

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini terletak di Madrasah Aliyah Negeri 2 Pamekasan (MAN 2) yang terletak di Jl. KH. Wahid Hasyim No. 28 kelurahan Barurambat Timur. Sekolah Man 2 Pamekasan berdiri yang awalnya bernama PGAN Tahun 1956 dan diganti nama MAN 2 Pamekasan pada Tahun 1992 sampai sekarang, sebagaimana yang berisi tentang profil singkat Man 2 Pamekasan sebagaimana terlampir.

Di sekolah MAN 2 Pamekasan ada sebagian siswanya menjadi korban dari perilaku *toxic relationship* dalam pacaran, yang hal ini dibahas oleh peneliti berdasarkan temuan yang diperoleh melalui wawancara, observasi dan dokumentasi yang akan dipaparkan sebagai berikut:

A. Paparan Data

1. Bentuk Perilaku *Toxic Relationship* yang dialami pada siswa di MAN 2 Pamekasan.

Pergaulan remaja merupakan salah satu hubungan yang dilakukan antara laki-laki dan perempuan. Pacaran merupakan salah satu perilaku yang sudah terbiasa ditemui di lingkungan sekitar, akan tetapi setiap perbuatan pasti ada dampak positif dan negatifnya sama halnya dengan pacaran yang tidak selalu berjalan mulus di dalamnya pasti ada pertengkaran, sikap mengekang, posesif, kekerasan bahkan pemerkosaan yang hal ini disebut sebagai *Toxic Relationship*. Korban dari perilaku ini paling banyak di dominasi oleh perempuan dan parahnya lagi pihak korban tidak menyadari dan merasakan bahwa hubungannya terjebak dalam hubungan toxic, akan tetapi sikap

mengekang, posesif dan mengendalikan fisik justru korban menganggap bahwa itu semua adalah bukti cinta dan kasih sayangnya.

Korban perilaku *toxic relationship* menyatakan tentang bentuk-bentuk perilaku *toxic* yang dialami dalam pacaran pada siswa di Man 2 Pamekasan sebagai berikut:

Dari hal tersebut peneliti mewawancarai siswa yang bernama DAM selaku korban *toxic relationship* dalam pacaran sebagai berikut:

“ bentuk perilaku toxic yang saya alami yaitu pacar saya posesif, mengatur kegiatan sehari-hari saya, jika mau keluar rumah harus berpamitan kepada pacar saya, saya harus menuruti kemauan pacar saya dan pacar saya sangat cemburuan.”¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *Toxic Relationship* yang menyatakan bahwa bentuk-bentuk perilaku *toxic* yang dialaminya dalam pacaran sebagai berikut:

“bentuk Perilaku *toxic* yang saya alami selama pacaran yaitu pacar saya tidak memperbolehkan saya untuk menyimpan kontak nomor laki-laki lain, pacar saya mengekang saya dengan cara tidak boleh keluar rumah tanpa izin dan berbicara dengan lawan jenis, jika saya tidak ada kabar pacar saya akan marah dan juga pacar saya sangat agresif.”²

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban dari perilaku *Toxic Relationship* yang menyatakan bahwa bentuk-bentuk perilaku *toxic* yang dialaminya dalam pacaran sebagai berikut:

“saya dilarang menelfon atau ditelfon oleh laki-laki lain, saya juga dilarang berbongcengan dengan lawan jenis, saya juga harus menuruti semua kemauan dan perintah dari pacar saya karena pacar saya sangat cemburuan dan sangat *overthinking* sama saya dan jika saya tidak ada kabar pacar saya akan marah.”³

¹ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

² APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa bentuk-bentuk perilaku *toxic* yang dialaminya dalam pacaran sebagai berikut:

“pacar saya lebih dewasa dari pada saya, saya dilarang begadang dan keluar rumah tanpa izin, saya harus menuruti semua kemauan pacar saya karena pacar saya sangat posesif dan cemburuan.”⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM yang bukanlah satu-satunya lelaki yang menjadi korban *toxic relationship* yang menyatakan bahwa bentuk-bentuk perilaku *toxic* yang dialaminya dalam pacaran sebagai berikut:

