

BAB II

KAJIAN KONSEPTUAL

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah salah satu sumber yang dapat digunakan sebagai referensi atau perbandingan oleh peneliti dalam penelitian yang berkaitan. Peneliti mempelajari beberapa penelitian terdahulu yang relevan, yang menjadi dasar referensi dalam penyusunan skripsi. Dalam penelitian tentang Resiliensi Remaja dalam Menghadapi *Toxic Relationship* yang Mendapatkan Pelayanan Konseling di Yayasan Relawan Independen (JaRI). Adapun penelitian sebelumnya yang digunakan sebagai referensi termasuk:

1. Vivi Riski Alfiani, 2020, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto mengenai Upaya Resiliensi Pada Remaja Dalam Menghadapi *Toxic Relationship* yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran.

Dalam penelitian ini, menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Melibatkan informan dua informan A seorang perempuan berusia 22 tahun dengan lama pacaran 4 tahun dan B seorang laki-laki yang berusia 22 tahun juga dengan lama pacaran 3 tahun. Dengan tujuan mengetahui upaya resiliensi pasca mengalami Toxic Relationship yang pernah terjadi pada hubungan pacaran.

Hasil yang toxic relationship yang dialami merupakan suatu tantangan yang tidak mudah. Subjek A dan B telah mengalami hubungan yang beracun di mana mereka menghadapi berbagai emosi negatif seperti

keegoisan, ketidaknyamanan, ketidakpercayaan, tekanan, dan rasa cemburu yang berlebihan dari pasangan mereka. Mereka juga mengalami pembatasan dalam ruang sosial dan pengembangan diri, serta sering menggunakan hubungan sebagai pelampiasan atas masalah yang dihadapi. Meskipun menghadapi tantangan ini, mereka berdua tetap berusaha mempertahankan hubungan yang telah berlangsung bertahun-tahun, meskipun itu berarti harus menghadapi perasaan negatif dan kesulitan yang terus-menerus. Dengan menggunakan kekuatan mental dan ketahanan, mereka berdua berkomitmen untuk menghadapi tantangan ini dan berusaha mengubahnya menjadi pengalaman yang positif.

2. Alfian Nur Azmi, 2022, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang mengenai Upaya Konselor dalam Menangani *Toxic Relationship* pada Remaja di *Crystal Psychology* Kota Tegal

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan menggunakan study kasus secara mendalam terhadap peristiwa dan aktivitas individu. Dengan tujuan untuk mengetahui dampak psikis dan upaya konselor dalam menangani korban *toxic relationship* pada remaja di *Crystal Psychology* Kota Tegal.

Hasil yang didapatkan bahwa Para korban dari *toxic relationship* mengalami dampak psikologis yang beragam, yang dipengaruhi oleh jenis *toxic relationship* yang mereka alami dan tingkat ketahanan psikologis individu. Dampak psikologis ini bisa berupa gangguan emosi, perilaku, dan kognitif, seperti kecemasan, depresi, stres, ketegangan, dan bahkan trauma.

Mereka mungkin menghadapi kesulitan dalam mengekspresikan diri, merasa kurang percaya diri, dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial. Selain itu, Semua orang dapat memanfaatkan layanan konseling individu dengan metode pelatihan untuk meningkatkan tingkat resiliensi mereka di *Crystal Psychology*. Ini melibatkan konseling langsung dengan seorang ahli, di mana individu bisa mendapatkan bantuan yang sesuai dengan jenis hubungan toksik yang mereka alami. Dengan demikian, mereka dapat meningkatkan ketahanan psikologis mereka dan belajar mengatasi dampak dari *toxic relationship* yang mereka alami

3. Ulfa Rahmawati, 2023, Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung, mengenai Resiliensi pada Anak yang Kehilangan Orangtua akibat Covid-19 di Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal.

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif kuantitatif menggunakan statistik untuk menguji perhitungan terkait masalah yang diteliti. Untuk mendapatkan gambaran sistematis, faktual dan akurat tentang resiliensi anak-anak di Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal yang kehilangan orangtua karena pandemi covid-19 maka penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Dengan tujuan mengetahui karakteristik subjek dan resiliensi yang dijabarkan kedalam aspek regulasi emosi, aspek pengendalian impuls, aspek optimisme, aspek analisis kausal (mengidentifikasi masalah), aspek efikasi diri, aspek empati dan aspek reaching out (keluar dari kondisi sulit) kehilangan orangtua akibat covid-19 di kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi anak-anak yang kehilangan orangtua akibat COVID-19 di Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal menghasilkan skor yang tinggi, mencapai 2.434 dari total keseluruhan. Hal ini menunjukkan bahwa responden telah memiliki tingkat resiliensi yang baik saat menghadapi situasi sulit setelah kehilangan orangtua akibat COVID-19, yang dapat dipengaruhi oleh dukungan dari orang-orang penting dalam kehidupan mereka.

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu

No	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul dan Metode	Hasil dari Penelitian Terdahulu	Persamaan	Perbedaan
1	Alfan Nur Azmi (2022)	Upaya Konselor dalam Menangani <i>Toxic Relationship</i> pada Remaja di <i>crystal Psychology</i> Kota Tegal	Upaya konselor untuk menangani <i>toxic relationship</i> dapat dimanfaatkan semua orang	Persamaan penelitian terletak pada subjek penelitian, yaitu Remaja.	Perbedaan penelitian terletak pada variabel, lokasi, dan metode yang diteliti
2	Ulfa Rahmawati (2023)	Resiliensi pada Anak yang Kehilangan Orangtua akibat Covid-19 di Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal.	Responden telah memiliki tingkat resiliensi yang baik saat menghadapi situasi sulit setelah kehilangan orangtua akibat COVID-19, yang dapat dipengaruhi oleh dukungan dari orang-orang penting dalam	Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel yang diteliti.	Perbedaan pada penelitian ini tertetak pada subjek, fokus, metode dan lokasi.

