

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Pacaran adalah suatu hubungan yang diawali dengan proses perkenalan antara laki-laki dan perempuan yang saling menyukai dan diakhiri dengan ikatan. Masa pacaran sangat penting dilalui karena bisa mengenal watak dan perilaku satu sama lain secara mendalam yang tujuannya untuk menghindari hal-hal yang buruk jika melangkah kejenjang yang lebih serius yaitu pernikahan. Pacaran tidak selamanya berjalan dengan lurus, di dalamnya pasti ada rintangan yang mungkin tidak pernah dibayangkan sebelumnya. Beberapa kasus justru ada fenomena salah satu individu merasa tidak nyaman dengan hubungannya seperti terjadi kekangan, pengontrolan kegiatan bahkan sampai mengalami kekerasan yang disebut dengan *toxic relationship*. Hubungan *toxic relationship* juga bisa dikatakan sebagai hubungan yang tidak sehat karena salah satu pihak merasa tertekan, dirugikan dan salah satu pihak merasa canggung dalam hubungannya.¹

Toxic relationship adalah hubungan dimana dalam hubungan tersebut terdapat cara-cara berperilaku yang “merugikan” yang diselesaikan oleh salah satu individu dalam hubungan tersebut, cara-cara berperilaku tersebut dapat memperlambat kesejahteraan fisik dan mental seseorang. Definisi serupa juga disampaikan oleh Morgan Lee dalam bukunya yang berjudul “*Toxic Relationship* “(*The 7 Most Alarming signs that you are in a Toxic*

¹ Reaty Wulandari, “Fenomena Toxic Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya” (Universitas Sriwijaya, Palembang, 2021), 1-3

Relationship)” bahwa hubungan yang berbahaya disebut hubungan *toxic relationship* karena adanya kekejaman dari salah satu individu dan jelas itu membuat salah satu pasangan merasa tersiksa. Sebuah hubungan asmara bisa dimanipulasi karena bisa berinteraksi dan memberi makna, namun juga bisa berisiko karena bisa menjatuhkan pasangan kapan saja.²

Alih-alih hubungan yang sehat di mana ada cinta, pertimbangan bersama, rasa hormat dan minat yang kuat pada kepuasan individu akan tetapi hubungan *toxic* adalah kebalikannya. Dalam hubungan *toxic* semacam ini, korespondensi umumnya akan menjadi satu arah ada sifat posesif yang berlebihan dan bahkan perlu diwaspadai secara mendalam apa yang dilakukan pasangannya, selain itu dalam hubungan yang berbahaya, salah satu pertemuan tidak menawarkan kesempatan untuk memperbaiki suatu hal, meskipun demikian ketika seorang individu terbukti berada dalam hubungan *toxic* kita akan melihat cara-cara berperilaku yang mengekang yang merupakan indikasi bahwa hubungan tersebut tidak menguntungkan, seperti ketidaknyamanan pada satu individu, kekangan dan posesif oleh salah satu individu. Menurut Saraswati, beberapa karakteristik yang menunjukkan bahwa seseorang berada dalam hubungan yang tidak sehat adalah perasaan tidak dapat diandalkan dan canggung, kecemburuan yang berlebihan, pikiran yang sempit, pasangan yang meremehkan, curiga yang berlebihan, tidak adanya persahabatan bahkan sampai kekerasan baik fisik maupun mental. Lebih disesalkan hubungan *toxic*

² Ibid.

relationship dapat merusak salah satu pasangan dan bahkan menyebabkan kematian.³

Keunikan hubungan *toxic relationship* di Indonesia sangat menonjol, salah satunya karena sedikit orang atau pakar terkenal Indonesia yang berbagi cerita terkait temuan mereka kasus yang terjebak dalam hubungan *toxic* yang berbahaya. Hubungan yang merugikan dalam ikatan pacaran seperti yang dipaparkan oleh Dina Wulandari dalam menyampaian season 8 dengan topik “Perpisahan *Toxic Relationship*” dapat merugikan secara nyata. Juga, hubungan *toxic* diliputi oleh sensasi kelemahan, kebanggaan, dan keinginan untuk mengendalikan fisik salah satu individu. Melihat keanehan hubungan *toxic* dalam pacaran sebenarnya patut dicermati karena masih banyak pasangan muda yang nyaris nol mengenal hal ini. Dirinci dari Ladies’ Wellbein sikap posesif yang berlebihan bisa diciri-cirikan sebagai hubungan *toxic*. Mentalitas posesif yang tidak masuk akal ini bertekad untuk menyadari sepenuhnya apa yang dilakukan pasangan mereka. Bahkan sikap posesif yang ekstrim dilakukan oleh individu untuk membatasi kegiatan pasangannya.⁴

