

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia yang hidup di dunia pasti akan melewati rentang kehidupan mulai dari mereka lahir di dunia sampai dengan meninggal dunia. Dalam fase perkembangan manusia, fase yang paling penting dalam kehidupan ialah fase dewasa. Masa dewasa merupakan fase peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal yang sering kali ditandai dengan adanya beberapa perubahan yang terjadi pada diri seseorang. Masa dewasa awal adalah fase hidup yang baru yang akan di tempuh oleh individu setelah masa remaja (Santrock dalam Ady, 2022). Kemudian menurut pandangan Dariyo dalam Yani (2020) mengatakan masa dewasa awal didefinisikan sebagai masa yang reproduktif, dimana pada masa ini merupakan masa terjadinya perubahan nilai-nilai, penyesuaian diri dengan pola hidup yang baru, komitmen, ketegangan emosional, dan kreatifitas.

Berbagai faktor dapat memengaruhi perbedaan kecenderungan dalam menjalin hubungan romantis antara laki-laki dan perempuan. Walaupun penting untuk dicatat bahwa perbedaan ini bersifat generalisasi dan tidak selalu berlaku untuk setiap individu, sejumlah kecenderungan umum telah diidentifikasi. Secara umum, perempuan cenderung menempatkan ekspresi emosional dan komunikasi sebagai aspek utama dalam hubungan. Mereka seringkali mencari keterhubungan dan keintiman melalui dialog terbuka serta berbagi perasaan. Sebaliknya, laki-laki lebih cenderung mengekspresikan komunikasi melalui tindakan dan pemecahan masalah, dengan fokus pada penyelesaian praktis daripada ekspresi emosional (Qazi et al., 2022).

Selain itu, perempuan diketahui memiliki kepekaan yang lebih tinggi terhadap emosi diri sendiri maupun orang lain, serta menghargai empati dan pemahaman dalam hubungan interpersonal (Permana & Astuti, 2021). Mereka umumnya mengutamakan dukungan emosional dan mencari validasi melalui koneksi emosional (Rochat, 2023). Di sisi lain, laki-laki kerap disosialisasikan untuk menekan atau meredam ekspresi emosional mereka, yang pada akhirnya membentuk kecenderungan untuk lebih menitikberatkan pada kemandirian dan ketergantungan pada diri sendiri (Monroy, Cowen, & Keltner, 2022).

Namun, sebagaimana dikemukakan oleh Collins dan van Dulmen dalam Permana dkk (2023), terdapat kesinambungan yang signifikan dalam hubungan dekat (seperti hubungan orang tua–anak, persahabatan, dan hubungan romantis), di mana perkembangan pada suatu periode kehidupan dibangun berdasarkan perkembangan pada masa sebelumnya. Pandangan ini sejalan dengan perspektif perjalanan hidup (*life course perspective*) yang dikemukakan oleh Elder dalam Permana dkk (2023), yang menyatakan bahwa lintasan kehidupan seseorang ditentukan oleh serangkaian tahapan yang saling berkaitan, di mana transisi dari satu tahap ke tahap berikutnya selalu terhubung dengan, dan berdampak terhadap, lintasan tersebut.

Kekerasan dalam pacaran dalam istilah populer saat ini, familiar dengan sebutan *Toxic Relationship*, yakni hubungan yang ditandai dengan perilaku pasangan yang menimbulkan ketidaknyamanan secara psikologi terhadap pasangannya. Berdasarkan hasil penelitian Buckland, Michael (2024) bahwa dua wanita Australia yang menjadi korban kekerasan rumah tangga selama bertahun-tahun didiagnosis menderita *Chronic Traumatic Encephalopathy* (CTE), penyakit *neurodegeneratif* yang sebelumnya umum ditemukan pada atlet kontak fisik. Ini merupakan kasus pertama di Australia dan ketiga serta keempat secara global yang mengaitkan CTE dengan kekerasan dalam rumah tangga. Kekerasan dalam hubungan dapat menyebabkan kerusakan otak progresif yang serius, setara dengan cedera yang dialami oleh atlet profesional, menunjukkan bahwa dampaknya jauh lebih dalam dan serius daripada yang sering diperkirakan.