“saya harus menuruti keinginan pacar saya karena pacar saya sangat posesif. Saya dilarang begadang dan keluar rumah tanpa seizin pacar saya dan saya dicaci maki sama pacar saya ketika bertengkar.”⁵

Agar tidak terjadi perilaku *toxic* yang merajalela terhadap korban maka seharusnya perilaku *toxic* yang membahayakan korban harus dicegah dan dihindari. Kemampuan untuk mengarahkan perilaku dalam menahan atau menghalangi perbuatan buruk harus didasari oleh dirinya sendiri.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa usaha yang dilakukan untuk menghindari perlakuan *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“saya lebih membatasi komunikasi dengan pacar saya, ketika saya bertengkar dan dia marah saya tidak membalas *chattingnya* dan tidak mengangkat ketika diamenelfon.”⁶

⁴ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung, (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa usaha yang dilakukan untuk menghindari perlakuan *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“saya terus menerus meminta putus sama pacar saya, tapi dia tidak mau sehingga saya terpaksa masih mempertahankan hubungan saya meskipun saya tertekan.”⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa usaha apa yang dilakukan untuk menghindari perlakuan *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“saya sering diam terus chat WhatsAppnya tidak dibalas dan kalau bertengkar saya sangat parah saya menghilang dan nomornya di blokir.”⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa laki-laki yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa usaha apa yang dilakukan untuk menghindari perlakuan *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“pacar saya banyak melarang ini itu terhadap saya, jadi salah satu usaha yang saya andalkan dari dulu yaitu pura-pura menuruti perintahnya misal jangan keluar malam, tapi saya tetap keluar malam dan pura-pura tidur di rumah.”⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM korban dari perilaku *toxic relationship* yang pernyataannya beda dari yang lain. Yang menyatakan bahwa usaha apa saja yang dilakukan untuk menghindari perlakuan *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

⁷ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

“ saya menjaga perasaan pacar saya dan menjauhi perempuan karena saya tidak merasa tertekan dengan perilaku toxic pacar saya karena saya menganggap bahwa itu merupakan cinta dan bentuk perhatian kepada saya.”¹⁰

Biasanya perilaku *toxic* ini jika dibiarkan terus menerus akan menyebabkan dampak yang lebih serius yaitu kekerasan terhadap korban. Korban yang mengalami kekerasan paling banyak dialami oleh perempuan, perempuan yang sebagian besar memiliki harga diri yang rendah, mudah diakali dan memiliki sifat ketidakberdayaan sehingga mudah para lelaki untuk bisa mengelabuinya dan melakukan aksi kekerasannya. Bentuk kekerasan sangat beragam diantaranya: kekerasan fisik seperti pemukulan, tendangan, tamparan yang mengakibatkan luka lebam terhadap korban. Kekerasan psikis seperti caci makian, kata-kata kasar, dipermalukan sehingga korban menyebabkan kehilangan kepercayaannya bahkan sampai menarik diri dari lingkungannya.¹¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah mengalami perlakuan kekerasan dari pacarnya sebagai berikut:

“ saya pernah dipukul oleh pacar saya dibagian bahu karena pacar saya meminta uang kepada saya, saya kan tidak bekerja jadi karena saya menolak pacar saya marah dan memukul saya tapi itu hanya satu kali waktu dia meminta uang tapi saya tidak memberinya.”¹²

¹⁰ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹ 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

¹² DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Pernyataan lain yang berbeda dengan korban pertama juga disampaikan oleh siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *Toxic Relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“ saya tidak pernah mengalami perlakuan kekerasan dari pacar saya, meskipun pacar saya *toxic* Alhamdulillahnya pacar saya tidak pernah melakukan kekerasan kepada saya.”¹³

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah mengalami perlakuan kekerasan dari pacarnya sebagai berikut:

“ selama saya pacaran 3 tahun saya hanya satu kali pernah mengalami kekerasan dari pacar saya, waktu itu saya ketemuan malam hari di pendopo, kerudung saya ditarik dan saya didorong karena dia mendengar kabar ada anak STM menyukai saya, dia mendengar dari teman kelas saya yang bilang jika aku sama anak STM itu pacaran dan pacar saya percaya tanpa mendengar penjelasan dari saya, waktu itulah pacar saya marah dan menarik kerudung saya dan mendorong saya.”¹⁴

Pernyataan lain yang berbeda dengan korban sebelumnya juga disampaikan oleh siswa yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“ saya pernah dicubit saat bertengkar karena saya tidak mendengarkan waktu dia berbicara.”¹⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah mengalami perlakuan kekerasan dari pacarnya sebagai berikut:

“ saya pernah dicubit berkali-kali sama pacar saya karena sedang bertengkar, tapi saya tidak melawan karena itu semua salah saya, saya

¹³ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁴ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁵ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

tidak melawan karena saya cinta sama dia apapun yang dia lakukan saya menerimanya, namanya juga sudah kasihan dan sayang banget.”¹⁶

Perilaku *toxic* dalam pacaran tanpa disadari telah menimbulkan perilaku *Bullying Verbal* terhadap korbannya seperti umpatan, kata-kata kasar, mengolok-olok dan merendahkan harga diri korban, oleh karena itu dampak yang dirasakan korban sangat beragam seperti hilangnya kesehatan psikologis membuat korban merasakan kecemasan, ketakutan serta hilangnya rasa percaya diri, maka dari itulah pentingnya menanamkan rasa percaya diri sejak dini.¹⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *Toxic Relationship* yang menyatakan bahwa pernah menerima kata-kata kasar ketika bertengkar dari pacarnya sebagai berikut:

“iya saya sering menerima kata-kata kasar dari pacar saya seperti, anjing intinya kata-kata yang tidak pantas untuk diucap itu.”¹⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban dari Perilaku *toxic Relationship* yang menyatakan bahwa pernah menerima kata-kata kasar ketika bertengkar dari pacarnya sebagai berikut:

“pernah tentunya, paling sering bilang anjing dan kata-kata kotor lainnya.”¹⁹

Hasil wawancaralangsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah menerima kata-kata kasar ketika bertengkar dari pacarnya sebagai berikut:

¹⁶ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁷ Moh. Anang Zulqurnain, Mohammad Thoha, “Analisis Kepercayaan Diri Pada Korban Bullying,” *Edu Consilium: Jurnal BKPendidikan Islam* Vol, 3 No. 2, (September, 2022): 69-82

¹⁸ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁹ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

“ bilang matanya, anjing paling sering kata-kata itu entah bertengkar di handphonedan bertemu langsung pasti bicara seperti itu.”²⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah menerima kata-kata kasar ketika bertengkar dari pacarnya sebagai berikut:

“ cuman bilang anjing saja, ada yang lain tapi lebih sering bilang anjing,”²¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban dari perilaku *toxic Relationship* yang menyatakan bahwa pernah menerima kata-kata kasar ketika bertengkar dari pacarnya sebagai berikut:

“ bilang anjing, bangsat, tolol dan asu sama saya.”²²

Keunikan dari hubungan *toxic* dalam pacaran terutama di Indonesia sangat menonjol, salah satunya karena sedikit korban yang menyadarinya. Korban sudah tutup mata akan perbuatan jahat pacarnya seolah-olah mereka sudah dihipnotis agar bisa menuruti semua kemauannya. Korban terutama perempuan yang masih remaja yang menjalin hubungan pacaran belum sepenuhnya memahami dan menyadari tentang perilaku *toxic relationship* sehingga banyak korban yang terjebak sampai berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *toxic Relationship* yang menyatakan bahwa berapa lama hubungannya terjebak dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“ saya terjebak dalam hubungan *toxic* selama 3 bulan dan menyadarinya setelah putus, jadi saya hanya pacaran sebentar.”²³

²⁰ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²¹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²² MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²³ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa berapa lama hubungannya terjebak dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“hubungan saya cukup lama yaitu selama satu tahun pacar saya bersikap toxic kepada saya.”²⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa berapa lama hubungannya terjebak dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“Lama banget selama 2 tahun.”²⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa berapa lama hubungannya terjebak dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“sangat lama saya pacaran selama satu tahun.”²⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa berapa lama hubungannya terjebak dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“saya pacaran cuma sebentar yaitu selama satu minggu.”²⁷

Beberapa alasan mengapa wanita yang terjebak dalam hubungan *toxic* masih tetap bertahan dalam hubungan mereka. Namun sangat disayangkan bahwa sebagian besar wanita menjadi korban kekerasan benar-benar

²⁴ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²⁵ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²⁶ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²⁷ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

memaafkan pasangan mereka yang telah menganiayanya, maka tak jarang korban yang menganggap perilaku *toxic* itu merupakan sebuah bukti cinta dan kasih sayang memutuskan untuk melanjutkan hubungan mereka dan bahkan sampai ada yang menikah. Sedangkan korban yang menyadarinya memilih untuk memutuskan hubungan mereka dari pada melanjutkan kehidupan seperti di neraka, dan tentunya setiap korban pasti merasakan situasi yang berbeda.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan perasaannya setelah mengetahui bahwa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“ tentunya perasaan saya sakit hati, tidak menyangka tapi tetap dipertahankan selama tiga bulan.”²⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan perasaannya setelah mengetahui bahwa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“ sama saya dimaklumin karena orangnya memang kasar.”²⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan perasaannya setelah mengetahui bahwa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“tidak menyangka karena dulu awal pacaran tidak seperti itu, baik. Setelah lama pacaran baru tahu jika dia *toxic* sama saya, akan tetapi setelah dia berkata-kata kasar langsung minta maaf dan kejadian ini berulang-ulang seterusnya.”³⁰

²⁸ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

²⁹ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³⁰ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan perasaannya setelah mengetahui bahwa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut: “perasaan saya benci dan marah banget.”³¹

Hasil wawancara berbeda dinyatakan oleh siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan perasaannya setelah mengetahui bahwa pacarnya berperilaku *toxic relationship* dalam hubungannya sebagai berikut:

“saya sakit hati tapi saya tidak merasa tertekan karena terkadang perilaku itu saya anggap sebagai kasih sayang kepada saya.”³²

Hubungan yang sehat pasti ada cinta, pertimbangan bersama, rasa hormat dan minat yang kuat pada kepuasan individu, akan tetapi hubungan *toxic* adalah kebalikannya. Dalam hubungan *toxic* ini umumnya bersifat posesif yang berlebihan bahkan perlu diwaspadai secara keseluruhan apa yang dilakukan oleh pasangannya. Hubungan yang sehat pasti ada cinta kebahagiaan dan kasih sayang tanpa adanya beban satu sama lain.³³

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa perilaku *toxic* menjadi beban dalam hubungan yang dijalannya sebagai berikut:

“menjadi beban banget, saya tertekan harus menuruti semua yang dia paksa dan yang dia mau, tapi saya nurut-nurutaja.”³⁴

³¹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³² MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³³ Vuja Syafrianti, “Toxic,” E-Journal Sendratasik, Vol 8, No. 3 (Maret, 2020)

³⁴ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa lain yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa Perilaku Toxic menjadi beban dalam hubungan yang dijalannya sebagai berikut:

“ tidak menjadi beban karena saya dan pacar saya sama-sama *toxic*.”³⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa perilaku *toxic* menjadi beban dalam hubungan yang dijalannya sebagai berikut:

“ tidak menjadi beban, biasa saja kadang kalau saya marah juga sering berkata kasar pada pacar saya. Saya merasa tidak terbebani namanya juga pacaran.”³⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa perilaku *toxic* menjadi beban dalam hubungan yang dijalannya sebagai berikut:

“ menjadi beban karena saya tidak bisa keluaran.”³⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa perilaku *toxic* menjadi beban dalam hubungan yang dijalannya sebagai berikut:

“ saya tidak merasa menjadi beban karena suka sama suka dan perilaku *toxic* dianggap sebagai bentuk perhatian, berarti dia peduli kepada saya.”³⁸

Dalam sebuah hubungan pacaran, semua orang akan mengharapkan hubungan yang solid dan benar-benar fokus satu sama lain di tengah

³⁵ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³⁶ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³⁷ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

³⁸ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

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 satu 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 hubungan yang tidak satu arah, perasaan tidak bahagia bahkan pertengkaran terus menerus antar pasangan, hal ini menunjukkan bahwa hubungan dalam percintaan ini berada dalam situasi yang kurang menguntungkan.³⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa apakah hubungan yang dijalannya masih merasakan kebahagiaan sebagaimana berikut:

“ ada bahagianya kadang tidak bahagia, tapi lebih banyak tidak bahagianya.”⁴⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa apakah hubungan yang dijalannya masih merasakan kebahagiaan sebagaimana berikut:

“ kadang bahagia kadang tidak.”⁴¹

³⁹ Vivi Riski Alfiani, “Upaya Resilensi Pada Remaja Dalam Mengatasi Toxic Relationship Yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran,” (Institut Agama Islam Negeri, Purwokerto, 2020), 2

⁴⁰ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁴¹ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa apakah hubungan yang dijalannya masih merasakan kebahagiaan sebagai berikut:

“kadang iya kadang tidak, tapi lebih banyak bahagianya.”⁴²

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa apakah hubungan yang dijalannya masih merasakan kebahagiaan sebagai berikut:

“ tidak bahagia sama sekali, tapi masih dipertahankan karena saya kasihan sama dia.”⁴³

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa apakah hubungan yang dijalannya masih merasakan kebahagiaan sebagai berikut:

“ masih bahagia karena saya tidak terpaksa dengan hubungan *toxic* ini.”⁴⁴

Hasil wawancara tersebut juga diperkuat dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti melakukan kerja sama dengan teman sebaya korban dari perilaku *toxic relationship* untuk bisa mendapatkan informasi yang berkaitan dengan bentuk-bentuk perilaku *toxic relationship* yang dialami oleh temannya. Setelah peneliti melakukan observasi melalui teman sebaya korban *toxic* pada tanggal 20 Oktober 2022 yaitu teman sebaya tidak sepenuhnya mengetahui seperti apa bentuk perilaku *toxic* yang dialami temannya (korban) karena itu merupakan masalah pribadi dengan pacarnya, akan tetapi semua teman sebaya dari korban mengatakan bentuk perilaku *toxic* yang dialaminya

⁴² NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁴³ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁴⁴ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

seperti berkata kasar, posesif, mengekang, melarang berinteraksi dan berdekatan dengan lawan jenis meskipun itu teman sekolahnya, melarang menyimpan nomor laki-laki, keluar rumah harus berpamitan dan ada juga sampai mengalami kekerasan seperti dicubit, didorong dan dijambak kerudungnya.

Observasi yang kedua yang dilakukan peneliti pada tanggal 21 Oktober 2022 saat peneliti mengamati korban *toxic* di sekolahnya kebanyakan mereka hanya bergaul dengan sesama jenis, tidak keluaran dari kelas dan kebanyakan menjaga jarak dengan teman laki-lakinya. Ada juga siswa yang bernama DAM ketika hendak pulang dari sekolahnya dan mencari taksi dia berjalan dari sekolah ke halte bus yang jaraknya lumayan jauh, Diah memilih berjalan kaki karena dari pada diantar oleh temannya takut ketahuan oleh pacarnya jika ketahuan pacarnya akan marah.⁴⁵

Hasil observasi ini juga diperkuat oleh hasil dokumentasi sebagian korban karena masalah privasi dan kerahasiaan pribadi yang berupa chattingan korban dengan pacarnya (pelaku) yang membuktikan bentuk perilaku *toxic relationship* yang dialaminya seperti korban menerima kata-kata kasar, dilarang keluar rumah tanpa pamit, *overthingking* karena tidak ada kabar dan pengontrolan kegiatan korban sebagaimana bukti chattingan berupa dokumentasinya terlampir.⁴⁶

Temuan penelitian yang berkaitan dengan bentuk perilaku *toxic relationship* yang dialami siswa di MAN 2 Pamekasan yaitu:

⁴⁵ Observasi melalui teman sebaya, (20-21 Oktober 2022 jam 09.00 di ruang kelas XI IPS 2 dan 3).