Hubungan *toxic* dapat memicu perilaku ganas bahkan sampai melewati batas, hal ini dikuatkan bahwa di Amerika Serikat setiap tahunnya ada 8 juta wanita muda yang mengalami pelecehan dan kekejaman dari kekasih mereka bahkan sebelum mereka berusia 18 tahun. Perilaku *toxic* dilakukan secara verbal, batin dan fisik. Kenyataan ini tentu sangat miris untuk didengar, sayangnya masyarakat umum kurang khawatir tentang contoh kekerasan dalam

³ Vuja Syafrianti Alhidayah, “Toxic,” *E-journal Sendratasik*, Vol 8, No. 3 (Maret, 2020)

⁴ Ibid.

hubungan pacaran hal ini karena sebagian besar hanya menganggap sebagai masalah etika apalagi pemikiran “demi kasih sayang” membuat korban kekerasan pacaran tidak sadar bahwa mereka adalah korban. Dua alasan inilah yang menjadi pembenaran mengapa kekerasan dalam pacaran jarang diteliti sehingga jarang terbongkar apalagi ditangani secara sah.⁵

Yeni Roslaini Izi mengatakan, pihaknya menggolongkan jenis kekerasan dalam pacaran (KDP) menjadi tiga jenis, lebih spesifiknya: kekejaman seksual dengan melepaskan diri dari tanggung jawab setelah menghamili pasangannya, kekerasan nyata seperti pemukulan, dan masalah keuangan, misalnya laki-laki yang berutang kepada pasangannya dan kemudian pergi tanpa membayarnya. Sempat menjadi perbincangan dan perdebatan mengapa dalam banyaknya kasus kekerasan khususnya kekerasan dalam pacaran, perempuanlah yang menjadi korban dari tindak kekerasan laki-laki.? Ada beberapa faktor pemicu terjadinya tindak kekerasan terhadap perempuan antara lain: Pertama perempuan berharap hubungannya bisa berjalan mulus dan berharap suatu saat pasangannya akan berubah, kedua mereka takut pacarnya akan menyakiti atau melakukan balas dendam, ketiga merasa malu dan merasa bersalah, keempat individu tidak memiliki dukungan sosial maupun dukungan individual, kelima individu beranggapan bahwa laki-laki melakukan tindak kekerasan sesekali lebih baik dari pada tidak memiliki pasangan sama sekali.⁶

⁵ Umin Kango, “Bentuk-bentuk Kekerasan Yang Dialami Perempuan,” *Jurnal Legalitas*, Volume 2, No. 1 (FEB, 2009): 17, Binahayati Rusyidi, Eva Nuriyah Hidayat, “Kekerasan Dalam Pacaran: Faktor Resiko dan Pelindung Serta Implikasinya Terhadap Upaya Pencegahan,” t.p, Vol. 6 No. 2 (Agustus, 2020).

⁶ Ibid.

Penelitian yang berbeda atau penelitian serupa tentang kekerasan dalam hubungan pacaran mengungkapkan bahwa korban dari kasus ini adalah sebagian besar wanita. Laporan ini juga mengungkapkan bahwa ada beberapa alasan mengapa wanita yang terjebak dalam hubungan *toxic* masih tetap bertahan dalam hubungan mereka. Wanita yang menjadi korban dalam kekerasan pacaran dipengaruhi oleh beberapa penyebab antara lain unsur humanistik, mental dan nonmental. Kekejaman dalam hubungan pacaran menunjukkan bahwa selama ini ada ketimpangan dalam hubungan antar manusia. Namun, sangat disayangkan bahwa sebagian besar wanita yang menjadi korban kekerasan benar-benar memaafkan pasangan mereka yang telah menganiayanya. Pandangan yang paling banyak mereka yakini tentang pacaran yaitu sikap saling mencintai, mengasihi, patuh dan setia untuk menuju langkah hubungan yang halal yaitu pernikahan. Penelitian Horwitz dan Dinghy yang mendukung kekerasan terhadap perempuan dilihat dari hasil penelitian menunjukkan ada sekitar 40% hingga 70% wanita yang menjadi korban kekerasan dalam hubungan pacaran memutuskan untuk melanjutkan hubungan mereka dan bahkan ada yang menikah.⁷