Berikut adalah data terbaru dari Catatan Tahunan (CATAHU) 2024 yang dirilis oleh Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) pada 7 Maret 2025. Total kasus kekerasan terhadap perempuan: 445.502 kasus, meningkat hampir 10% dibandingkan tahun 2023 yang mencatat 401.975 kasus. Adapun Kekerasan berbasis gender terhadap perempuan (KBG): 330.097 kasus, naik 14,17% dari 289.111 kasus pada tahun sebelumnya. Meskipun Undang-Undang Tindak Pidana Kekerasan Seksual (UU TPKS) telah disahkan dua tahun lalu, angka kekerasan seksual tetap tinggi. Komnas

Perempuan mendesak pemerintah untuk segera menerbitkan peraturan pelaksana UU TPKS dan memperkuat sistem pendataan kekerasan terhadap perempuan.

Fenomena dalam kecenderungan perilaku *Toxic Relationship* pada pasangan juga dirasakan oleh beberapa individu yang rata-rata berumur 18-25 tahun yang berada pada regional Kota Bekasi. Salah satunya dirasakan pada warga Kota Bekasi Barat. Hasil wawancara yang dilakukan dengan 5 responden terdapat beberapa faktor penyebab kecenderungan *Toxic Relationship* di Kecamatan Bekasi Barat seperti halnya korban sering kali kehilangan kepercayaan diri untuk mengambil keputusan kecil sekalipun, seperti memilih menu makanan atau memakai baju apa, karena pikirannya telah terlatih untuk selalu takut salah dan menghindari konsekuensi verbal atau emosional dari pasangannya. Oliver, et al (2024) menemukan bahwa individu dengan tingkat narsisme tinggi lebih cenderung melakukan kekerasan dalam hubungan intim, termasuk kekerasan verbal dan fisik.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 5 subjek yang sedang menjalin status berpacaran, 4 dari 5 subjek mengatakan bahwa mereka pernah terjerumus dalam sebuah hubungan yang tidak sehat dimana didalam hubungan tersebut sering kali terjadi pertengkaran hebat yang dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dan perasaan takut dan juga terintimidasi oleh pasangannya yang dimana tidak jarang dari para korban sering kali menerima perkataan-perkataaan yang tidak pantas seperti cacian dan juga makian dari pasangannya sendiri. Berdasarkan hal tersebut maka munculah indikasi terdapat aspek *emotional abuse* atau yang dapat dipahami sebagai kekerasan yang berbentuk makian dan juga cacian bagi korban.

Selanjutnya menurut hasil wawancara singkat yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 5 orang yang sedang menjalin hubungan 5 diantaranya mengatakan bahwa hubungan yang sedang dijalin saat ini merupakan sebuah hubungan serius yang akan mereka bawa kejenjang berikutnya meskipun terkadang para subjek merasa bahwa ia tidak memiliki kekuatan untuk melawan pasangannya yang tega melakukan tindakan kekerasan baik itu memukul ataupun memaki para korban didepan umum. Berdasarkan hasil wawancara

tersebut maka ditemukan indikasi adanya aspek *Physical abuse* atau kekerasan fisik yang diterima oleh para korban, yang dimana kekerasan fisik sendiri merupakan kekerasan yang berbentuk pukulan, cakaran, dan menampar.

Toxic Relationship sering kali dikaitkan dengan gangguan emosi yang dimiliki oleh individu dan hal tersebut tentu saja dapat menimbulkan perasaan yang tidak nyaman bagi orang lain. Dalam sebuah hubungan toxic terdapat banyak permasalahan yang ditimbulkan seperti permasalahan batin ketika individu mengalami perilaku toxic akan merasa tidak adil dan akan merasa tidak nyaman jika diperlakukan seperti itu, selanjutnya terdapat permasalahan pribadi, keuangan, keluarga, sosial dan juga permasalahan dalam percintaan menurut (Alhidayah, 2020). Dengan begitu Komisi Perempuan berharap kedepannya agar tidak terjadi kekerasan dalam hubungan berpacaran. Terjadi peningkatan kekerasan dalam hubungan berpacaran yaitu sebanyak 402 kasus kekerasan yang dilakukan oleh mantan pacar. Dan menurut Catatan tahunan Komnas Perempuan pada tahun 2020 terdokumentasikan Kekerasan Dalam Pacaran terdapat sebanyak 1.308 kasus dan 402 kekerasan dilakukan oleh mantan pacar.