			kehidupan.		
3	Vivi Rizki Alfiani (2020)	Upaya Resiliensi Pada Remaja Dalam Mengatasi Toxic Relationship yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran	Hasil penelitian Mereka juga mengalami pembatasan dalam ruang sosial dan pengembangan diri, serta sering menggunakan hubungan sebagai pelampiasan atas masalah yang dihadapi.	Persamaan pada penelitian terletak pada subjek yang diteliti.	Perbedaan pada penelitian terletak pada lokasi yang diteliti

Sumber Hasil Penelitian 2024

2.2 Tinjauan Pustaka

2.2.1 Tinjauan Tentang Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Menurut Grotberg (1999) “Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri, dan tetap beradaptasi dengan perubahan yang terjadi seiring dengan ujian yang dihadapi

dalam kehidupannya.” Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung memiliki karakteristik seperti ketahanan mental yang kuat, kemampuan untuk menemukan arti dan tujuan dalam pengalaman hidup mereka, kemampuan untuk mengatur emosi dengan baik, kemampuan untuk memperkuat dan memanfaatkan sumber daya internal dan eksternal, serta kemampuan untuk menjaga hubungan interpersonal yang sehat dan mendukung.

Berdasarkan teori diatas, resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk pulih dari situasi yang sulit dengan menggunakan sumber daya mereka untuk mengatasi tantangan dan mengatasi luka yang dialami, sehingga mereka bisa melanjutkan kehidupan mereka dengan lebih baik.

2. Faktor-Faktor Resiliensi

Windle dalam kalil (2003) menyatakan bahwa resiliensi terbentuk dari interaksi yang signifikan antara faktor resiko dengan faktor protektif. Adapun faktor resiko dan protektif, sebagai berikut:

a. Faktor Resiko

Kaplan (1999) menyatakan bahwa, faktor risiko dapat dianggap sebagai prediktor awal dari hal-hal yang tidak diinginkan atau sesuatu yang membuat seseorang lebih rentan terhadap situasi yang tidak diinginkan. Dengan kata lain, faktor risiko adalah segala sesuatu yang mempengaruhi dan menentukan tingkat kerentanan seseorang terhadap stres ketika mereka

menghadapi. Jika seseorang rentan terhadap stres, kemungkinan lebih besar bagi mereka untuk menunjukkan perilaku atau respon yang tidak sesuai yang dapat menyebabkan mereka terjebak dalam tekanan yang berkepanjangan.

b. Faktor Protektif

Menurut Kalil (2003) dalam buku Resiliensi Psikologi, faktor protektif merupakan faktor-faktor yang memiliki potensi untuk digunakan sebagai alat dalam merancang strategi pencegahan dan penanggulangan terhadap berbagai hambatan, tantangan personal, dan kesulitan dengan cara yang efektif.

Berdasarkan pernyataan di atas faktor resiliensi terbagi menjadi dua bagian, yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Faktor resiko dapat meningkatkan kerentanan seseorang dalam menghadapi kesulitan sedangkan faktor protektif ada upaya yang membantu seseorang untuk pulih dan bangkit dari kesulitan yang dihadapinya meliputi tiga komponen resiliensi (*I Have, I am, dan I Can*).

3. Aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte dalam Wiwin Hendriani (2019:51) menyatakan terdapat tujuh aspek utama yang membentuk resiliensi, sebagai berikut:

a. Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Seseorang yang memiliki kemampuan mengatur emosi dengan baik akan dapat menjaga ketenangan saat menghadapi situasi yang

menekan. Orang yang memiliki daya tahan mental juga mampu mengelola emosinya, membina hubungan yang positif, berinteraksi dengan baik dalam berbagai situasi sosial, berpotensi mencapai kesuksesan, serta memengaruhi kesehatan fisiknya secara positif.

b. Pengendalian impuls (*Impulse Control*)

Pengendalian impuls adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, dan tekanan yang timbul di dalam dirinya. Kemampuan ini membawa individu menuju pemikiran yang terarah dan tepat. Sedangkan jika tidak mengontrolnya, individu akan bertidak terhadap suatu kondisi tanpa berfikir jernih dan hati-hati.

c. Optimisme (*Optimism*)

Individu yang resilien umumnya memiliki pandangan optimis terhadap kehidupan, mereka yakin bahwa segala sesuatu akan membaik. Mereka memiliki harapan besar untuk masa depan, mampu menghadapi tantangan dengan baik, memiliki kontrol yang baik atas kehidupan mereka, dan menjalani gaya hidup yang sehat.

d. Empati (*Empathy*)

Empati merupakan kemampuan seseorang untuk memahami orang lain dengan cara melihat situasi, emosi dan perasaan yang

dialami. Individu yang resilien mampu bersimpati dengan orang lain dan tidak bersikap acuh tak acuh terhadap mereka.

e. Analisis Sebab Akibat (*Causal Analysis*)

Individu yang mampu menganalisis penyebab masalah, berpikir secara fleksibel, dan mencari solusi dalam menghadapi permasalahan dapat dinyatakan resilien. Tanpa kemampuan menganalisis untuk menganalisis masalah, seseorang beresiko mengulangi kesalahan yang serupa.

f. Efikasi Diri (*Self Efficacy*)

Individu yang resilien yakin bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap masalah yang muncul, dan mereka percaya akan kekuatan yang dimiliki untuk menghadapi tantangan dan mencapai kesuksesan.

g. Keluar dari Kondisi Sulit (*Reaching Out*)