Menurut Ikhsan pacaran adalah dikenal sebagai suatu bentuk hubungan kedekatan antara laki-laki dan perempuan. Pacaran dibagi menjadi tiga penafsiran pandangan, salah satunya pacaran adalah kewajiban ijab kabul untuk saling menyayangi, percaya satu sama lain, tabah dan setia satu sama lain untuk menuju hubungan yang halal khususnya pernikahan. Dari ketiga perspektif tersebut, pandangan ini yang paling diterima secara umum. Dalam

⁷ Iis Ardhanita, Budi Andayani, "Kepuasan Pernikahan Ditinjau Dari Berpacaran Dan Tidak Berpacaran," *Jurnal Psikologi*, Vol 32, No. 2, 103

sebuah hubungan pacaran, semua orang akan mengharapkan hubungan yang solid yang dan benar-benar fokus satu sama lain di tengah kebahagiaan atau kesulitan, ketika sehat atau lemah, dalam suka dan duka, keduanya perlu berusaha memupuk korespondensi terbuka, saling membantu untuk kemajuan bersama, kepercayaan bersama dan cinta bersama dan khususnya berbagi rasa untuk setiap perbedaan yang ada. Namun untuk mendapatkan hubungan yang sehat dalam suatu hubungan ternyata masih banyak individu yang justru merasa mendapatkan keegoisan dan emosi yang mengarah hal-hal negatif saat menjalin hubungan pacaran. keegoisan yang didapat adalah seperti hubungan yang tidak satu arah, perasaan bahagia tidak bahkan pertengkaran terus-menerus antar pasangan, hal ini menunjukkan bahwa hubungan dalam percintaan ini berada dalam situasi yang kurang menguntungkan.⁸

Di Indonesia banyak terjadi kasus kekerasan terutama terhadap perempuan, fenomena tersebut selalu meningkat dari tahun ke tahun yang mengakibatkan kekhawatiran pemerintah Indonesia, sehingga banyak Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang didirikan untuk berkontribusi mencegah terjadinya tindak kekerasan. Hampir setiap provinsi di Indonesia mendirikan lembaga-lembaga untuk mencegah terjadinya kekerasan terhadap perempuan bahkan anak akan tetapi masalah fenomena ini kasusnya masih diselimuti kabut ketidakjelasan, baik secara fakta ataupun ketepatan dalam penanganannya. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) juga terkenal di kota Yogyakarta karena ada kasus tindak kekerasan sebanyak 1190 kasus yang

⁸ Vivi Riski Alfiani, “Upaya Resilensi Pada Remaja Dalam Mengatasi Toxic Relationship Yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran,” (Institut Agama Islam Negeri, Purwokerto, 2020), 2

dicatat oleh Rifka Annisa yang meminta bantuan terhadap LSM tersebut, hal ini menandakan bahwa setiap tahunnya kekerasan yang terjadi terhadap perempuan bahkan anak semakin meningkat tinggi jumlahnya dari tahun ketahun. Perempuan kerap kali menjadi korban tindak kekerasan fisik karena perempuan secara fakta psikologis dan sosiologis bahwa perempuan itu berada pada sisi marjinal yang bisa membuat dirinya mudah atau rawan untuk menjadi bahan bulan-bulanan.⁹

Dari hasil survey Straus et al perempuan ditempatkan sebagai pribadi *masochis* (menawarkan diri untuk menjadi korban tindak kekerasan), perempuan yang sebagian besar memiliki harga diri yang rendah, mudah ditaklukkan dan memiliki sifat ketidak berdayaan sehingga cenderung mudah para lelaki untuk bisa mengelabuinya melakukan aksi kekerasannya. Bentuk-bentuk kekerasan yang dialami perempuan dalam pacaran ialah: a). kekerasan fisik seperti pemukulan, tendangan, tamparan yang mengakibatkan luka lebam, luka ringan ataupun luka berat. b). kekerasan psikis seperti cacimakian yang menyebabkan hilangnya kepercayaan individu, dipermalukan, mendapatkan cacimakian bahkan hilangnya kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain. c). Kekerasan seksual seperti pemerkosaan terhadap perempuan secara paksa. d). Kekerasan ekonomi seperti pemerasan dan memanfaatkan keuangan.¹⁰

⁹ M. Munandar Sulaeman dan Siti Homzah, MS. *Kekerasan Terhadap Perempuan Tinjauan dalam Berbagai Disiplin Ilmu & Kasus Kekerasan*, (Bandung: PT Refika Aditama), 78

¹⁰ Christina Pattiradjawane, Sutarto Wijono dan Jacob Engel, "Uncovering Violence Occurring in Dating Relationship, an Early Study of Forgiveness Approach," *Journal Psikodimensia*, Vol 8, No 1 (Januari-Juni, 2019): 10

Agar tidak terjadi kekerasan yang merajalela terhadap perempuan maka seharusnya perilaku *toxic* yang membahayakan korban harus dicegah dan di jauhi termasuk pasangan yang menunjukkan perilaku *toxic* dalam hubungannya. Seperti yang dikemukakan oleh Muhammad Al-Mighwar adalah kemampuan untuk mengarahkan cara berperilaku sendiri kapasitas untuk menahan atau menghalangi motivasi cara berperilaku yang tidak bijaksana. Pengendalian diri merupakan salah satu kemampuan yang harus digerakkan oleh seorang individu, karena dengan pengendalian diri yang besar perilaku seseorang akan lebih terkoordinasi dalam arah yang positif, namun hal ini harus terus berproses sepanjang kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, penelitian ini dapat menanamkan pengendalian diri yang besar pada siswanya, tentu akan lebih mudah bagi guru untuk melakukan sistem pembelajaran, selain itu siswa akan memiliki karakter diri yang baik dan lebih menghargai diri mereka sendiri serta orang lain. Pencegahan yang dapat diterapkan individu untuk bisa bangkit dalam keterpurukan hubungan *toxic* salah satunya yaitu memiliki kemampuan resiliensi yang positif dapat mengelola emosi individu secara sehat jasmani dan rohani.¹¹

Islam juga mengajarkan manusia untuk saling berbuat baik antar sesama yang sudah dijelaskan dalam Al- Qur'an yang berbunyi :

¹¹ Disa Dwi Fajrina, "Resiliensi Pada Remaja Putri Yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan Akibat Kekerasan Seksual," *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, Vol 1, No. 1 (Oktober, 2012): 58

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ ۖ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا ۚ فَادْجَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ لِيَسْتَوُوا

وَجُوهَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبِّرُوا مَا عَلَوْا تَتْبِيرًا (٧)

Artinya ; jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik untuk dirimu sendiri . dan jika kamu berbuat jahat, maka (kerugian kejahatan) itu untuk dirimu sendiri. Apabila datang saat hukuman (kejahatan) yang kedua, (kami bangkitkan musuhmu) untuk menyuramkan wajahmu lalu mereka masuk ke dalam masjid (Masjid Aqsa), sebagaimana ketika mereka memasukinya pertama kali dan mereka membinasakan apa saja yang mereka kuasai. (Q.S Al- Isra': 7).¹²

Berdasarkan ayat tersebut menjelaskan bahwa setiap manusia dianjurkan untuk berperilaku baik antar sesama sebab jika kita berbuat baik maka kebaikan itu akan kembali kepada kita, sedangkan jika kamu berbuat jahat maka kerugian kejahatan itu akan berbalik kepada diri kita. Jika kita berbuat jahat maka kelak Allah swt akan memberikan hukuman lalu menyuramkan wajahnya dan Allah akan memberikan pelajaran apa yang mereka kuasai.

Penelitian mengenai fenomena perilaku *toxic relationship* dalam pacaran penting dilakukan karena masyarakat kebanyakan hanya peduli dengan kekerasan yang berada dalam lingkup ikatan yang sah seperti kekerasan dalam rumah tangga tetapi masih awam dalam kekerasan terhadap hubungan pacaran, korban nyaris nol tidak mengetahui dampak dari perilaku *Toxic Relationship* karena judul ini masih jarang diteliti oleh peneliti lain termasuk Prodi BKPI di IAIN MADURA. Lebih penting lagi apabila perilaku ini terjadi dalam dunia pendidikan sebagaimana terjadi pada

¹² Al-Qur'an Tajwid, *Terjemah Dan Tafsir Untuk Wanita*, (Bandung: Penerbit Marwah), Juz 15 Ayat 7

sebagaimana siswa yang ada di MAN 2 Pamekasan Plus Kejuruan. Siswa MAN 2 Pamekasan dipilih peneliti menjadi objek dalam penelitian ini karena siswa masih masa remaja yang rata-rata menjalin hubungan pacaran, dalam sebagaimana hubungan itu terdapat fakta adanya perilaku *toxic* yang hal ini berdasar pada hasil observasi awal penelitian. MAN 2 Pamekasan merupakan sekolah negeri yang di dalamnya ada pelajaran tentang pendidikan agama islam seperti fiqih, bahasa arab dan Sejarah kebudayaan islam. Adanya pelajaran agama ini tidak berkorelasi positif terhadap perilaku *toxic* pada siswa dan faktanya mereka masih mengalami hal itu. Akan tetapi faktanya di sana masih terjadi, lebih dari itu Siswa masih belum sepenuhnya memahami dan menyadari tentang perilaku *toxic relationship*, sehingga secara tidak sadar menjadi korban dari kekerasan Tersebut. Maka perilaku *toxic relationship* dalam pacaran bisa sampai Melakukan kekerasan seperti pemukulan, tendangan dan tamparan. Fenomena ini sangat penting diteliti sebagai bentuk kepedulian untuk memberikan informasi kepada pasangan muda khususnya siswa agar tidak terjebak dan terpengaruh dalam hubungan *toxic relationship*.¹³

Peneliti memilih meneliti perilaku *toxic relationship* dalam pacaran untuk menunjukkan bahwa perilaku tersebut akan berpengaruh terhadap fisik bahkan psikis seseorang sehingga terjadi tekanan mental yang dialaminya. Pacaran bisa dikatakan sebagai hubungan yang paling intim antar dua individu (perempuan dan laki-laki), biasanya dipenuhi dengan rasa cinta dan

¹³ Resty Wulandari, "Fenomena Toxic Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya" (Universitas Sriwijaya, Palembang, 2021), 1-3

saling menyayangi. Jika pasangan sudah melakukan kekangan terhadap individu, maka sangatlah dianjurkan untuk memiliki pengendalian diri yang tinggi agar memiliki ranah pengendalian yang positif bagi dirinya sehingga kekangan, posesif bahkan kekerasan bisa dihindari dengan menerapkan pengendalian diri sendiri (*Self Control*). *Self* merupakan inti kepribadian seseorang yang di dalamnya terdiri dari segala kepercayaan, sikap, perasaan dan cita-cita yang tepat dan realistis akan memungkinkan individu memiliki kepribadian yang sehat. Sikap seseorang dibentuk oleh penerimaan diri atau penolakan akan dirinya, perasaan bisa dinyatakan dalam bentuk senang atau tidak senang dalam keadaan dirinya. Sikap terhadap diri sendiri sangat berkaitan dengan pembentukan harga diri agar tidak mudah direndahkan oleh orang lain.¹⁴

B. Fokus Penelitian

Terdapat beberapa alasan mengapa penelitian ini perlu menetapkan fokus penelitian yang hendak dilakukan, diantaranya adalah untuk membatasi ruang lingkup kajian atau studi dalam penelitian ini dan untuk mengarahkan tentang data yang akan dikumpulkan dan yang akan tidak perlu dikumpulkan. Tentunya penelitian ini berfokus pada Perilaku *Toxic Relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 PAMEKASAN.

1. Bagaimana bentuk perilaku *Toxic Relationship* yang dialami pada siswa di MAN 2 Pamekasan?
2. Bagaimana motif perilaku *Toxic Relationship* dalam pacaran pada siswa di MAN 2 Pamekasan?

¹⁴ H. Mahmud, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), 365-366.

3. Bagaimana pengaruh perilaku *Toxic Relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk menganalisis fenomena perilaku *Toxic Relationship* dalam pacaran pada siswa di MAN 2 Pamekasan.

2. Tujuan khusus

Sedangkan tujuan khusus yang hendak dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Mengetahui bentuk perilaku *Toxic Relationship* yang dialami oleh siswa di MAN 2 Pamekasan
- b. Mengetahui motif perilaku *Toxic Relationship* dalam pacaran pada siswa di MAN 2 Pamekasan
- c. Mengetahui pengaruh perilaku *Toxic Relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini yang berjudul studi fenomenologi pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan bisa bermanfaat dan tambahan ilmu pengetahuan bagi masyarakat luas khususnya pada remaja yang sedang menjalin hubungan pacaran.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis peneliti dapat memberikan manfaat bagi:

a. Kepala Sekolah MAN 2 Pamekasan

Bisa menjadi acuan untuk menghindari kebijakan perilaku *toxic relationship* agar tidak terjadi kekerasan terhadap perempuan

b. Guru BK MAN 2 Pamekasan

Sebagai bahan masukan dan wawasan bahwa perilaku Toxic Relationship dalam pacaran juga membutuhkan penanganan penuh agar siswanya bisa terhindar dari hubungan yang tidak sehat.

c. siswa MAN 2 Pamekasan

Sebagai bahan informasi dan masukan bahwa perilaku Toxic Relationship atau hubungan yang tidak sehat dalam pacaran harus dihindari dan dijahui agar menjadi pribadi yang sehat di masa depan.

d. Peneliti, dapat menambah wawasan pengetahuan dan memberikan pengalaman secara langsung terkait dengan yang diteliti serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama menempuh studi di Institut Agama Islam Negeri Madura.

E. Definisi Istilah

Untuk memiliki persepsi dan pemahaman yang sama serta menghindari kesalahpahaman, ada istilah-istilah yang harus diartikan secara jelas. Beberapa istilah yang perlu diartikan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. *Toxic Relationship*

Toxic Relationship berasal dari kata “*toxic*” artinya racun dan “*relationship*” artinya hubungan, maka dapat diartikan bahwa *toxic*

relationship merupakan hubungan yang beracun atau tidak sehat yang banyak menimbulkan dampak negatif terhadap salah satu pasangan. *Toxic Relationship* dalam penelitian ini ditinjau dari perspektif korban yang menerima perilaku kekerasan seperti dipukul, ditendang, ditampar bahkan diperkosa yang akhirnya berdampak terhadap mental, psikis dan fisik korban.¹⁵

2. Pengendalian diri (*Self Control*)

Pengendalian Diri (*Self Control*) merupakan pilihan seseorang terhadap hidupnya, dari segi tindakan yang dipilih dan tentunya akan memberikan manfaat terhadap dirinya. Pengendalian diri yang dimiliki oleh individu diantaranya: menahan emosi, mengendalikan amarah dan bisa menahan diri agar tidak terjerumus ke situasi yang merugikan dirinya.¹⁶

3. Pacaran

Pacaran adalah hubungan romantis antara perasaan dan kedekatan secara fisik yang dilakukan oleh laki-laki dan perempuan untuk saling menyayangi satu sama lain.¹⁷

2. Kajian Terdahulu

Penelitian dengan judul ‘’ Studi fenomenologi pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di

¹⁵ Vuja Syafrianti Alhidayah, “Toxic,” *E-Jurnal Sendratasik*, Vol 8, No. 3 (Maret, 2020)

¹⁶ Yahya AD dan Megalia, “Pengaruh Konseling Cognitif Behavior Therapy (CBT) dengan Teknik Self Control untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik di Kelas VIII di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017,” (IAIN Raden Intan Lampung, 2016), 190

¹⁷ Yohanna Rany Lorena Suratno, “Deskripsi perilaku pacaran sehat di kalangan siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 1 Baturetno,” (Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, 2016),8

MAN 2 Pamekasan ” serupa pernah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu, diantaranya sebagai berikut