Pada *Journal of Social and Personal Relationships*, Smith, J., & Roberts, K (2021) menemukan bahwa tingkat kepercayaan (*trust*) yang rendah dalam hubungan romantis berkorelasi positif dengan tingkat toksisitas dalam hubungan. Hal ini sejalan dengan Febriani & Pratama (2022) bahwa pasangan dengan *trust* rendah lebih rentan terjebak dalam siklus konflik yang tidak produktif, sehingga memperparah dinamika hubungan yang sudah tidak sehat. Data dari 312 pasangan menunjukkan bahwa *trust* adalah faktor utama dalam menentukan apakah sebuah hubungan berkembang secara sehat atau justru menjadi *toxic* (Smith & Roberts, 2021).

Domestic violence (termasuk kekerasan emosional) secara signifikan menurunkan *self-rated health* dan *life satisfaction* serta meningkatkan risiko masalah kesehatan mental (Bo, L., et al., 2023). Hasilnya menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat toksisitas dalam hubungan, semakin rendah tingkat kebahagiaan (*happiness*) seseorang. Individu yang merasa tidak bahagia lebih

sering menoleransi perilaku negatif pasangan karena adanya kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi (Sari & Permana, 2021).

Trust dan *Happiness* berperan sebagai faktor protektif terhadap *Toxic Relationship*. Dewi, Putra, & Astuti (2023) menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat kebahagiaan tinggi cenderung lebih cepat mendeteksi dinamika hubungan yang tidak sehat dan mencari jalan keluar. Jadi, Semakin tinggi *trust* (kepercayaan) dan *happiness* (kebahagiaan) dalam hubungan maka semakin kecil kemungkinan perilaku *toxic* muncul. Selain itu, remaja yang terjebak dalam hubungan *toxic* cenderung mengalami penurunan harga diri dan kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat di masa depan (Azaria & Aliza, 2024).

Dari pemaparan hasil penelitian, fakta-fakta yang ada dan juga data-data hasil wawancara dan data dari berbagai komisi yang telah dipaparkan oleh peneliti di atas, maka ditemukan hasil bahwa penelitian ini perlu diteliti lebih lanjut mengenai apakah *trust* (kepercayaan) dan *happiness* (kebahagiaan) dapat memprediksi kecenderungan *Toxic Relationship* pada dewasa awal. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Trust* dan *Happiness* Terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* Pada Dewasa Awal”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh pada *Trust* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal?
2. Apakah terdapat pengaruh *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal?
3. Apakah terdapat pengaruh *Trust* dan *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab permasalahan yang diajukan diatas, yaitu:

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh *Trust* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.

2. Untuk mengetahui adanya pengaruh *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.
3. Untuk mengetahui adanya pengaruh *Trust* dan *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.

D. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang diharapkan baik secara teoritis maupun praktis berdasarkan hasil yang didapatkan dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap ilmu pengetahuan dibidang ilmu psikologi pada umumnya dan terkhususnya bidang ilmu psikologi sosial.
- b. Menjadi bahan referensi akademisi dan menjadi rujukan bagi peneliti yang tertarik untuk meneliti tema *Trust* dan *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut:

- a. Bagi peneliti dapat menambah pengalaman meneliti dalam ruang lingkup ilmu psikologi.
- b. Bagi Mahasiswa Psikologi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan petunjuk kepada mahasiswa mengenai *Trust* dan *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.
- c. Bagi Universitas Islam “45” Bekasi, penelitian ini dapat memberikan pemahaman untuk lebih meningkatkan peran serta semua unsur dalam memantau *Trust* dan *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.
- d. Bagi subjek penelitian di kecamatan Bekasi Barat, penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai *Trust* dan *Happiness* terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal.