

**PERILAKU KOMUNIKASI INDIVIDU DI KOTA MAKASSAR (STUDI  
FENOMENOLOGI TRAUMA TOXIC RELATIONSHIP)**

**OLEH :**

**GILANG RAMADHAN**

**E021181513**



**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
MAKASSAR  
2023**

**PERILAKU KOMUNIKASI INDIVIDU DI KOTA  
MAKASSAR (STUDI FENOMENOLOGI TRAUMA  
TOXIC RELATIONSHIP)**

**OLEH :**

**GILANG RAMADHAN**

**E021181513**

*Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana pada  
Departemen Ilmu Komunikasi*

**DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
MAKASSAR**

**2023**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Perilaku Komunikasi Individu di Kota Makassar (Studi Fenomenologi Trauma Toxic Relationship)  
Nama Mahasiswa : Gilang Ramadhan  
Nomor Pokok : E021181513

Makassar, 24 Maret 2023

Menyetujui,

Pembimbing I

Dr. Jeanny Maria Fatimah, M.Si  
NIP. 195910011987022001

Pembimbing II

Nosakros Arva, S.Sos, M.L.Kom  
NIP. 198511182015041002

Mengetahui,  
Ketua Departemen Ilmu Komunikasi  
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Hasanuddin



Dr. Sudirman Karnav, M.Si  
NIP. 196410 02199002 1 001

## HALAMAN PENERIMAAN TIM EVALUASI

Telah diterima oleh Tim Evaluasi Skripsi Sarjana Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin untuk memenuhi Sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar kesarjanaan dalam Departemen Ilmu Komunikasi Konsentrasi Jurnalistik pada Rabu, 3 Mei 2023.

Makassar, 3 Mei 2023

### Tim Evaluasi

Ketua : Dr. Jeanny Maria Fatimah, M.Si ( )

Sekrestaris : Nosakros Arya, S.Sos., M.I.Kom. ( )

Anggota : Dr. Arianto, S.Sos., M.Si. ( )

Anggota : Dr. Indrayanti, S.Sos., M.Si. ( )

### LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Gilang Ramadhan  
NIM : E021181513  
Program Studi : Ilmu Komunikasi  
Jenjang : S1

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**“Perilaku Komunikasi Individu di Kota Makassar (Studi Fenomenologi Trauma Toxic Relationship)”**

adalah **BENAR** merupakan karya saya sendiri dan seluruh sumber yang dikutip dan dirujuk telah saya nyatakan benar. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Makassar, 3 Mei 2023

Yang menyatakan

Gilang Ramadhan  
E021181513



v

## HALAMAN PERSEMBAHAN

**“Peneliti mempersembahkan skripsi ini untuk keluarga dan teman-teman yang sering menanyakan kapan skripsinya selesai?”**

Pada kesempatan ini peneliti hendaknya menyampaikan kabar gembira terkait dengan selesainya rangkaian penelitian dan penulisan skripsi yang berjalan kurang lebih selama 6 bulan. Memang jika ditilik dalam masa pengerjaan yang cukup menguras energi dan membutuhkan waktu yang tidak sebentar dalam merampungkan skripsi yang berjudul **“Perilaku Komunikasi Individu di Kota Makassar (Studi Fenomenologi Trauma Toxic Relationship)”**.

Terlambat lulus atau lulus tidak tepat waktu bukanlah sebuah kejahatan dan dosa yang harus disesali. Kita sudah cukup hebat bisa sampai dan berproses pada titik ini. Banyak orang yang lebih mengungguli kita tapi percayalah kita punya jalan masing-masing yang harus ditempuh dan peneliti yakin bahwa proses kita dengan orang lain juga tidak selalu sama. Namun satu hal yang pasti dan kita percayai bersama, “Skripsi yang baik adalah skripsi yang selesai” jadi jangan berpatokan dan merasa bersalah karena tidak seperti orang-orang pada umumnya yang lulus tepat pada waktunya. Apapun yang kita lakukan hari ini, percayalah hal itu akan mendatangkan kebaikan di masa depan. Jalan masih panjang, jangan patah semangat!

## **KATA PENGANTAR**

### *Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wata Ala karena atas limpahan berkah dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi pada Departemen Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Hasanuddin. Salam dan Salawat tak lupa kita haturkan kepada baginda Nabiullah Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam. Nabi yang mengantarkan manusia dari lembah kehinaan menuju zaman yang terang benderang. Semoga kita senantiasa menjadi pengikutnya hingga akhir hayat sebagai orang-orang yang beriman kepada Allah Tuhan pemilik alam semesta.

Penulis menyadari dalam proses menyelesaikan skripsi ini beberapa kali mendapatkan hambatan, akan tetapi semuanya dapat teratasi dan rampung secara maksimal berkat dorongan dan bantuan orang-orang terkasih yang banyak terlibat dalam tugas akhir ini. Bimbingan, arahan, dan saran menjadi hal yang paling penting bagi penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, izinkan penulis untuk mempersembahkan skripsi ini kepada kedua orang tua tercinta Bapak Sujarwoto dan Ibu Gusti Savira. Banyak pengorbanan yang telah dilakukan oleh kedua orang tua penulis dalam proses membentuk karakter anaknya hingga sang anak akan segera menyelesaikan studinya sebagai Mahasiswa Ilmu Komunikasi. Tentunya menjadi suatu kebanggan bagi mereka melihat putranya tumbuh menjadi laki-laki

yang hebat dan penuh perjuangan dalam mengejar mimpi-mimpinya. Terima kasih pula kepada kakak tercinta Eko Surya Alamsyah yang memberikan bantuan doa dan materi hingga penulis bisa melewati berbagai tahap dan sampai pada proses ini. Penulis banyak belajar giat dan tekun dalam memperjuangkan sesuatu dari apa yang kakak Eko contohkan.

Kedua, penulis ingiin mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penyelesaian skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sejatinya apa yang kalian lakukan sangat berpengaruh terhadap kesuksesan penulis dalam proses jatuh bangun merampungkan skripsi ini. Oleh karena itu penulis ingin berterima kasih dan memberikan apresiasi serta penghargaan setinggi-tingginya kepada :

1. Dr. Jeanny Maria Fatimah, M.Si selaku pembimbing I dan Nosakros Arya, S.Sos.,M.I.Kom selaku pembimbing II yang telah banyak membantu berupa memberikan arahan, bimbingan dan masukan ke penulis dalam menyelesaikan skripsi.
2. Dr. Sudirman Karnay, M.Si selaku Kepala Departemen Ilmu Komunikasi serta bapak ibu dosen Departemen Ilmu Komunikasi atas segala ilmu dan pengetahuan yang telah dibagikan kepada penulis semasa menjadi Mahasiswa Ilmu Komunikasi. Apa yang bapak ibu sekalian telah tanam akan menjadi benih-benih kebaikan di masa depan.

3. Seluruh staf pengajar dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik yang juga banyak membantu dan membagikan ilmu serta pengalaman berharga bagi penulis.
4. Staf tata usaha Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Hasanuddin yaitu bu Ima, Bu Ida, Pak Herman dan seluruh staf tata usaha dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin yang Namanya tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih banyak atas waktu dan kesabarannya dalam membantu keperluan administrasi penulis selama mengurus keperluan skripsi.
5. Teruntuk kawan hebat Oktaviano Nandito, terima kasih telah menjadi teman yang sangat tulus dan membantu dalam berbagai proses berpikir dan menjadi penasehat pribadi dalam berbagai polemik kehidupan. Penulis sangat beruntung punya teman sepertimu.
6. Spesial untuk Alfa Reza Dwi Yulistianingsih atas rasa cinta dan kasih sayangnya yang menjadi semangat tersendiri bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Kontribusi yang tidak ternilai akan selalu diingat dan dikenang oleh penulis. Percayalah anda sangat berharga dan bernilai di mata penulis. Penulis sendiri telah kehilangan banyak hal berharga yang ia pernah miliki, besar harapan penulis untuk tidak kehilangan lagi di masa depan. Semoga kebaikan dan ketulusan menyala senantiasa. Terima kasih telah menjadi rekan seperjuangan, namun mimpi

kita baru saja dimulai, masih banyak hal-hal hebat di depan sana yang harus kita petakan.

7. Terima kasih diri saya sendiri karena telah sebaik ini mencintai dirinya. Semoga syukur senantiasa tertanam di hati sebagai bagian dari bentuk kecintaan dan ketakwaan kepada Allah Sang Pemilik Alam Semesta. Ingat kamu tidak sedang bersaing dengan orang lain di luar sana. Tetap fokus dalam menggapai mimpi, jangan hiraukan omongan orang lain yang ingin menjatuhkan.

Sekian, ***Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

## ABSTRAK

GILANG RAMADHAN. Perilaku Komunikasi Individu di Kota Makassar (Studi Fenomenologi Trauma Toxic Relationship) (Dibimbing oleh Jeanny Maria Fatimah dan Nosakros Arya).

Tujuan penelitian ini adalah : (1) Untuk mengetahui trauma yang dialami oleh Individu korban *toxic relationship* pasca relasi pacaran di Kota Makassar ; (2) Untuk mengetahui perubahan perilaku komunikasi yang dialami oleh Individu pasca trauma akibat dari *toxic relationship* di Kota Makassar.

Penelitian ini dilaksanakan di Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Tipe penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi fenomenologi (*Textural Description* dan *Structural Description*). Adapun informan penelitian ini adalah orang-orang yang dipilih dan ditentukan menggunakan metode *purposive sampling* yaitu dipilih berdasarkan pertimbangan dianggap berkompeten dan memenuhi kualifikasi untuk menjawab pertanyaan dan tujuan penelitian. Data primer diperoleh melalui observasi dan wawancara dengan para informan. Sedangkan data sekunder diperoleh melalui studi pustaka berupa buku dan jurnal yang berkaitan dengan masalah yang diteliti.

Hasil penelitian menunjukkan tiga dari individu korban toxic relationship mengalami trauma yang sangat berat akibat dari semasa pacaran mengalami kekerasan fisik, verbal, hingga kekerasan seksual. Trauma yang dirasakan oleh individu menimbulkan terjadinya perubahan perilaku komunikasi seperti malas berinteraksi, trust issue, kesulitan berkomunikasi hingga menarik diri dalam lingkungan sosial.

**Kata Kunci :** Toxic Relationship, Trauma, Pacaran, Perilaku Komunikasi

## **ABSTRACT**

*GILANG RAMADHAN. Communication Behavior in Makassar City (Phenomenological Study of Post-toxic Relationship Trauma) (Supervised by Jeanny Maria Fatimah and Nosakros Arya).*

*The aims of this study are: (1) To find out the trauma experienced by individual victims of toxic relationships after dating in Makassar City; (2) To find out the changes in communication behavior experienced by post-traumatic individuals as a result of toxic relationships in Makassar City.*

*This research is conducted in Makassar City, South Sulawesi. This type of research uses a qualitative phenomenological study method (Textural Description and Structural Description). The informants for this study are people selected and determined using a purposive sampling method, selected based on considerations that they are considered competent and qualified to answer questions and research objectives. Primary data is obtained through observations and interviews with informants. Meanwhile, secondary data is obtained through a literature study in the form of books and journals related to the problem of the study.*

*The results show that three victims of toxic relationships experienced severe trauma due to physical, verbal, and sexual violence. Individuals' trauma affects communication behavior changes such as lazy interactions, trust issues, difficulties in communicating, and withdrawing from social situations.*

**Keywords:** *Toxic Relationship, Trauma, Dating, Communication Behavior*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>HALAMAN PENERIMAAN TIM EVALUASI</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>A. Latar Belakang Masalah</b> .....	1
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	8
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	8
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis .....	9
<b>E. Kerangka Konseptual</b> .....	9
1. Trauma Toxic Relationship.....	9
2. Perubahan Perilaku Komunikasi .....	10
<b>F. Definisi Konseptual</b> .....	12
1. Trauma <i>Toxic Relationship</i> .....	12
2. Perubahan Perilaku Komunikasi .....	13
3. Individu di Kota Makassar .....	14
1. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	15
2. Tipe Penelitian .....	15
3. Teknik Penentuan Informan.....	16
4. Teknik Pengumpulan Data.....	16

5. Teknik Analisis Data.....	17
a. Reduksi Data.....	18
b. Penyajian Data .....	19
c. Penarikan Kesimpulan .....	19
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>20</b>
<b>A. Penelitian Terdahulu .....</b>	<b>20</b>
<b>B. Toxic Relationship .....</b>	<b>23</b>
<b>C. Posttraumatic Stress Disorder .....</b>	<b>25</b>
<b>D. Teori Tradisi Fenomenologi.....</b>	<b>27</b>
<b>BAB III GAMBARAN UMUM PENELITIAN.....</b>	<b>29</b>
<b>A. Kasus Toxic Relationship di Makassar .....</b>	<b>29</b>
<b>B. Perubahan Perilaku Komunikasi .....</b>	<b>33</b>
<b>C. Informan Utama.....</b>	<b>33</b>
a. Informan SD.....	34
b. Informan MK .....	34
c. Informan EN .....	35
<b>D. Trauma Informan, Rekam Jejak Medis, dan Validasi Psikiater .....</b>	<b>35</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>38</b>
<b>A. Hasil Penelitian.....</b>	<b>39</b>
1. <b>Gambaran Trauma Individu Korban Toxic Relationship di Kota Makassar ....</b>	<b>39</b>
2. <b>Gambaran Perilaku Komunikasi Individu Korban Toxic .....</b>	<b>43</b>
<b>B. Pembahasan.....</b>	<b>44</b>
1. <b>Pembahasan Trauma Individu Korban Toxic Relationship.....</b>	<b>44</b>
1) <b>Pengekangan Hak Kebebasan Bergaul di Lingkungan Sosial dan Melakukan Kegiatan Pribadi .....</b>	<b>44</b>
2) <b>Gemetar dan Ketakutan Tiap Mengingat Suatu Kejadian yang Memicu Ingatan dengan Mantan Pacar .....</b>	<b>47</b>
3) <b>Kekerasan Fisik dan Kekerasan Verbal .....</b>	<b>52</b>
4) <b>Trust Issue dan Menjadi Penyendiri.....</b>	<b>56</b>
5) <b>Dampak Trauma Berat Kehilangan Jati Diri, Didiagnosis Kecemasan Berlebih hingga Takut untuk Menikah .....</b>	<b>59</b>

6) Tanggapan Keluarga yang Memperburuk Kondisi Korban Toxic Relationship 63	
2. Pembahasan Perilaku Komunikasi Korban Toxic Relationship .....	68
1) Perilaku Tertutup dan Menarik Diri dari Lingkungan Sosial .....	68
2) Kesulitan untuk Merespons Komunikasi Orang Lain .....	74
3) Melakukan Penghindaran dan Selektif dalam Berinteraksi.....	77
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	85
<b>A. Kesimpulan</b> .....	85
<b>B. Saran</b> .....	87
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	89
<b>LAMPIRAN</b> .....	92

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1.1 Kerangka Konseptual .....	12
Gambar 4.1 Trauma Toxic Individu Korban Toxic Relationship .....	40
Gambar 4.2 Perilaku Komunikasi Individu Korban Toxic Relationship .....	43

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa beranjak dewasa (emerging adulthood) merupakan suatu istilah yang digunakan untuk menandai seseorang yang telah bertransisi ke fase dewasa awal (Santrock, 2011). Pada masa ini (individu rentang umur 18-29 tahun) cenderung menghadapi fase perkembangan tentang bagaimana mereka melihat dunia dan membangun masa depannya. Salah satu tahapan dari proses menuju ke kehidupan dewasa awal adalah mencari pasangan hidup. Individu akan berusaha untuk menemukan seseorang yang pantas untuk dirinya. Seseorang yang menjadi pendamping untuk bertukar cerita, berbagi rasa, dan menjalani kehidupan dunia dengan suka cita.

Perasaan senang terhadap lawan jenis dan keinginan untuk memiliki seringkali menjadi gejala awal bagi individu untuk segera mendapatkan pendamping hidup yang ideal. Dari perasaan ingin memiliki tersebut terjalin hubungan relasi antara seorang lelaki dengan perempuan yang kemudian diresmikan dalam ikatan pacaran. Istilah pacaran didefinisikan sebagai interaksi antar individu untuk mendapatkan pengalaman cinta yang berperan penting dalam membangun hubungan romantis selanjutnya dan bahkan pernikahan pada masa dewasa (Erickson, 2003). Hubungan yang romantis

akan menciptakan harmonisasi dalam berpacaran yang selanjutnya membuat ketentraman dalam jalinan relasi cinta dan kasih.

Pada masa awal transisi menuju proses dewasa seringkali memunculkan berbagai polemik. Tidak selamanya ekspektasi seseorang dalam memandang keberlangsungan hubungannya dengan orang lain selalu berjalan mulus. Beberapa kasus diantara individu yang menjalani proses pacaran harus mengakhiri hubungannya disebabkan berbagai macam alasan. Seringkali dari proses pacaran tersebut timbul ketidaknyamanan dari satu pihak yang diakibatkan oleh dominasi berlebihan dari pihak lain. Hal tersebut kemudian menimbulkan gejala dan ciri *toxic relationship* yang memaksa mereka menyudahi hubungan tersebut.

*Toxic Relationship* merupakan suatu hubungan yang mana dalam hubungan tersebut terdapat perilaku-perilaku toksik atau beracun yang dilakukan oleh salah satu pihak dan merugikan pihak lainnya baik secara fisik maupun psikis (Nurfiah, 2013). Hubungan yang tidak sehat ditandai dengan dirugikannya salah satu pihak dan menjadi korban dari pasangan yang mendominasi. Tindakan kekerasan, pelecehan, pemerasan dan perilaku tidak menyenangkan yang kerap dilakukan oleh pelaku penyebar racun dalam hubungan dapat menghancurkan perasaan pihak yang menjadi korban keganasan dari peristiwa *toxic relationship* ini. Beberapa korban mengalami trauma mental yang berkepanjangan, hingga ada kasus bunuh diri akibat dari hubungan beracun ini.

Berdasarkan data Catatan Tahunan Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan, pada tahun 2019 ada sebanyak 13.568 kasus kekerasan yang tercatat, dan sebanyak 9.637 berada pada kasus rana privat (71%). Dari jumlah tersebut dijelaskan bahwa telah terjadi kekerasan dalam hubungan pacaran dengan korban yang tercatat sebanyak 2.073 orang. Dalam melakukan kekerasan laki-laki sering memiliki kuasa yang lebih besar untuk mendominasi perempuan yang kerap menjadi korbannya. Hal tersebut mengundang kekhawatiran bagi Komisi Nasional Perempuan yang mencatat data kekerasan pada tahun 2020. Berdasarkan data yang diungkap oleh Komnas Perempuan bahwa kekerasan intens terjadi pada rana hubungan personal diantaranya ada pada hubungan perkawinan (KDRT), pun dalam hubungan pacaran yaitu sebanyak 6.480 orang atau setara dengan 79% kasus kekerasan.

Dan pada tanggal 13 Juni 2022 Komnas Perempuan kembali merilis data terbaru terkait dengan laporan kekerasan terhadap perempuan yang menjadi catatan tahunan untuk tahun 2021. Data ini kemudian dibagi menjadi beberapa bentuk kasus dari kekerasan yang menimpa sejumlah perempuan di Indonesia. Sebanyak 3.842 kasus kekerasan dalam bentuk fisik, ada 2.456 kasus dalam bentuk kekerasan seksual, kekerasan ekonomi dengan jumlah 1887 kasus, dan sebanyak 2045 kasus dalam bentuk kekerasan psikis/mental. Kekerasan psikis menjadi hal yang paling patut untuk diperhatikan. Hal ini disebabkan korban yang mendapatkan kekerasan fisik, ekonomi maupun

seksual juga akan merasakan guncangan mental yang membuat mereka sangat terpukul. Komnas Perempuan meyakini seluruh data aduan belum maksimal untuk didapatkan karena banyak diantara masyarakat yang masih belum terbuka untuk melakukan laporan dan aduan terkait dengan kasus kekerasan yang menjerat mereka.