Pertama: Skripsi yang ditulis oleh Resty Wulandari yang berjudul “ Fenomena *Toxic Relationship* dalam pacaran pada mahasiswa Universitas Sriwijaya “. Persamaan dalam penelitian ini yaitu menjelaskan tentang Fenomena *toxic relationship* dalam pacaran dimana hubungan tersebut terdapat perilaku-perilaku “beracun” yang dilakukan oleh salah satu pasangan dalam hubungan tersebut, perilaku tersebut dapat mengganggu kesehatan fisik maupun psikis dari seseorang. Jenis hubungan *toxic relationship* komunikasi yang terjadi cenderung satu arah, adanya posesif yang berlebihan bahkan secara detail ingin tahu apa yang dilakukan pasangannya. Persamaanya juga terletak pada metode penelitiannya yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif.¹⁸

Perbedaannya adalah terletak pada lokasi dan fokus penelitian yang berbeda, lokasi ini terletak di Universitas Sriwijaya Kota Palembang Provinsi Sumatra Selatan, sedangkan fokus penelitiannya terletak pada korban *toxic relationship* yang masih tetap mempertahankan hubungan mereka. Sedangkan lokasi peneliti terletak di MAN 2 Pamekasan yang fokus penelitiannya terletak pada pengaruh perilaku *toxic relationship* terhadap pengendalian diri siswa.

Kedua: Skripsi yang ditulis oleh Vivi Riski Alfiani yang berjudul “Upaya resiliensi pada remaja dalam mengatasi *toxic relationship* yang

¹⁸ Resty Wulandari, “Fenomena Toxic Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya” (Universitas Sriwijaya, Palembang, 2021), 1-3

terjadi dalam hubungan pacaran”. Persamaan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan studi literatur yang memanfaatkan sumber-sumber data seperti buku, jurnal yang relevan. Perbedaannya juga terletak pada lokasi dan fokus penelitian, lokasi ini terletak di IAIN PURWOKERTO sedangkan lokasi penelitian ini terletak di MAN 2 Pamekasan. Perbedaan yang kedua terletak pada fokus penelitiannya, IAIN PURWOKERTO berfokus pada upaya resiliensi remaja dalam mengatasi toxic relationship sedangkan fokus penelitian peneliti terletak pada pengaruh perilaku toxic relationship dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan.¹⁹

Ketiga: Skripsi yang ditulis oleh Tri Rahayu Rahma Ningsih yang berjudul “ Konsep REBT Dalam Menangani *Toxic Relationship* Remaja Perempuan”. Persamaan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan membahas tentang *toxic relationship* remaja perempuan. Perbedaan pertama, terletak pada lokasi penelitian, lokasi ini terletak di Universitas Negeri Fatma Wati Sukarno Bengkulu, sedangkan lokasi penelitian peneliti di MAN 2 Pamekasan, perbedaan kedua terletak pada fokus penelitiannya, Universitas Negeri Fatma Wati Sukarno Bengkulu menangani *toxic relationship* dengan konsep REBT sedangkan di MAN 2 Pamekasan berfokus kepada pengendalian diri terhadap perilaku *toxic relationship* dalam pacaran.²⁰

¹⁹ Vivi Riski Alfiani, “ Upaya Resilensi Pada Remaja Dalam Mengatasi Toxic Relationship Yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran,” (Institut Agama Islam Negeri, Purwokerto, 2020), 2

²⁰ Tri Rahayu Rahma Ningsih, “Konsep REBT Dalam Menangani Toxic Relationship Remaja Perempuan,” (Universitas Islam Negeri Fatma Wati Sukarno, Bengkulu, 2022)

Keempat: Skripsi yang ditulis oleh Khofia Indah Nurul Huda Lumban Tobing yang berjudul “ Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Pada Remaja Di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur”. Persamaan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan membahas tentang *toxic relationship* yang dialami pada remaja. Perbedaan dari penelitian ini, pertama terletak pada lokasi penelitian, lokasi ini terletak di Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan sedangkan lokasi peneliti terletak di MAN 2 Pamekasan. Perbedaan kedua terletak pada fokus penelitian yang memfokuskan penerapan konseling kelompok dalam memutuskan toxic relationship pada remaja, sedangkan fokus penelitian peneliti memfokuskan kepada pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa.²¹

²¹ Khofia Indah Nurul Huda Lumban Tobing, “Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan Toxic Relationship Pada Remaja,” (Institut Agama Islam Negeri, Kecamatan Angkola Timur Padangsidempuan, 2021)