Pencapaian mencerminkan kemampuan individu untuk meningkatkan hal-hal positif dalam kehidupannya. Individu yang memiliki daya tahan mental memiliki kemampuan untuk bangkit dari kesulitan, tidak merasa takut akan pencapaian di masa depan, tidak menyerah, selalu berpikir positif, dan terus mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Berdasarkan informasi aspek resiliensi yang disampaikan oleh ahli di atas dapat ditarik kesimpulan, bahwa terdapat tujuh aspek yang menjadi komponen dalam resiliensi. Pertama, yaitu regulasi emosi

dimana seseorang yang dapat mengatur emosionalnya dengan baik meskipun dalam kondisi menekan. Kedua, pengendalian impuls merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan dirinya kepada arah yang positif dan tepat. Ketiga yaitu optimisme merupakan sikap atau pandangan seseorang untuk berfikir optimis dan positif bahwa segala sesuatu akan berubah menjadi lebih baik. Keempat yaitu empati, merupakan kemampuan seseorang dalam memahami serta ikut merasakan yang terjadi pada orang lain.

Kelima, analisis sebab akibat seseorang mampu menganalisis penyebab terjadinya permasalahan tersebut sehingga ia akan belajar dan tidak mengulangi kesalahan yang sama. Keenam, efikasi diri merupakan kemampuan percaya diri bahwa ia dapat mengatasi permasalahan yang muncul. Ketujuh, keluar dari kondisi sulit merupakan kemampuan individu dalam meningkatkan, tidak pantang menyerah, dan selalu berfikir positif dalam hidupnya.

4. Komponen Resiliensi

Menurut Grotberg (1999), terdapat tiga faktor utama yang resiliensi individu (*three source of resilience*), yaitu: *I have*, *I am* dan *I can* yang saling berinteraksi dan menentukan bagaimana resiliensi individu, sebagai berikut:

a. *I Have (external support)*

I Have merupakan faktor resiliensi yang berkaitan dengan dukungan sosial yang dirasakan oleh individu dari lingkungannya.

Adapun sumber *I Have* sebagai penentu pembentukan resiliensi, sebagai berikut:

- 1) Hubungan yang dilandasi dengan kepercayaan (*trust*).
- 2) Struktur dan peraturan yang ada dalam keluarga atau lingkungan rumah.
- 3) Model-model peran.
- 4) Dorongan seseorang untuk mandiri.
- 5) Akses terhadap fasilitas seperti layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, dan kesejahteraan.

b. I am (inner strenght)

I am merupakan faktor utama resiliensi yang terhubung dengan kekuatan internal yang dimiliki individu. Sumber ini melibatkan perasaan, sikap, dan keyakinan pribadi. Adapun beberapa karakteristik pribadi yang memengaruhi *I am* dalam membentuk resiliensi, sebagai berikut :

- 1) Penilaian personal bahwa diri memperoleh kasih sayang dan disukai banyak orang.
- 2) Memiliki sikap empati, kepedulian dan cinta terhadap orang lain.
- 3) Mampu merasa bangga pada diri sendiri.
- 4) Memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri dan mampu menerima konsekuensi atas tindakannya.
- 5) Percaya diri, optimis dan memiliki mimpi akan masa depan.

c. *I Can (interpersonal and problem solving skill)*

I can merupakan faktor resiliensi yang terhubung dengan upaya yang dilakukan oleh individu untuk menyelesaikan masalah dan mencapai keberhasilan menggunakan kemampuan internalnya sendiri. *I can* berisi mengenai evaluasi terhadap kemampuan individu, termasuk keterampilan dalam menyelesaikan masalah, kemampuan sosial, dan interaksi interpersonal. Adapun sumber resiliensi, sebagai berikut :

- 1) Kemampuan dalam berkomunikasi.
- 2) Kemampuan dalam pemecahan masalah.
- 3) Kemampuan mengelola emosi dan perasaan.
- 4) Kemampuan mengukur termpramen, baik diri sendiri maupun orang lain.
- 5) Kemampuan individu menjalin hubungan yang dengan penuh kepercayaan .

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat tiga faktor utama dimiliki seseorang sebagai pembentukan resiliensi. Komponen yang pertama adalah *external support (I Have)* dimana seseorang merasakan adanya dukungan yang ia dapatkan baik dari lingkungan keluarga, pertemanan dan sosialnya. Kedua, *inner strengh (I am)* merupakan sistem sumber atau kemampuan yang dimiliki seseorang melibatkan perasaan, sikap, dan keyakinan pribadi. Ketiga, *interpersonal and problem*

solving (I Can) merupakan upaya yang dilakukan seseorang dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya dan mencapai keberhasilannya atas kemampuan yang dimilikinya.

2.2.2 Tinjauan Tentang Remaja

1. Pengertian Remaja

Sofia and Adiyanti (2013) remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa di mana terjadi perkembangan signifikan dalam berbagai aspek, seperti biologis, psikologis, dan sosial. Pernyataan serupa menurut Hurlock (1980) bahwa perkembangan remaja dapat dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu remaja awal (usia 11-13 tahun), remaja tengah (usia 14-16 tahun), dan remaja akhir (usia 17-20 tahun).

Berdasarkan teori di atas, remaja adalah masa transisi dalam perkembangan manusia yang terjadi antara masa anak-anak dan masa dewasa. Secara umum, remaja mencakup rentang usia dari sekitar 11 hingga 20 tahun, meskipun batasan usia dapat bervariasi tergantung pada definisi yang digunakan dalam berbagai konteks budaya, sosial, dan ilmiah. Selama masa remaja, individu mengalami perubahan fisik, emosional, kognitif, dan sosial yang signifikan. Ini adalah periode di mana mereka mulai mengembangkan identitas pribadi mereka, menjalani proses sosialisasi yang lebih kompleks, dan menghadapi tantangan baru dalam mengelola hubungan dengan orang lain dan mengambil tanggung jawab atas kehidupan mereka sendiri.

2. Ciri-Ciri Masa Remaja

Adapun ciri-ciri masa remaja menurut Hurlock (1999:203), sebagai berikut :

a. Masa Remaja sebagai Periode Penting

Setiap tahap dalam kehidupan itu penting, masa remaja memiliki dampak langsung terhadap sikap, perilaku, penyebab, dan konsekuensi yang berjangka panjang, termasuk aspek fisik dan psikologis.

b. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan

Pada tahap ini, status individu tidak terdefinisi dengan jelas dan terdapat kebingungan mengenai peran yang harus diambil. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan juga orang dewasa. Sehingga dalam tahapan ini remaja cenderung tertarik dan berbagai gaya hidup yang berbeda yang dapat menentukan pola perilaku, sifat, dan nilai yang dirasa sesuai dengan dirinya.

c. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Selama masa remaja, perubahan sikap dan perilaku juga terjadi seiring dengan perubahan fisik. Adapun lima perubahan yang bersifat universal, sebagai berikut :

- 1) Intensitas emosi yang meningkat.
- 2) Perubahan tubuh.
- 3) Timbulnya permasalahan baru.

4) Perubahan dalam minat dan kebiasaan.

5) Bersikap ambivalen.

d. Masa Remaja sebagai Masa yang Penuh Tantangan

Setiap tahap kehidupan memiliki tantangannya masing-masing, tetapi masalah yang dihadapi remaja sering kali sulit untuk diatasi. Hal ini karena, sebagian besar masalah sebelumnya diatasi oleh orang tua atau guru, sehingga remaja jarang memiliki pengalaman dalam menghadapi masalah. Selain itu, mereka merasa mampu mengatasi masalah sendiri tanpa bantuan dari orang lain.

e. Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas

Pada awal masa remaja, mereka cenderung menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok mereka. Seiring berjalannya waktu, mereka mulai mencari identitas pribadi mereka dan mencari kelompok yang memenuhi nilai-nilai mereka.

Berdasarkan teori hurlock diatas, bahwa ciri-ciri remaja terbagi menjadi bebrapa masa. Pertama masa remaja sebagai priode penting yang memiliki dampak pada sikap dan kehidupan remaja. Kedua yaitu masa remaja sebagai periode peralihan dari masa anak sehingga remaja cenderung memiliki ketertarikan pada hal baru dan mencoba menentukan perilaku, sifat dan nilai yang dirasa sesuai. Ketiga masa remaja sebagai periode perubahan dimana adanya perubahan fisik, emosi, permasalahan baru, dan minat.

Keempat masa remaja penuh tantangan dimana seorang remaja akan dihadapkan dengan permasalahan baru yang lebih kompleks dan ia akan merasa mampu mengatasi permasalahan tersebut tanpa adanya bantuan dari orang disekitarnya. Kelima masa remaja sebagai masa mencari identitas dimana pada usia ini remaja cenderung akan menyesuaikan dirinya pada lingkungan kelompoknya

3. Tahap Perkembangan Remaja

Hurlock (1980) mengelompokan perkembangan remaja menjadi beberapa tahap, yaitu remaja awal (usia 11-13 tahun), remaja tengah (usia 14-16 tahun), dan remaja akhir (usia 17-20 tahun). Adapun kematangan psikososial dan seksual, setiap remaja akan melewati tahapan, sebagai berikut:

- a. Masa remaja awal/dini (*early adolescence*): umur 11 – 13 tahun
 - 1) Merasa lebih dekat dengan teman sebaya.
 - 2) Tampak dan merasa ingin
 - 3) bebas.
 - 4) Tampak dan memang lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berfikir khayal (abstrak).
- b. Masa remaja pertengahan (*middle adolescence*): umur 14 – 16 tahun
 - a) Tampak dan merasa ingin mencari identitas diri.
 - b) Ada keinginan untuk berkencan atau tertarik pada lawan jenis.
 - c) Timbul perasaan cinta yang mendalam.

- d) Kemampuan berfikir abstrak (berkhayal) makin berkembang.
 - e) Berkhayal mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seksual.
- c. Masa remaja lanjut (*late adolescence*): umur 17 – 20 tahun
- a) Menampakkan pengungkapan kebebasan diri.
 - b) Dalam mencari teman sebaya lebih selektif.
 - c) Memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya.
 - d) Dapat mewujudkan perasaan cinta.

Berdasarkan teori diatas, bahwa perkembangan remaja dapat dibagi menjadi tiga tahapan. Pertama remaja awal, dimulai dari usia 11 – 13 tahun pada tahapan ini remaja cenderung lebih berkelompok. Kedua remaja pertengahan dimulai pada usia 14 - 16 tahun, pada tahapan ini remaja tertarik pada hal-hal baru dan mencari identitas diri. Terakhir masa remaja lanjut dimulai 17 – 20 tahun dimana pada tahapan ini remaja mulai menunjukkan perkembangan minat terhadap lawan jenis. Adapun alasan-alasan yang umum untuk berkecanduan pada remaja seperti, hiburan, sosialisasi, status, masa pacaran atau pemilihan teman hidup.

2.2.3 Tinjauan Tentang Kekerasan Dalam Pacaran

1. Pengertian Kekerasan Dalam Pacaran

Ismail Zulkifli (2022) KDP atau Kekerasan Dalam Pacaran merupakan suatu tindakan yang mengakibatkan kesengsaraan, penderitaan (psikis, fisik dan seksual) termasuk tindakan ancaman, pemaksaan atau perampasan kemerdekaan. Adapun menurut Jill Murray bahwa

kekerasan dalam pacaran adalah suatu tindakan yang disengaja dengan menggunakan taktik kekerasan atau tekanan untuk mendapatkan kekuasaan atau kontrol terhadap pasangannya. Maka dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam pacaran (KDP) adalah suatu tindakan yang dilakukan secara sengaja berupa kekerasan atau paksaan yang mengakibatkan seseorang merasakan dampaknya baik psikis, fisik dan seksual.

2. Proses Terjadinya Kekerasan dalam Pacaran

Kekerasan dalam Pacaran ini sering terjadi dikarenakan perilaku remaja yang belum matang secara mental, sehingga remaja memiliki kecenderungan bertindak tanpa pertimbangan yang matang. Adapun kekerasan dalam pacaran yang terjadi dalam tahapan tertentu sehingga menimbulkan kekerasan, sebagai berikut :

a. Hubungan pacaran

Kekerasan dalam pacaran tidak terjadi dengan begitu saja akan tetapi melalui beberapa tahapan. Pada awalnya rasa cinta tumbuh di antara remaja, kemudian diikuti dengan pendekatan (PDKT), selanjutnya menjalin hubungan dengan mengajak perpacaran.

b. Terjadinya Penguasaan dalam Hubungan Pacaran

Penguasaan dalam hubungan pacaran merujuk pada kontrol yang dilakukan oleh salah satu pihak terhadap pasangannya. Dengan adanya dominasi akan membuat pasangannya terbatas dan terpaksa mengikuti keinginan pasangannya. Hal ini dapat terjadi

baik kepada pria yang menguasai perempuan ataupun sebaliknya, sering kali dengan membatasi aktivitas atau memenuhi semua keinginan pasangannya karena ancaman untuk ditinggalkan. Adanya sikap posesif yang berlebihan dapat memicu dominasi, membuat pasangannya menjadi berhati-hati dalam berinteraksi sosial karena takut akan konflik. Dominasi semacam ini juga dapat menciptakan ketidakseimbangan dalam suatu hubungan yang dapat menimbulkan kekerasan yang mengarah pada psikologis maupun fisik.

c. Terjadinya Kekerasan dalam Pacaran (KDP)

Pada tahap ini, hubungan pacaran berkembang menjadi lebih intim akan tetapi sering kali menimbulkan ketidaknyamanan bagi pihak yang terlibat. Kekerasan dalam konteks pacaran merujuk pada tindakan yang dilakukan oleh seseorang yang memiliki kekuatan baik secara fisik maupun non-fisik dengan sengaja menyebabkan penderitaan pada pihak yang lebih lemah.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam pacaran terjadi secara bertahap, dimulai dari tahapan pendekatan, menjalin pacaran, adanya penguasaan dan terjadi kekerasan. Kekerasan dalam hubungan pacaran bukanlah fenomena yang sederhana, tetapi berkaitan erat dengan dinamika kekuasaan, kontrol, dan emosi yang terlibat dalam hubungan interpersonal.

3. Bentuk Kekerasan dalam Pacaran

Poerwandari menjelaskan bahwa kekerasan dalam hubungan pacaran tidak terbatas pada kekerasan fisik, psikologis, dan seksual saja.

Dimensi kekerasan dalam pacaran juga mencakup:

a. Kekerasan fisik

Meliputi tindakan seperti memukul, menampar, mencekik, menendang, melempar barang ke tubuh korban, menginjak, dan melukai dengan tangan kosong, bahkan mencapai tingkat pembunuhan.

b. Kekerasan psikologis

Termasuk perilaku seperti berteriak-teriak, menyumpah, mengancam, merendahkan, mengatur, melecehkan, menguntit, dan mematai-matai. Ini juga mencakup tindakan-tindakan lain yang dapat menimbulkan rasa takut pada korban.

c. Kekerasan seksual

Konteks ini mencakup perlakuan yang tidak diinginkan seperti ajakan atau tekanan seksual, menyentuh, meraba, mencium, atau melakukan tindakan lain yang tidak dikehendaki oleh korban. Ini juga termasuk gurauan seksual yang tidak diinginkan, ucapan yang merendahkan dan melecehkan berdasarkan jenis kelamin atau seksualitas, serta tindakan memaksa untuk berhubungan seks tanpa persetujuan korban.

d. Kekerasan finansial

Mencakup pengambilan uang dari korban, mengontrol pengeluaran sehari-hari hingga detail terkecil dengan tujuan mengendalikan korban, dan memaksa korban untuk membiayai kebutuhan mereka sendiri.

e. Kekerasan spiritual

Melibatkan tindakan merendahkan keyakinan dan kepercayaan korban, serta memaksa korban untuk mempercayai atau mempraktikkan hal-hal yang sebenarnya tidak diinginkan atau diyakini oleh korban.

Berdasarkan teori diatas bahwa bentuk Kekerasan Dalam Berpacaran (KDP) seperti kekerasan fisik, psikis, seksual, finansial ataupun kekerasan spiritual. Tentunya setiap bentuk kekerasan dalam pacaran memiliki dampak yang serius dan bisa berdampak jangka panjang terhadap kesehatan dan kesejahteraan korban.

4. Pengertian *Toxic Relationship*

Bagus (2019;54) *Toxic Relationship* terdiri dari dua kata yaitu *toxic* yang berarti racun dan *relationship* yang berarti keterhubungan. Oleh karena itu, *toxic relationship* merupakan suatu interaksi diantara individu atau kelompok yang saling meracuni yang bersifat menghambat atau membebani. Sehingga, *Toxic Relationship* dapat diartikan sebagai interaksi yang tidak hanya menghambat pertumbuhan individu itu sendiri, tetapi juga mengganggu interaksi

antara individu lainnya. Sedangkan menurut Murray et al. (2006:14) menyatakan, *Toxic Relationship* merujuk pada bentuk kekerasan dalam konteks hubungan pacaran yang meliputi kekerasan ekspresi dan emosional. Kekerasan ini dapat termanifestasi dalam bentuk interaksi yang merusak seperti renggangnya hubungan, tuduhan tanpa dasar, perilaku cemburu yang berlebihan, serta penghinaan atau penghalangan terhadap kesehatan mental pasangan, baik secara fisik maupun nonfisik.