⁴⁶ Hasil dokumentasi berupa bukti chattingan korban, (20-21 Oktober 2022)

- a) Korban dikekang, posesif, *overthinking*, dilarang ke luar rumah jika tidak berpamitan, harus menuruti semua keinginan pacarnya, semua kegiatan dikontrol, dilarang *chattingan* dengan lawan jenis, dilarang menyimpan nomor lawan jenis sekalipun teman sekolahnya.
- b) Korban sering menerima kata-kata kasar seperti anjing, goblok, tolol, begok, asu dan matanya.
- c) Korban sampai menerima kekerasan dari pacarnya seperti dicubit, didorong, dijambak dan dipukul. Penyebabnya bermacam-macam ada yang karena minta uang tidak dikasih dan dituduh selingkuh oleh pelaku.
- d) Ternyata korban dari perilaku *toxic* bukan cuman perempuan, tapi laki-laki juga mengalami perlakuan *toxic* dari pacarnya, laki-laki juga menerima kekerasan dari pacarnya seperti dicubit dan dipukul karena bertengkar.

2. Bagaimana Motif Perilaku *ToxicRelationship* Dalam Pacaran Terhadap Siswa di MAN 2 Pamekasan.

Alfred Schutz membagi dua tipe motif dalam pendekatan penelitian Fenomenologi yaitu: *pertama*, motif tujuan (*in order tomotive*) dan *kedua*, motif karena/sebab (*Becausemotive*). Maka dari itu dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui motif tujuan dan motif sebab yang ingin dicapai dalam perilaku *toxic* yang dilakukan oleh pelaku terhadap korbannya.⁴⁷

⁴⁷ Alen Manggola, Robeet Thadi, "Fenomenologi AlferdSchutz: Studi Tentang Pemakaian Peci Hitam Polos," *JournalPublicPolicyandAdministrasionSilampari*, Volume 3, Nomor 1, Desember 2021.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh temannya sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“iya pacar saya terpengaruh oleh temannya karena pergaulannya tidak sehat”.⁴⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh temannya sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“pacar saya tidak terpengaruh karena perilaku itu murni dari dirinya sendiri”.⁴⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama Nabila Ashari Putri selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh temannya sehingga berperilaku *toxic* sebagaimana berikut: “iya dia selalu mendengarkan omongan temannya, lebih percaya sama orang lain dari pada saya.”⁵⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh temannya sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“tidak terpengaruh sama temannya, dia memang seperti itu dari pikirannya sendiri.”⁵¹

⁴⁸ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁴⁹ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵⁰ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵¹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh temannya sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“dulu iya dia terpengaruh karena temannya bilang ini itu dia ikut-ikutan, tapi sekarang tidak karena saya bilang jangan percaya omongan orang lain selain aku.”⁵²

Pergaulan yang bebas sangat menimbulkan dampak-dampak yang negatif sehingga bisa merugikan dirinya sendiri. Teman yang tidak terkontrol juga bisa menjerumuskan seseorang ke dalam jurang kesesatan seperti halnya menghalalkan sesuatu yang haram. Barang haram seperti narkoba, minuman keras yang memabokkan dianggap makanan yang halal karena kebiasaan pergaulan yang bebas dan kurangnya iman dalam diri seseorang sehingga dengan mudahnya terjebak dalam lubang dosa besar.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh obat-obatan terlarang sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut: “selama saya pacaran yang saya tahu tidak pernah mengonsumsi barang seperti itu.”⁵³

Hasil wawancara lain juga disampaikan oleh siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh obat-obatan terlarang sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“ tidak pernah, selain bersama saya, saya tidak tahu akan kegiatan dan perilaku kesehariannya di luar sana.”⁵⁴

