, mendapat *rewards* dari aktivitas padahal dirinya tidak kompeten namun pandai menyenangkan hati, seseorang yang kompeten cenderung lebih diam dan menekuni sesuatu saja. Ditinjau dari observasi awal terhadap sebagian kelompok pertemanan seringkali timbul teman *toxic*. Adakalanya mereka melemparkan permusuhan, tidak senang kalau seseorang senang, iri dengan pencapaian seseorang, sinis dan sebagainya.

Bagi individu yang terlibat dalam *toxic friendship*, perasaan cemas, rendah diri dan bahkan depresi kerap kali bisa muncul akibat dari stress yang berkelanjutan. Tak jarang pihak yang terlibat merasa sulit untuk mengatasi situasi tersebut karena mungkin terikat oleh masalah pertemanan atau ketidakmampuan untuk mengenali pola yang merugikan. Mengembangkan pemahaman tentang pentingnya membangun sebuah hubungan yang saling menguntungkan berdasarkan saling menghormati, dukungan dan kepercayaan akan memberikan landasan yang kuat untuk membangun hubungan pertemanan yang positif dimasa depan.

Komunikasi yang buruk, dorongan negatif dan ketidakseimbangan kemampuan yang berkelanjutan dapat menjadi ciri dari *toxic friendship*. Hal itu berdampak negatif pada kesejahteraan emosional, mental, dan terkadang fisik dari individu yang terlibat. Penting untuk mengenali tanda-tanda *toxic friendship* dan mengambil langkah tegas untuk mengatasi atau bila perlu akhiri hubungan tersebut demi kesejahteraan pribadi (Wibowo, 2023).

Mengutip dari KOMPAS.com *toxic friendship* adalah hal nyata yang berdampak buruk. Mental Health America melaporkan bahwa 84% Wanita dan 75% pria pernah memiliki teman yang *toxic* dalam hidup mereka (Kompas.com, 2023). Pada penelitian Novi Andayani Praptiningsih selaku dosen Uhamka menjabarkan pemicu dari *toxic friendship* yaitu adanya perundungan yang dilakukan antar remaja. Sebanyak 6,2% korban remaja *toxic* hingga mengalami depresi berdasarkan pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019 (Praptiningsih, 2021).

Hubungan *toxic* memiliki dua bentuk yaitu bentuk verbal dan bentuk fisik, dalam bentuk verbal bukan hanya terjadi saat individu berbicara kasar tetapi berbicara halus pun dapat terjadi pada saat individu ingin mempengaruhi kestabilan dan kontrol emosi orang lain. Sedangkan bentuk fisik dilakukan dengan cara terlibat langsung dan menunjukkan prasaan intimidasi. Pada dasarnya remaja melakukan ini karena tidak mampu mengontrol dirinya sendiri.

Peneliti akan melakukan penelitian di lingkungan remaja atau mahasiswa yang berusia 19-22 tahun Ilkom (Ilmu Komunikasi) Universitas Nasional tahun Angkatan 2020. Alasan peneliti memilih Universitas Nasional untuk dilakukan penelitian karena meninjau belum pernah dilakukan penelitian yang bertemakan “*Toxic Friendship*” pada kampus Universitas Nasional, fakta berikut didapat dari sumber web Universitas Nasional sebagai berikut :



Gambar 1.2 Tangkapan Layar Repository Universitas Nasional

Gambar diatas merupakan tangkapan layar yang diambil oleh peneliti untuk menunjukkan bahwa topik yang di ambil oleh peneliti untuk dikaji lebih lanjut, sebelumnya belum pernah dikaji atau dilakukan di Universitas Nasional. Maka dengan ini peneliti akan menjadi peneliti pertama pada Universitas Nasional terkait *toxic friendship* yang terjadi di lingkungan mahasiswa Universitas Nasional tepatnya mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi .

Dalam konteks mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2020, yang sebagian besar berada pada tahap awal dewasa muda, tantangan ini menjadi semakin relevan. Di satu sisi, mereka dihadapkan pada tuntutan akademik dan profesional yang tinggi, sementara di sisi lain, mereka juga harus menghadapi kompleksitas hubungan sosial di lingkungan perkuliahan. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi bagaimana mahasiswa ini mengenali dan mengatasi toxic friendship dalam hubungan pertemanan sebaya mereka.

Lingkungan kampus yang kompetitif dan terkadang penuh tekanan juga dapat memperburuk kondisi ini, membuat mahasiswa lebih rentan terhadap pengaruh buruk dari pertemanan yang tidak sehat. Dalam kasus-kasus tertentu, korban *toxic friendship* mungkin merasa terjebak dan sulit untuk keluar dari hubungan tersebut karena adanya rasa takut, ketergantungan emosional, atau karena kekhawatiran akan kehilangan lingkaran pertemanan.

Fenomena ini menarik untuk diteliti karena pentingnya pemahaman mengenai dinamika pertemanan yang sehat di kalangan mahasiswa, serta bagaimana toxic friendship dapat memengaruhi kesejahteraan mereka. Dengan pemahaman yang lebih mendalam, diharapkan dapat ditemukan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif untuk membantu mahasiswa mengidentifikasi dan mengatasi hubungan pertemanan yang merugikan.