Berdasarkan teori di atas, *toxic relationship* adalah interaksi yang terjadi pada dua individu yang saling menghambat. Pada konteks pacaran *toxic relationship* identik kekerasan ekspresif dan emosional seperti rasa tidak nyaman, kecemburuan tanpa dasar, meremehkan pasangan, mendominasi dan menuntut atas hubungan.

5. Bentuk-bentuk *Toxic Relationship* Berpacaran

Adapun bentuk-bentuk *toxic relationship*, sebagai berikut:

1) *Deprecator Belittler*

Jenis hubungan *toxic relationship* dicirikan oleh pasangan yang cenderung meremehkan, menganggap dirinya selalu benar, dan tidak mendengarkan pasangannya. Hal ini menyebabkan pasangan bisa diremehkan di depan umum, di hadapan teman, atau bahkan di hadapan keluarga.

2) *Bad Temper*

Hubungan yang ditandai dengan salah satu pihak yang sering marah tanpa terkendali. Pasangan tersebut mungkin bertindak tanpa pertimbangan baik, menunjukkan perilaku yang tidak teratur, membuat salah satu pihak selalu merasa cemas dalam menghadapi situasi tersebut agar tidak memicu pertengkaran yang besar, yang dapat berdampak pada kesehatan fisik dan emosional sebelah pihak.

3) *Guilt Inducer*

Jenis *toxic relationship* ini adalah hubungan yang memberikan tekanan pada satu pihak, sehingga menyebabkan pihak tersebut merasa bersalah. Biasanya terjadi ketika salah satu individu dalam hubungan tersebut berkomitmen untuk menjaga keharmonisan, namun selalu merasa bersalah meskipun melakukan hal yang benar demi menjaga hubungan tetap baik.

4) *Overreactor*

Toxic relationship ini sesuai dengan namanya yaitu berlebihan dalam arti salah satu pihak cenderung bersikap berlebihan. Hal ini dapat menyebabkan ketidakbahagiaan dan ketidaknyamanan bagi pasangan.

5) *Indipendent Toxic Controller*

Jenis *Toxic relationship* ini pasangan menunjukkan perilaku pengendalian yang berlebihan dengan menegaskan dominasinya dan menuntut atas hubungan.

6) *Possessive Toxic Controller*

Jenis *toxic relationship* ini diawali dengan hubungan yang baik saling pengertian dan menghargai, sehingga rasa cemburu masih dianggap wajar. Namun seiring berjalannya waktu, pasangan menjadi lebih curiga dan sulit mengendalikan kecemburuannya.

7) *Over Dependern Partner*

Jenis *toxic relationship* ini ditandai oleh sikap pasangan yang mengambil kendali dalam pengambilan keputusan dalam hubungan, bahkan dalam hal-hal yang seharusnya bisa diputuskan sendiri. Seperti contoh, jika ingin berpergian diwajibkan untuk melapor pada pasangan dan menunggu hingga diperbolehkan atau tidak. Meskipun terlihat sepele, akan tetapi hal tersebut termasuk salah satu ciri dari *toxic relationship*.

8) *The User*

Toxic relationship terakhir ini dapat dikenali dari hubungan yang pada awalnya terasa positif dan menyenangkan, tetapi sebenarnya hanya digunakan sebagai alat untuk mencapai tujuan mereka sendiri. Biasanya, pasangan tidak pernah merasa puas dengan usaha yang Anda lakukan dan selalu meminta lebih banyak,

sehingga hal ini dapat menghabiskan energi dan membebani pikiran Anda secara signifikan (Prabandari, 2020:2).

Berdasarkan penjelasan teori di atas terdapat delapan jenis hubungan *toxic relationship* diuraikan dengan jelas, masing-masing menyoroti perilaku yang merugikan dalam suatu hubungan. Ini mencakup perilaku seperti meremehkan pasangan, ekspresi kemarahan yang tidak terkendali, menimbulkan rasa bersalah secara sepihak, bereaksi berlebihan terhadap situasi, pengendalian yang berlebihan, kecemburuan yang tidak sehat, dominasi dalam pengambilan keputusan, dan penggunaan pasangan sebagai alat untuk kepentingan pribadi.

Analisis ini memberikan gambaran tentang bagaimana hubungan-hubungan tersebut dapat menjadi beracun dan merusak kesehatan fisik dan emosional individu yang terlibat. Terlebih lagi, penekanan pada pentingnya pengakuan akan tanda-tanda dan dampak dari *toxic relationship* menunjukkan kesadaran akan pentingnya kesejahteraan dalam sebuah hubungan yang sehat. Dengan mengetahui karakteristik dari masing-masing jenis hubungan beracun, individu dapat lebih waspada terhadap potensi masalah dalam hubungan mereka dan mungkin mengambil langkah-langkah untuk mengatasi atau bahkan menghindari situasi yang merugikan tersebut.

6. Faktor-Faktor Terjadinya Toxic Relationship

Kendra (2022:109), hubungan yang dinamis dan mengalami masalah cenderung menciptakan lebih banyak ketegangan, konflik, dan stres. Pola-pola yang tidak sehat ini dapat terjadi tidak hanya dalam hubungan romantis, tetapi juga dalam hubungan lainnya, termasuk hubungan dengan keluarga, teman, dan pasangan, yaitu:

1. Mengontrol Pasangan

Dalam hubungan yang tidak sehat, seseorang mungkin mencoba mengendalikan kehidupan pasangannya. Upaya tersebut bisa melibatkan intimidasi atau jenis manipulasi lainnya. Hal ini juga dapat meliputi tindakan seperti mengisolasi seseorang dari teman dan keluarga, memutuskan komunikasi, menahan akses ke keuangan, atau mempersulit seseorang untuk keluar dari situasi tersebut. Kontrol juga bisa muncul dalam bentuk cemburu secara berlebihan seperti menyerang anda saat marah, atau menuduh Anda melakukan hal-hal yang tidak benar, seperti berselingkuh.

2. Kurang Rasa Percaya Pada Pasangan

Toxic relationship juga sering kali ditandai dengan kurangnya kepercayaan. Seseorang mungkin merasa perlu menyembunyikan hal-hal dari pasangan mereka, atau sering merasa bahwa pasangan mereka menyembunyikan sesuatu dari mereka. Jika seseorang merasa tidak bisa mempercayai orang lain dengan perasaan yang paling dalam, kemungkinan besar mereka tidak akan mau berbagi

pikiran, perasaan, atau kenangan mereka dengan orang tersebut. Tingkat kepercayaan yang individu miliki terhadap diri mereka sendiri dan pasangan mereka kemungkinan dipengaruhi oleh pola ikatan mereka secara keseluruhan.

3. Kurangnya Rasa Hormat

Rasa tidak hormat atau kekurangan dalam memberikan penghargaan dapat mengakibatkan hubungan yang tidak sehat. Terkadang hal ini dapat berarti bahwa seseorang merendahkan pasangannya. Kurangnya penghargaan ini sering kali dirasakan sebagai penolakan, yang dapat memicu berbagai perasaan emosional seperti kesakitan, malu, rasa bersalah, kesepian, dan kecemasan sosial.

4. Komunikasi Kurang Baik

Komunikasi yang efektif adalah fondasi dari setiap hubungan yang sehat. Hubungan yang tidak sehat seringkali ditandai oleh pola komunikasi yang kurang efektif. Ini bisa termasuk penolakan untuk mengungkapkan masalah, menghindari situasi yang sulit, mengharapkan orang lain untuk bisa membaca pikiran mereka, tidak mendengarkan dengan baik, bersikap defensif, atau menghalangi upaya untuk menyelesaikan konflik dalam hubungan. Gaya komunikasi telah terbukti menjadi salah satu faktor utama yang dapat merusak suatu hubungan, dan memiliki dampak yang

lebih besar daripada komitmen, serta menjadi faktor penentu keberhasilan suatu hubungan.

Berdasarkan teori diatas bahwa faktor-faktor terjadinya toxic relationship terbagi menjadi empat bagian. Pertama mengontrol pasangan merupakan hubungan yang tidak sehat dapat mengakibatkan salah satu pihak terisolasi, tak jarang perilaku mengontrol ini melibatkan acaman atau manipulasi lainnya. Kedua kurang rasa percaya pada pasangan, hal ini dapat mengakibatkan salah satu pihak merasa bahwa ada yang disembunyikan sehingga akan menimbulkan sikap *toxic* curiga, berfikiran negatif atau bahkan menuduh tanpa dasar.

Ketiga kurangnya rasa hormat, seperti tidak memberikan pasangan untuk mengutarakan pendapatnya atau bahkan meremehkannya. Hal ini tentunya memicu emosi seperti sakit hati, malu dan merasa tidak dihargai. Terakhir komunikasi kurang baik dapat memicu terjadinya salah paham. Adapun beberapa contoh komunikasi yang kurang baik seperti, menghindar dari permasalahan atau mendiamkan pasangan tanpa alasan dalam jangka waktu yang panjang (*silent treatment*), mengharapkan pasangan untuk peka atau membaca pikiran mereka, dan menghalangi upaya untuk menyelesaikan permasalahan. Apabila keempat faktor tersebut terjadi dalam suatu hubungan maka akan memicu hubungan yang tidak sehat.

2.2.4 Tinjauan Tentang Peran Pekerja Sosial Anak dan Remaja

1. Pengertian Pekerjaan Sosial

Menurut *National Association of Social Workers (NASW)*, mendefinisikan pekerja sosial sebagai "profesional yang membantu orang untuk mengatasi masalah kompleks, mengembangkan keterampilan pribadi dan sosial, memecahkan masalah pribadi, keluarga, dan sosial, dan mencapai kualitas hidup yang optimal." Maka, Pekerja sosial adalah seorang profesional yang berperan dalam membantu individu, keluarga, dan kelompok yang memerlukan dukungan sosial dan emosional. Mereka menggunakan pengetahuan dan keterampilan dalam bidang sosial untuk memberikan layanan, dukungan, konseling, serta advokasi demi meningkatkan kualitas hidup klien mereka dan membantu mereka mengatasi masalah sosial, emosional, dan ekonomi.

Sementara menurut Charles Zastrow (1982) Pekerjaan sosial merupakan kegiatan profesional untuk membantu individu-individu, kelompok-kelompok, dan masyarakat guna meningkatkan atau memperbaiki kemampuan mereka dalam berfungsi sosial serta menciptakan kondisi masyarakat yang memungkinkan mereka mencapai tujuan. Dapat disimpulkan bahwa Pekerja sosial adalah seseorang yang memiliki sertifikasi kompetensi. Orang tersebut juga harus memiliki pengetahuan, keterampilan, dan nilai sosial atas praktik kerja sosial yang telah dipelajari.

Adapun tujuan pekerja sosial yang berfokus pada anak menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomer 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan adalah individu yang telah memperoleh pendidikan, pelatihan, dan/atau pengalaman praktis dalam bidang pekerjaan sosial. Mereka memiliki keahlian dan profesi di bidang ini. Pekerja sosial anak dapat beroperasi di lembaga pemerintah maupun swasta untuk menjalankan tugas-tugas terkait pelayanan dan penanganan masalah sosial di kalangan anak-anak.

Berdasarkan Teori diatas dapat disimpulkan bahwa pekerja sosial adalah profesional yang memiliki sertifikasi dan bertugas membantu individu, keluarga, dan kelompok dalam mengatasi berbagai masalah sosial, emosional dan ekonomi. Adapun pengetahuan, keterampilan dan nilai sosial yang telah dipelajari untuk memberikan pelayanan, dukungan dan advokasi. Tujuan utama dalam pekerjaan sosial adalah meningkatkan kualitas hidup klien dan menciptakan kondisi yang mendukung kemampuan dalam berfungsi secara sosial.

2. Peran Pekerja Sosial dengan Anak dan Remaja

a. *Fasilitator*

Peran fasilitator bertujuan untuk membantu pekerja sosial dalam mencapai tujuan dengan menyediakan fasilitas dan memberikan layanan yang dibutuhkan oleh klien atau remaja untuk mengatasi masalahnya, memenuhi kebutuhannya, dan mengembangkan potensinya. Dalam peran ini, pekerja sosial mendampingi klien,

memberikan perhatian, dan memberikan dukungan emosional agar klien merasa didukung dan kebutuhannya terpenuhi

b. *Mediator*

Pekerja sosial bertindak sebagai mediator dalam memberikan mediasi ketika klien atau anak menghadapi konflik dengan pihak lain, baik itu di dalam atau di luar lembaga, dengan tujuan mencapai kesejahteraan sosial bagi semua yang terlibat.

c. *Liaison*

Peran *liaison* adalah fungsi yang dilakukan oleh pekerja sosial untuk memberikan informasi kepada keluarga tentang kondisi remaja dan lembaga, sehingga mereka dapat mempertimbangkan dan mengambil tindakan yang sesuai dengan kepentingan klien.

d. *Konselor*

Peran pekerja sosial sebagai konselor melibatkan bantuan dan layanan konsultasi kepada klien yang ingin berbicara tentang masalah mereka, di mana pekerja sosial memberikan berbagai alternatif solusi untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh klien.

e. *Broker*

Peran sebagai broker melibatkan upaya untuk menghubungkan klien dengan lembaga terkait atau memfasilitasi koneksi antara klien dan sumber daya lain yang dapat membantu mereka menyelesaikan masalah.

Berdasarkan peran pekerja sosial terhadap remaja diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pekerja sosial memiliki tanggung jawab membantu remaja terlibat dari permasalahan dengan memperjuangkan keadilan, mendampingi, memfasilitasi dan membuka jalan terhadap sistem sumber yang dibutuhkan oleh remaja. Hal ini bertujuan untuk mengembalikan fungsi sosial dan meningkatkan kesejahteraan sosial yang dimiliki oleh remaja.

3. Metode *Group Work* dalam Pekerjaan Sosial

a. Pengertian *Group Work*

Menurut Herry Koswara dalam Garvin (2011) mengatakan bahwa pekerjaan sosial dengan kelompok (*group work*) merupakan salah satu metode pokok pekerjaan sosial yang memiliki tujuan memberikan pelayanan kepada individu melalui kelompok. Sementara menurut Middleman dan Goldberg (1974) menyatakan bahwa *group work* adalah metode pekerja sosial yang berpusat pada anggotanya untuk menjadi sistem yang saling membantu dalam proses pemecahan masalah.

Berdasarkan hal diatas maka dapat disimpulkan bahwa pengertian *group work* dalam pekerjaan sosial adalah metode yang melibatkan individu yang memiliki permasalahan yang sama menjadi kelompok dengan maksud dan tujuan sebagai upaya saling membantu dalam proses pemecahan masalah.

b. Tipe-tipe kelompok dalam Pekerjaan Sosial

Adapun tipe-tipe kelompok dalam pekerjaan sosial menurut Garvin, sebagai berikut :

1) *Social Conversation Group* (kelompok percakapan Sosial)

Kelompok ini digunakan dalam pekerjaan sosial untuk menguji serta menentukan seberapa dalam suatu hubungan yang dikembangkan oleh orang-orang yang belum mengenal dengan baik.

2) *Recreation Group* (kelompok-kelompok Rekreasi)

Kelompok ini digunakan dalam pekerjaan sosial untuk memberikan kegiatan dengan tujuan kesenangan. Seperti kegiatan yang bersikap spontan dan praktis sehingga tidak terdapat pemimpin dan peralatan yang banyak. Adapun contoh kelompok ini adalah perkemahan, permainan dilapangan, melukis, dan lain-lain.

3) *Educational Work* (kelompok Pendidikan)

Kelompok ini digunakan dalam pekerjaan sosial untuk memperoleh pengetahuan serta mempelajari ilmu-ilmu yang lebih kompleks. Kegiatan ini biasanya dipimpin oleh seseorang yang memiliki pengalaman dibidangnya atau profesional. Adapun contoh dari kelompok ini adalah sosialisasi mengenai stunting maka seseorang yang menjadi pemimpin dalam kegiatan dapat ahli gizi maupun perawat.

4) *Problem Solving Decision Making* (Kelompok Pemecahan Masalah dan Pengambilan Keputusan)

Kelompok ini digunakan dalam pekerjaan sosial untuk memberikan bantuan untuk mencapai tujuan yaitu pengembangan individu dalam pemecahan atau pengambilan keputusan. Adapun contoh dari kelompok ini adalah kelompok yang mencari orang tua asuh.

5) *Self Help Group* (kelompok Bantu Diri)

Kelompok ini digunakan dalam pekerjaan sosial untuk membantu individu-individu yang mempunyai masalah pribadi ataupun sosial. Kelompok ini disusun untuk saling membantu dalam mencapai tujuan khusus yang bersifat sukarela.