⁵² MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵³ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵⁴ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh obat-obatan terlarang sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut: “alhamdulillah setahu saya dia tidak pernah.”⁵⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh obat-obatan terlarang sehingga berperilaku *toxic* sebagaimana berikut:

“kayaknya iya, karena dia itu perempuan nakal dan tidak keurus sama orang tuanya dan waktu itu saya sempat ditawarkan narkoba tapi saya tidak mau karena saya takut.”⁵⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban dari perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terpengaruh oleh obat-obatan terlarang sehingga berperilaku *toxic* sebagaimana berikut: “ tidak pernah terpengaruh obat-obatan terlarang “⁵⁷

Ciri-ciri perilaku *toxicrelationship* dalam pacaran mudah ditemui dan dikenali salah satunya yaitu sikap *overthingking* atau posesif yang dilakukan oleh pelaku terhadap korban.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terlalu *overthingking* sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

⁵⁵ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵⁶ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵⁷ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

“iya pacar saya selalu bersikap posesif dan overthingking seperti dia menekan jangan terlalu *welcome* sama cowok lain.”⁵⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa lain bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terlalu overthingking sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“iya dia sangat overthingking seperti, dia menuduh saya dekat sama cowok lain padahal tidak seperti itu sering menuduh yang aneh-aneh padahal saya tidak macam-macam.”⁵⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa lain yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terlalu overthingking sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“dia sering menuduh saya selingkuh terus.”⁶⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa lain yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terlalu *overthingking* sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“tidak terlalu overthingking karena pacar saya jarang mengurus semua kegiatan saya.”⁶¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pacarnya terlalu overthingking sehingga berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“iya pacar saya sangat overthingking karena dia sering melarang-larang saya seperti jangan dekat sama cewek lain, jangan keluar rumah dan jangan chatting sama cewek lain.”⁶²

⁵⁸ DAM siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁵⁹ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶⁰ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶¹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶² MM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Peneliti melanjutkan proses wawancara terhadap korban Perilaku *toxic* yang menanyakan bahwa apakah kamu pernah ketahuan selingkuh sehingga pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“ tidak, saya tidak pernah selingkuh.”⁶³

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa sebagai berikut:

“ saya tidak pernah selingkuh.”⁶⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa sebagai berikut:

“saya tidak sampai pacaran, cuman dekat sama cowok lain sejak saya dipukul itu tapi saya tidak pacaran.”⁶⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa sebagai berikut:

“saya tidak pernah selingkuh.”⁶⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa sebagai berikut:

“ tidak selingkuh, karena saya cukup satu wanita saja.”⁶⁷

Toxic Relationship dikatakan sebagai hubungan yang tidak sehat karena salah satu pihak merasa tertekan, dirugikan dan salah satu pihak merasa

⁶³ DAM, Siswa Man 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶⁴ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶⁵ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶⁶ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁶⁷ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

canggung dalam hubungannya. Perilaku *toxic* terdapat cara-cara yang merugikan seperti memperlambat kesejahteraan fisik dan mental seseorang. Kebanyakan korban tidak mengetahui kenapa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya.⁶⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa kenapa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagaimana berikut:

“ karena kebiasaan dan bawaan dari teman-temannya.”⁶⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama Ana Putri Pradana selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa kenapa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“ karena memang kelakuannya sebelum pacaran semasa pendekatan memang sudah toxic.”⁷⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa kenapa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagaimana berikut:

“ karena terpengaruh oleh temannya yang mendengar cerita tidak jelas tentang saya dan pacar saya percaya saja tanpa menanyakan ke saya dulu.”⁷¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa kenapa pacarnya

⁶⁸ Resty Wulandari, “Fenomena Toxic Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya.” (Universitas Sriwijaya, Palembang, 2021), 1-3

⁶⁹ DAM, Siswa Man 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷⁰ Ana Putri Pradana, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷¹ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut: “ untuk lebih saling menjaga perasaan.”⁷²