Kilas balik pada tahun 2021 seorang mahasiswa asal Mojokerto, Jawa Timur ditemukan meninggal di makam ayahnya setelah menenggak racun. NWR sebagai singkatan dari nama identitas korban diketahui bunuh diri setelah dipaksa menggugurkan kandungannya oleh kekasihnya sendiri yang merupakan seorang Anggota Kepolisian Republik Indonesia (POLRI). Menurut investigasi ditemukan serangkaian fakta yang diduga kuat menjadi pokok permasalahan bunuh dirinya saudari NWR. Seringkali mendapatkan kekerasan dalam hubungan hingga diperlakukan tidak pantas oleh pelaku dan keluarga pelaku yang membuat mental NWR jatuh hingga korban merasa depresi dan berujung kepada tindakan mengakhiri hidupnya. Ini merupakan contoh kasus bagaimana psikis dapat mengguncang seseorang hingga memutuskan untuk bunuh diri.

Berbagai dampak dari hubungan yang beracun dapat berpotensi mengakibatkan gangguan mental, kecemasan dan ketakutan yang berlebihan seperti yang sudah dijabarkan sebelumnya. Dikutip dari pernyataan Prof. Dra. Yai Suryo Prabandhasari, M.Si selaku Guru Besar Universitas Gadjadarmas

menjelaskan efek negatif dari orang yang terjebak *toxic relationship* akan merasa cemas dan stres, mempunyai masalah kepercayaan (*trust issue*), kesehatan mental terganggu, tidak nyaman dan tidak aman, serta merasakan trauma akibat dari hubungan toksik tersebut. Individu yang sedang terjebak kerap kali merasa bimbang mengenai hubungan yang sedang dijalaninya. Sebab dari hubungan tersebut mengindikasikan tidak terjalin keharmonisan antarindividu.

Beberapa individu yang terjebak dalam ketakutan, kecemasan dan trauma dari *toxic relationship* juga merasakan *philophobia* atau rasa takut untuk menjalin hubungan dan *Social Anxiety Disorder* (Fobia Sosial). Adapun dampak daripada hal itu memungkinkan seseorang untuk melakukan blokade sosial (membatasi atau bahkan memutus hubungan maupun interaksi dengan orang lain). Mengutip pada buku Komunikasi dan Perilaku (D.Ruben Brent, Lea P. Stewart 2017) menjelaskan bahwa komunikasi memainkan peran yang sangat penting dalam kencan, cinta dan perkawinan. Komunikasi dipandang penting sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan satu sama lain dalam berhubungan. Namun jika komunikasi yang terjadi berlangsung tidak menyenangkan dan memberikan efek ketidaknyamanan maka salah satu dari individu akan menarik diri.

*Social Anxiety Disorder* berkaitan timbul seiring trauma yang dihadapi oleh korban *toxic relationship*. Mereka yang pernah terjebak teror, kekerasan, dan hal lain dari hubungan beracun yang membuat mereka rugi secara nyata

memberikan dampak besar untuk menarik diri dalam bersosialisasi akibat dari pengalaman traumatis yang mereka dapatkan. Individu akan berusaha untuk membatasi komunikasi antar individu lainnya. Perasaan takut, cemas dan sering was-was menjadi perasaan yang kerap timbul dan dirasakan oleh korban *toxic relationship*. Jika ditilik lebih jauh, tindakan menghindari komunikasi dan interaksi ini perlu dikaji lebih dalam dan sangat penting untuk diteliti. Sebab perilaku-perilaku menghindari hubungan sosial maupun interaksi sosial akibat trauma yang didapatkan mengindikasikan betapa besarnya efek dari *toxic relationship* ini.

Komunikasi menjadi faktor penting dalam keseharian manusia. Interaksi, berbicara, dan saling memberikan kode adalah bagian dari komunikasi. Seseorang tidak bisa menghabiskan hidupnya tanpa melakukan proses pertukaran pesan baik secara verbal maupun nonverbal karena hal tersebut merupakan suatu keniscayaan bagi orang-orang sebagai makhluk sosial. Tindakan memutus komunikasi dan interaksi kepada orang lain menjadi tindakan yang tidak baik untuk dilakukan. Begitupun dengan apa yang dilakukan oleh beberapa korban yang mengalami trauma akibat dari *toxic relationship*. Mereka yang memiliki ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran dalam membangun hubungan interaksi dengan orang lain perlu mendapatkan perhatian khusus. Berdasarkan data dari Komisi Nasional Perlindungan Perempuan yang sudah dijabarkan di atas perlu untuk menjadi

bahan refleksi bagi orang-orang untuk lebih mempedulikan korban akibat dari tindakan kekerasan dan penyalagunaan kuasa dari suatu hubungan.

Dari sepanjang tahun 2019 hingga 2021 mengindikasikan terjadinya peningkatan kasus kekerasan dalam hubungan. Namun hal tersebut diyakini sebagai jumlah yang belum absolut. Hal tersebut disebabkan tidak semua korban berani untuk melaporkan kasus yang menimpa dirinya. Sebagian dari mereka hanya memendam sendiri dan berusaha untuk melalui dan melewatinya tanpa memperkarakan kasus tersebut. Individu yang pernah terjebak dan mengalami trauma namun tidak melaporkannya kepada pihak yang berwajib seringkali sangat sulit untuk dideteksi. Padahal kasus kekerasan dalam hubungan ini perlu untuk ditindaklanjuti dalam berbagai aspek. Baik itu untuk menghukum tindakan pelaku maupun pemulihan terhadap trauma yang dialami oleh korban yang bersangkutan.

Dari berbagai persoalan menyangkut *toxic relationship* dengan ribuan korban setiap tahunnya membuat korban mengalami trauma perlu untuk ditelisik lebih jauh. Demikianlah penulis sekaligus peneliti akan mengangkat suatu penelitian yang berkaitan dengan *toxic relationship* ini dengan judul: **“Perilaku Komunikasi Individu di Kota Makassar (Studi Fenomenologi Trauma Toxic Relationship)”**

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun pertanyaan-pertanyaan dasar yang menjadi landasan penelitian ini telah disusun dalam dua rumusan masalah, sebagai berikut :

1. Bagaimana trauma yang dialami oleh individu korban *toxic relationship* pasca relasi pacaran di Makassar?
2. Bagaimana perubahan perilaku komunikasi yang dialami oleh individu korban *toxic relationship* pasca relasi pacaran di Makassar?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui trauma yang dialami oleh Individu korban *toxic relationship* dalam lingkup Kota Makassar
2. Untuk mengetahui perubahan perilaku komunikasi yang dialami oleh individu di Kota Makassar pasca trauma akibat dari *toxic relationship*.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan mampu menambah kajian pustaka terhadap keilmuan komunikasi dan psikologi terkait dengan perubahan perilaku komunikasi dan studi fenomenologi tentang trauma dalam *toxic relationship*. Penelitian ini akan memberikan paradigma terkait kasus *toxic relationship* Individu di Kota Makassar dan menjadi referensi keilmuan untuk dikaji lebih jauh oleh akademisi, praktisi mental health, praktisi komunikasi maupun pemerintah secara umum.

- b. Penelitian ini diharapkan menambah pustaka mengenai kajian-kajian yang berbasis pada perilaku komunikasi.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kajian pencerahan bagi pelaku maupun korban *toxic relationship*. Mengingat dasar penelitian ini akan berfokus untuk meneliti studi fenomenologi dari korban toxic relationship.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan dan landasan penelitian terbaru pada Ilmu Komunikasi, Perilaku Komunikasi, Perubahan Perilaku Komunikasi dan akan menjadi referensi acuan penelitian dari studi Psikologi terkait dengan Trauma dan *Toxic Relationship*.
- b. Penelitian ini diharapkan mampu untuk menunjang pengetahuan masyarakat secara umum untuk mengatasi *Toxic Relationship* dan secara khusus tertuju kepada korban yang mengalami trauma akibat dari dominasi pelaku yang membuat mereka merasakan ketakutan, kekhawatiran dan kecemasan yang berkepanjangan.

## E. Kerangka Konseptual

### 1. Trauma Toxic Relationship

Menurut *American Psychological Association* (APA). Mendefinisikan trauma sebagai respons emosional terhadap peristiwa mengerikan, seperti kecelakaan, pemerkosaan (kekerasan), dan bencana

alam. Individu yang mengalami trauma akan merasakan emosi yang tidak stabil dan berlangsung dalam waktu yang lama.

Trauma yang terjadi dalam durasi waktu yang lama rentan membuat seseorang semakin stress akibat dari mengingat kejadian dan masa lalu baik dari mimpi ataupun dari hal-hal sekitar yang memicu mereka untuk terus mengingatnya. Akibat dari trauma tersebut berisiko menjalar menjadi gangguan kesehatan mental yang disebut sebagai gangguan stress pasca trauma (*post-traumatic stress disorder*).

Dalam penjabaran yang menyorot pada persoalan trauma akibat *toxic relationship* meliputi kekerasan fisik, kekerasan mental, pemerasan, dan tindakan merugikan satu pihak yang dilakukan oleh pihak yang mendominasi. Hal tersebut mengakibatkan terciptanya hubungan yang tidak sehat dan justru menimbulkan pengalaman yang mengerikan disertai trauma yang berkepanjangan.

## 2. Perubahan Perilaku Komunikasi

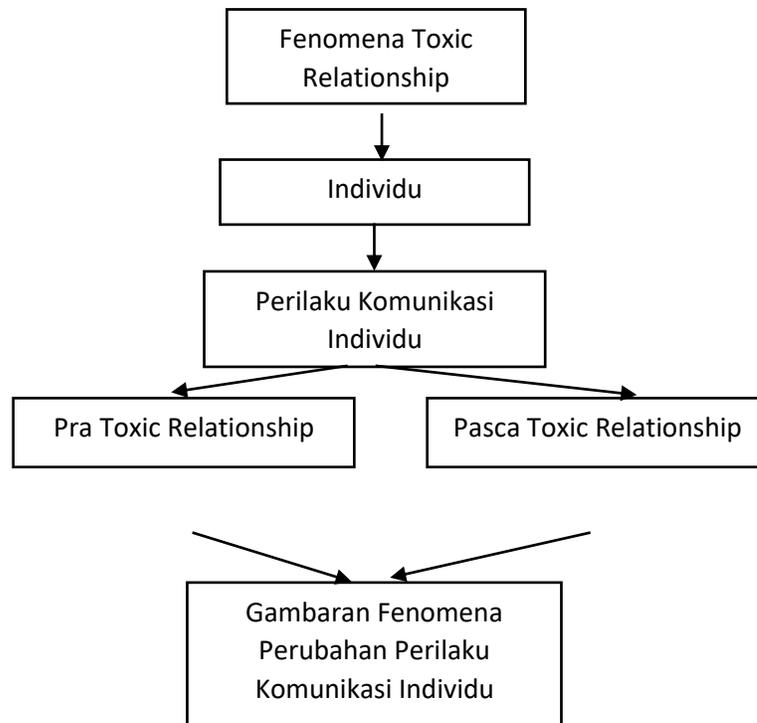
Menurut Skinner yang dikutip oleh Notoatmodjo (2007) menjelaskan bahwa “Perubahan Perilaku merupakan sebuah respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar).” Perilaku dapat berubah seiring dengan sesuatu hal yang datang dari luar individu tersebut.

Sedangkan Budiharharto (2013) menegaskan bahwa perubahan perilaku dapat terjadi akibat dari pengaruh orang lain. Faktor terjadinya perubahan perilaku ini meliputi perubahan perilaku yang membuat terciptanya penyesuaian perilaku berdasarkan orang yang memengaruhi.

Dalam Rosihan (2020) lebih menjabarkan perilaku ke dalam bentuk perilaku komunikasi dengan pendefinisian perilaku manusia dilihat sebagai bentuk respons dari stimulus yang datang dari luar maupun timbul dari dalam dirinya sendiri.

Perilaku Komunikasi adalah sebuah tindakan yang disengaja maupun tidak disengaja terjadi dan ditunjukkan oleh seorang komunikator terhadap komunikannya. Dalam proses komunikasi tersebut, selalu meliputi komunikasi verbal maupun non-verbal.

Perubahan perilaku komunikasi mengidentifikasi terjadinya sebuah perubahan akibat dari stimulus maupun hal-hal yang terjadi dalam dirinya dan mengakibatkan terciptanya sebuah perilaku komunikasi yang baru. Dalam pemetaannya, perubahan perilaku manusia dalam berkomunikasi pada penelitian ini berfokus pada respons yang terjadi pasca trauma *toxic relationship*.



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

## F. Definisi Konseptual

### 1. Trauma *Toxic Relationship*

Jika melihat dari kasus trauma terkait dengan hubungan yang tidak sehat ini, *toxic relationship* membuat seseorang berada pada situasi tidak menyenangkan dan membuat mereka mengalami kerugian berupa materil, fisik, dan mental secara menyeluruh. Dampak dari terjadinya trauma *toxic relationship* ini menyerang hingga membuat individu merasakan ketakutan, kekhawatiran, kecemasan, ketidakpercayaan diri, blokade sosial dan hal-hal lainnya.