Dilihat dari observasi awal terkait sebagian kelompok persahabatan yang peneliti mengamati dari mahasiswa ilmu komunikasi di Universitas Nasional. Pada beberapa kelompok pertemanan, sesekali muncul *toxic friendship* dimana hal tersebut berisi keegoisan seorang individu, merasa paling benar dan semacamnya. Adapun alasan peneliti memilih mahasiswa remaja Ilmu Komunikasi Universitas

Nasional Angkatan tahun 2020 karena faktor jangkauan serta jarak. Hal ini dinilai mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian dan lebih mudah memperoleh data secara mendalam serta dirasa mampu menilai sesuai fenomena yang sebenarnya .

Disamping itu juga mahasiswa/i Ilmu Komunikasi paham terkait bagaimana menganalisis sebuah percakapan, hubungan serta pesan-pesan elektronik yang disaksikan melalui opini. Mahasiswa/i ilmu komunikasi juga akan memahami bagaimana menghasilkan komunikasi yang menjadi perantara membentuk hubungan persahabatan.

Dengan demikian dalam penelitian ini, peneliti ingin mencari tahu bagaimana upaya mahasiswa/i remaja di universitas nasional dalam mengatasi *toxic friendship* pada hubungan pertemanan sebaya nya. Di sekitar kampus inilah alur hubungan antar mahasiswa/i terjadi, lokasi bertemu teman sepermainan (teman sebaya) nya serta proses belajar. Di lingkungan kuliah ini mahasiswa/i mendapat *experience* yang mampu membentuk kepribadian individu menjadi buruk atau baik.

Berdasarkan penjabaran yang telah dijabarkan diatas, bahwasannya peneliti tertarik untuk melakukan pengkajian lebih lanjut bersama judul “Upaya Remaja Dalam Mengatasi *Toxic Friendship* Pada Hubungan Pertemanan Sebaya ”

1.2 Rumusan Masalah

Dilihat dari latar belakang yang sudah dijabarkan diatas, bisa dirumuskan fenomena pada penelitian ini yaitu “Bagaimana upaya remaja dalam mengatasi *toxic friendship* ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Bersama rumusan masalah diatas, kemudian tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mencari tahu bagaimana upaya remaja dalam mengatasi *toxic friendship*.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang bisa dihaarpakan dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, karya tulis ini diharapkan dapat menjadi acuan pada penelitian selanjutnya serta menambah wawasan terkait *toxic friendship*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Ringkasnya karya tulis ini diharapkan bisa dijadikan informasi atau acuan terhadap pengetahuan *toxic friendship* di kalangan remaja dan dapat menjadi sumber di kalangan remaja dalam kehidupan bersosial.

1.5 Sistematika Penelitian

Sistematika penelitian merupakan susunan yang berisi mengenai ringkas penelitian mengenai judul, isi, daftar pustaka. Yang dimana dalam isi tersebut akan menjabarkan mengenai bagaimana, mengapa dan apa penelitian yang akan dilaksanakan. Berikut merupakan penjelasan mengenai apa saja yang dicantumkan pada setiap bab bagian.

1) BAB I PENDAHULUAN

Pada Bab I yang menjadi bagian awal merupakan dasar dan acuan untuk melakukan penelitian. Menjabarkan runtut penelitian mulai dari latar belakang masalah dari penelitian yang akan dikaji, rumusan masalah, manfaat penelitian dan tujuan penelitian untuk mencari tahu bagaimana upaya remaja dalam mengatasi *toxic friendship*.

2) BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Pada Bab II ini berisi tinjauan pustaka/ pada tinjauan pustaka ini peneliti menguraikan penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dikaji oleh peneliti untuk sumber yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Kemudian kajian

pustaka yang berisi teori yang digunakan, landasan konsep dan kerangka pemikiran.

3) **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

Pada bab ini peneliti menguraikan metodologi penelitian, yang dimana peneliti menjelaskan bagaimana metode yang digunakan peneliti dalam melakukan penelitian dengan pendekatan penelitian kualitatif, jenis penelitian yang digunakan yaitu deskriptif, dengan subyek penelitian yaitu korban dan situasi sosial sebagai obyek penelitian, data dan teknik pengambilan data, mahasiswa/i ilmu komunikasi Universitas Nasional angkatan 2020 sebagai narasumber untuk penelitian ini, teknik Keabsahan data, teknik pengolahan data dan analisis data serta perencanaan jadwal penelitian.

4) **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini peneliti menguraikan mengenai hasil penelitian dan hasil analisis kualitatif serta penyajian data hasil penelitian yang telah dilakukan.

5) **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bagian akhir ini peneliti memberi saran dan kesimpulan terkait penelitian. Bagian ini ialah hasil dari identifikasi masalah, analisis dan pemecah masalah yang sudah dilakukan pada bagian sebelumnya.