Individu yang pernah terjebak dalam *toxic relationship* berpotensi mengalami tekanan mental yang kuat. Hal ini disebabkan dari pengalaman-pengalaman tidak menyenangkan yang mereka rasakan. Perlakuan kasar, pelecehan, pemerasan, bahkan penghinaan-penghinaan seringkali terjadi dalam kasus hubungan yang beracun ini.

## 2. Perubahan Perilaku Komunikasi

Perubahan Perilaku Komunikasi dalam hal ini terjadi akibat dari respons stimulus (rangsangan dari luar) dan terjadi dari hasil komunikasi intrapersonal dari dalam diri individu. Seseorang bisa mengalami perubahan perilaku akibat dari pengalaman-pengalaman terdahulu.

Adapun dalam hal ini perubahan perilaku komunikasi yang menasar pada Perempuan di Kota Makassar yang pernah mengalami *toxic relationship* perlu untuk dipetakan lebih jauh mengenai respons dari trauma yang mereka rasakan. Perubahan perilaku komunikasi akan meliputi banyak hal seperti bagaimana individu merespons pembicaraan dengan orang lain, bagaimana individu membangun interaksi dengan orang lain, bagaimana individu memperlihatkan kepercayaan diri dan semangat berbicara kepada orang lain. Untuk mengidentifikasi lebih jauh lagi akan ditelisik bagaimana individu memposisikan dirinya di lingkungan sosial. Apakah terjadi aksi menarik diri, blokade sosial dan tindakan menghindari ataupun menjauhi individu lainnya yang lebih

khusus kepada lawan jenis akibat dari trauma yang pernah mereka dapatkan.

### 3. Individu di Kota Makassar

Fase dewasa awal (*emerging adulthood*) yang terjadi dari rentang umur 18-29 tahun tentunya menasar pada berbagai latar belakang seperti pelajar, mahasiswa, pekerja lepas, tenaga pendidik dan berbagai macam lainnya. Dalam masa beranjak dewasa itulah seringkali individu ingin mencari kebahagiaan dan pembentukan terkait dengan jati dirinya. Salah satu hal yang paling sering terjadi ketika individu mulai resah untuk mencari pasangan hidup. Dalam hal ini, seseorang yang berada di fase *emerging adulthood* akan berusaha untuk memilih seseorang pendamping. Namun dalam kesempatannya mencari pendamping ideal seringkali dibenturkan dengan ketidakserasian, konflik, dan kejadian-kejadian yang membuat mereka tidak bahagia. Terjadinya ketidakstabilan emosi juga menjadi momok dan problematika tersendiri yang kerap dirasakan oleh seseorang. Penelitian yang menasar pada Perempuan di Kota Makassar ini akan menjadi pilihan terbaik untuk menjawab keresahan-keresahan dari persoalan *toxic relationship* ini.

Untuk lebih fokus pada penjabaran dalam proses penelitian ini akan melibatkan perempuan dari berbagai latar belakang profesi dan kasus yang unik sebagai gebrakan untuk merumuskan penelitian terkait dengan

fenomena hubungan beracun. Fokus penelitian tertuju kepada Individu dalam hal ini secara khusus Perempuan di Kota Makassar mengingat berbagai data yang telah dirilis oleh Komnas Perempuan dan berbagai berita-berita yang tersebar di laman media sosial menjelaskan fakta bahwa perempuan seringkali menjadi korban dari toxic relationship ini.

## **G. Metode Penelitian**

### **1. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan selama kurang lebih dua bulan yaitu sejak bulan September hingga bulan November 2022. Penelitian ini akan dilaksanakan di Kota Makassar, Sulawesi Selatan.

### **2. Tipe Penelitian**

Tipe Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan metode studi fenomenologi. Menurut Sugiyono (2011), metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat post positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive, teknik pengumpulan dengan tri-anggulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian ini lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

### 3. Teknik Penentuan Informan

Dalam menentukan informan, peneliti akan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hal ini disebabkan peneliti hendak memaksimalkan penelitian melalui informan yang dapat menjawab dan membuat tercapainya tujuan dari penelitian ini. Informan yang dibutuhkan adalah sebanyak tiga orang perempuan yang masing-masing pernah dan sedang mengalami fase trauma akibat dari hubungan beracun tersebut.

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam metode pengumpulan data ini, peneliti akan menggunakan dua sumber data, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Menurut Sugiyono (2012:139), sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Penelitian ini akan menggunakan pendekatan langsung kepada informan dengan melakukan wawancara ringan. Jika dalam prosesnya, peneliti merasa informan menjadi salah satu sampel yang sesuai dengan tujuan penelitian, maka akan dilanjutkan dengan wawancara mendalam untuk menggali lebih jauh terkait dengan pengalaman-pengalaman, trauma, dan perubahan sikap informan tersebut. Sumber data sekunder. Menurut Sugiyono (2012:141) sumber sekunder adalah sumber data yang diperoleh dengan cara membaca, mempelajari, dan memahami melalui media lain yang bersumber dari literatur, buku-buku, serta dokumen-dokumen tertentu.

Dalam artian, sumber sekunder bisa didapatkan melalui buku-buku, literatur, jurnal yang semuanya terkait dengan cakupan pembahasan penelitian.

Dalam proses penelitian ini akan diambil dari studi pustaka yang dilakukan oleh peneliti. Selain itu, pendokumentasian kegiatan-kegiatan selama proses penggalian informasi akan diabadikan. Arsip-arsip rekaman serta pendapat maupun persepsi orang terdekat dari korban akan digali, mengingat untuk mengidentifikasi terjadinya perubahan perilaku komunikasi seringkali disadari oleh sumber primer terdekat yakni orang-orang yang sering berinteraksi dengan informan.

#### 5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses yang dilakukan secara sistematis untuk mencari, menemukan dan menyusun transkrip wawancara, catatan-catatan lapangan dan bahan-bahan lainnya yang telah dikumpulkan peneliti dengan teknik-teknik pengumpulan data lainnya (Bungin, 2001).

Dalam proses penelitian ini, peneliti akan menggunakan Teknik Analisis Data Deskriptif Fenomenologi untuk menggali informasi berupa pengalaman individu dalam relasi pacaran (pasca toxic relationship).

Pendekatan Fenomenologi adalah studi interpretatif tentang pengalaman yang dirasakan oleh manusia sebagai sesuatu yang timbul dan dialami sehari-hari (Von Eckartsberg, 1998, p. 3).

Studi Fenomenologi memiliki dua fokus utama yakni pada *textural description* dan *structural description*. Dalam Jurnal Pendekatan Fenomenologi : Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi (2008) oleh O. Habiansyah menjabarkan bahwa fokus *textural description* menekankan aspek objektif dari pengalaman subjek penelitian, yakni manusia. Untuk memperoleh aspek objektif dapat menggalinya melalui peristiwa atau fenomena pribadi yang dialami oleh seseorang dalam hal ini informan penelitian. Sedangkan *structural description* ada pada penilaian serta pendapat subjek dalam menilai suatu fenomena yang terjadi pada dirinya. Adapun beberapa instrumen untuk membantu kelancaran tercapainya tujuan penelitian.

a. Reduksi Data

Dalam melakukan penelitian, penulis akan menggunakan jurnal catatan untuk mencatatat segala informasi-informasi yang penting untuk kepentingan penelitian. Perekam suara juga diperlukan untuk dalam proses wawancara untuk mengabadikan data sekaligus sebagai bukti keaslian wawancara. Olehnya dalam mereduksi data ini, peneliti akan berusaha untuk mengambil bagian-bagian yang dipandang penting sebagai data penelitian, maka dipandang perlu untuk melakukan proses penyuntingan sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

b. Penyajian Data

Semua data tersebut akan disajikan ke dalam bentuk naratif berdasarkan hasil olahan data yang sudah dipilih melalui filterisasi catatan dan rekaman suara wawancara.

c. Penarikan Kesimpulan

Dalam proses pengambilan kesimpulan, peneliti akan melakukan penyimpulan berdasarkan tujuan penelitian yang sudah ditetapkan sebagai maksud utama dilakukannya penelitian, lalu instrumen paling utama dalam hal catatan dan data rekaman suara dari wawancara akan berperan penting dalam pembentukan kesimpulan, serta hasil dari reduksi dan filterisasi data yang juga memiliki peran krusial. Kedua proses penarikan yang didapatkan dari penelitian ini akan saling dihubungkan untuk mendapatkan keterkaitan antar kedua proses penyimpulan tersebut.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu merupakan salah satu sumber rujukan dalam melakukan proses penelitian dan sebagai pedoman dalam kelancaran peneliti agar dapat mengumpulkan serta menganalisis data-data yang ada. Minimnya penelitian terkait dengan perubahan perilaku komunikasi akibat trauma dari *toxic relationship* membuat penulis mencari referensi dengan menggunakan kata kunci trauma, kekerasan dalam pacaran, dan *toxic relationship* untuk mengumpulkan berbagai literatur yang dapat menunjang wawasan penulis dalam memaksimalkan proses penelitian.

Penelitian pertama diambil dari skripsi Resty Wulandari (2021), dengan judul “Fenomena Toxic Relationship dalam Pacaran pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya”. Resty menggunakan pendekatan kualitatif dan studi sosial gender dengan teori pertukaran George Homans yang dalam teorinya menjelaskan suatu interaksi harus setidaknya melibatkan dua pihak. Dalam teori tersebut Homans menegaskan individu yang melakukan interaksi dengan individu lainnya akan menciptakan suatu keadaan yang baru (fenomena baru). Teori ini akan menjadi pintu gerbang dalam merumuskan indikasi pertukaran yang dapat menjelaskan hubungan atau relasi sosial setidaknya diantara dua orang atau bahkan kelompok.

Dalam skripsi Resty, fenomena toxic relationship dalam lingkup mahasiswa dengan kemampuan “matang berpikir” justru paling rawan terjerat dan merasakan dampak daripada hubungan yang tidak sehat. Dari hasil yang dipaparkan ada sebanyak 11 orang yang pernah mengalami hubungan beracun dari terror, kekerasan verbal, kekerasan fisik, dan pemerasan uang yang membuat individu yang terjebak maupun pernah terjebak itu mengalami kerugian psikis, mental maupun materi.

Penelitian kedua dari Putri (2012) dengan judul “Hubungan antara Kekerasan dalam Pacaran dan Self Esteem pada Perempuan Dewasa Muda”. Pada penelitian ini, Putri yang bergerak sebagai peneliti inti menggunakan pendekatan kuantitatif dan studi cross-sectional pada penelitiannya dengan tujuan untuk menemukan suatu indikasi adanya pengaruh pada hubungan antara kekerasan dalam pacaran terhadap harga diri (selfesteem) pada remaja putri. Hasil dalam penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kekerasan yang terjadi dalam pacaran dan mengakibatkan dampak negatif pada harga diri remaja putri. Hal tersebut disimpulkan melalui semakin tinggi frekuensi kekerasan yang terjadi membuat semakin menurunnya harga diri (selfesteem) remaja putri.

Persamaan dari penelitian Putri dan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat suatu dampak negatif yang kemudian membuat seseorang merasakan kerugian akibat dari hubungan yang tidak sehat. Dalam penelitian yang akan penulis laksanakan berfokus pada perubahan perilaku komunikasi

(cara berkomunikasi, sikap dalam berkomunikasi, semangat dalam berinteraksi) seperti apa yang akan terjadi setelah individu merasakan trauma pasca menjalani hubungan beracun (*toxic relationship*).

Penelitian ketiga berjudul “Representasi *Toxic Relationship* dalam Film *Story of Kale: When Someone’s in Love*. Joshua Alberico Tedjo, Jandy Edipson Luik, dan Agusly Iriawan Arionang sebagai kelompok peneliti bermaksud untuk mengetahui dan menjabarkan bagaimana *toxic relationship* yang direpresentasikan dalam film *Story of Kale: When Someone’s in Love*. Pendekatan yang dilakukan oleh para peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian semiotika kode-kode televisi John Fiske yang dilihat melalui kode-kode level realitas, level representasi, dan level ideologi.

Adapun hasil penelitian yang telah dilakukan oleh kelompok peneliti menunjukkan bahwa film *Story of Kale: When Someone’s in Love* memperlihatkan bagaimana sebuah hubungan pacaran dikendalikan dan dipengaruhi oleh perilaku-perilaku dan persoalan beracun. Dalam penelitian itu menjelaskan bahwa ketika salah satu individu dalam sebuah pasangan memperlihatkan suatu perilaku mengharapkan *fantasy* dan dominasi yang berlebihan akan menimbulkan hubungan yang penuh dengan *toxic* dan dampak-dampak yang tidak baik.

Persamaan dari penelitian film *Story of Kale : When Someone's in Love* dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah menjabarkan suatu indikasi yang terjadi dari *toxic relationship* yang membuat seseorang merasakan dampak buruk dengan mengubah keadaan dirinya terkhusus pada perubahan perilaku komunikasi yang ditunjukkan oleh individu tersebut.

## **B. Toxic Relationship**

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), toksik dijabarkan dalam tiga definisi yakni racun, beracun dan sesuatu yang berkenaan dengan racun. Sedangkan *relationship* atau hubungan didefinisikan sebagai suatu ikatan atau pertalian (keluarga, persahabatan, dan sebagainya). Adapun jika dijabarkan lebih jauh untuk memaknai *toxic relationship* itu adalah suatu ikatan antara individu satu dengan individu lainnya yang terindikasi racun dan mengakibatkan terjadinya hubungan yang tidak sehat dalam prosesnya.

Menurut Dr. Lilian Glass, tokoh komunikasi dan psikologi dalam bukunya yang berjudul *Toxic People* (1995) mendefinisikan *toxic relationship* sebagai hubungan yang tidak saling mendukung satu sama lain yang mana dalam satu pihak berusaha memiliki kontrol yang lebih besar terhadap pihak lain. Berdasarkan dari definisi tersebut, Dr. Lilian Glass meyakini suatu hubungan yang terjebak dalam fase beracun selalu terindikasi akibat dari salah satu individu yang berusaha menjadi paling dominan bagi individu lainnya. Dalam penggambaran hubungan yang ingin didominasi itu terjadi sebuah

ketimpangan antara satu pihak yang merasa tertindas oleh perilaku-perilaku yang tidak menguntungkan dari pasangannya.

Dalam buku *Cutting Your Losses from a Bad or Toxic Relationship* (2018), J.A. McGruder mendefinisikan *toxic relationship* sebagai suatu kondisi yang terdapat perilaku *secure emotional* yang dilampiaskan oleh seseorang kepada pasangannya dan bahkan perilaku ini dapat melukai fisik pasangannya. Ada tindakan berupa perilaku-perilaku emosional yang mengakibatkan luka bahkan dapat menimbulkan luka fisik bagi seseorang yang terjebak dalam kondisi tersebut. Pelaku dari *toxic relationship* ini selalu memiliki kuasa yang lebih besar untuk mengendalikan pasangannya. Perilaku yang dilakukan cenderung menimbulkan ketidakselarasan hubungan dan ketidakuntungan antara pihak yang menjadi korban lampiasan emosi yang tidak stabil tersebut.

Kehadiran seseorang dalam hidup seringkali memacu motivasi untuk lebih semangat dalam mencapai impian. Namun bagaimana jika pasangan justru menjadi polemik yang membuat kita tersesat dalam mencari arah menuju impian yang diinginkan. Itulah yang dibahas dalam buku *Toxic Relationship Free : Ketika Hubungan Meracuni Masa Depan, Apa yang Harus Dilakukan?* (2022), Christy Ms. Penulis menjelaskan peran suatu individu terhadap individu lainnya dalam ikatan emosional sangatlah krusial. Namun jika pasangan sebagai pendamping hidup hadir memberikan hubungan yang tidak sehat maka perlu untuk keluar dari persoalan tersebut.

*Toxic Relationship* selain mengakibatkan kerugian mental juga dapat merenggut keinginan hidup seseorang. Hilangnya rasa percaya diri, hancurnya motivasi, dan ketidakmampuan mempercayai orang lain lagi membuat isu ini kian berbahaya untuk mereka yang terjebak dan tidak mampu keluar dari fase tersebut. Buku dari Christy Ms memberikan suatu penjelasan dan bantuan untuk mengidentifikasi suatu hubungan yang terindikasi *toxic* dan memberikan pemahaman dan kemampuan untuk terbebas dari hubungan tidak sehat itu.

### **C. Posttraumatic Stress Disorder**

*Posttraumatic Stress Disorder* atau Gangguan Stress pascatrauma adalah gangguan mental yang muncul setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa yang bersifat traumatis atau sangat tidak menyenangkan. PTSD merupakan suatu dampak dari pengalaman traumatis yang diderai oleh korban dan masih sulit sembuh dari kejadian-kejadian buruk tersebut.

Gangguan pascatrauma ini berpotensi muncul dan terus menjadi mimpi buruk bagi korban ketika individu yang pernah mengalami kejadian yang merugikan dirinya ini teringat hal tersebut dan mengakibatkan ketakutan mendalam. Dikutip dalam laman Alodokter yang merupakan situs medis daring menjelaskan bahwa penyebab terjadinya gangguan pascatrauma ini merupakan suatu kombinasi dari sejumlah kondisi tidak mengenakkan seperti:

- 1) Pengalaman yang tidak menyenangkan
- 2) Riwayat gangguan mental pada keluarga
- 3) Kepribadian bawaan yang tempramen

PTSD sering terpicu dan menimbulkan ketakutan dan trauma serius ketika sang korban mengalami beberapa kejadian sebagai berikut :

1. Perang
2. Kecelakaan
3. Bencana alam
4. Perundungan
5. Kekerasan fisik maupun kekerasan mental
6. Pelecehan seksual
7. Prosedur medis tertentu, seperti operasi
8. Penyakit yang mengancam nyawa, semisal serangan jantung

Orang yang terjebak dalam gangguan pascatrauma ini memiliki berbagai macam faktor risiko yang membuatnya terjebak dalam ketakutan dan terus mengalaminya. Beberapa faktor risiko tersebut seperti :

- 1) Kurang mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman
- 2) Menderita kecanduan alkohol atau penyalagunaan NAPZA
- 3) Memiliki riwayat gangguan mental lainnya seperti gangguan kecemasan

Mendapatkan pengalaman traumatis

#### **D. Teori Tradisi Fenomenologi**

Teori Tradisi Fenomenologi berfokus pada pengalaman pribadi termasuk bagian dari individu-individu yang ada saling berkaitan dan memberikan pengalaman satu sama lain. Komunikasi berperan penting dalam proses pertukaran pengalaman antarindividu melalui dialog. Inti dari tradisi fenomenologi adalah usaha untuk mengamati kehidupan dalam keseharian dalam suasana alamiah. Komunikasi sebagai pengalaman diri yang didapatkan melalui proses dialog. Peneliti kemudian akan menggunakan teori tradisi fenomenologi ini dengan diperkuat oleh pernyataan Edmund Husserl.

Edmund Husserl sebagai pencetus dari fenomenologi modern meyakini bahwasannya hanya kesadaran murnilah yang dapat mengamati dan

memahami suatu fenomena murni. Menurut Husserl, kesadaran murni adalah kesadaran yang tidak terikat oleh asumsi, keyakinan, dan pengetahuan yang terbentuk dari proses interaksi dengan dunia dan hanya kesadaran murni inilah yang mampu melihat fenomena apa adanya (Carpenter, 1999; Crotty, 1996; Spiegelberg, 1978)