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa kenapa pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagaimana berikut: “ pacar saya berperilaku *Toxic* karena pacar saya takut akan kehilangan saya.”⁷³

Setelah korban bisa menguasai dan mengendalikan fisik maupun mental korban, tentu pastinya pelaku memiliki tujuan dalam perilaku *toxic* tersebut.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan tujuan pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagaimana berikut:

“ agar saya menjadi penurut dan semua yang dia minta saya turuti dan juga agar saya takut sama dia.”⁷⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan tujuan pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“ karena kesalahan saya dulu, saya dikira dekat sama cowok lain padahal cuman teman dan juga pacar saya terlalu posesif intinya dia ingin menguasai saya terus.”⁷⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan tujuan pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

⁷² MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷³ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷⁴ DAM, Siswa Man 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷⁵ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

“saya tidak tahu apa tujuannya yang jelas dia kadang ngamuk-ngamuk tidak jelas.”⁷⁶

Hal ini juga disampaikan oleh siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan tujuan pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut: “tidak tahu, mungkin biar saya tidak nakal.”⁷⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan tujuan pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“tujuannya karena dia selalu takut saya ada main dengan perempuan lain.”⁷⁸

Namun sangat disayangkan bahwa sebagian besar wanita yang menjadi korban kekerasan dari perilaku *toxic* 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. Tak banyak korban *toxic* melanjutkan ke jenjang yang lebih serius yaitu pernikahan yang mereka anggap bahwa semua perlakuan pacarnya merupakan bentuk kepedulian dan kasih sayang terhadapnya.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan tujuan lain yang ingin

⁷⁶ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷⁷ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁷⁸ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

dicapai dalam hubungannya misalnya pernikahan sebagai berikut: “ tidak ada, saya tidak pernah merencanakan itu sebelumnya.”⁷⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan tujuan lain yang ingin dicapai dalam hubungannya misalnya pernikahan sebagai berikut:

“dulu pernah, makanya dari itu pacar saya menjadi *toxic* karena takut saya macam-macam.”⁸⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan tujuan lain yang ingin dicapai dalam hubungannya misalnya pernikahan sebagai berikut:

“tidak pernah, dia masih mau ikut seleksi angkatan tapi dia tidak mau kehilangan saya.”⁸¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan tujuan lain yang ingin dicapai dalam hubungannya misalnya pernikahan sebagai berikut:

“tidak pernah merencanakan itu sama sekali akan tetapi saya takut jika harus menikah sama dia.”⁸²

Antara tujuan dan harapan harus berkorelasi baik satu sama lain, tujuan dari hubungan *toxic* harus selaras dengan harapan yang ingin dicapai dalam suatu hubungan agar bisa mewujudkan ikatan yang bahagia, harmonis dan sejahtera.

⁷⁹ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸⁰ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸¹ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸² MIR, Siswa MAN2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwatujuan toxic bisa berkorelasi baik dalam hubungannya sebagai berikut:

“ tidak ada korelasi yang baik karena sikap itu membuat saya merasa tidak nyaman selama tiga bulan menjalani pacaran.”⁸³

Hal ini disampaikan oleh siswa yang bernama APP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa tujuan toxic bisa berkorelasi baik dalam hubungannya sebagai berikut: “tidak baik, karena saya merasa tertekan.”⁸⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa tujuan *toxic* bisa berkorelasi baik dalam hubungannya sebagai berikut:

“bagi saya berkorelasi baik tapi kadang-kadang saya minta putus itupun putusnya Cuma satu hari besoknya balikan lagi.”⁸⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa tujuan *toxic* bisa berkorelasi baik dalam hubungannya sebagai berikut:

“tidak berkorelasi baik, karena ketika saya tidak boleh keluaran tapi saya tetap keluar ruang tanpa pamit dan secara diam-diam, saya tidak mau dibodohi.”⁸⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban dari perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa tujuan toxic bisa berkorelasi baik dalam hubungannya sebagai berikut:

⁸³ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸⁴ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸⁵ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸⁶ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

“ berkorelasi baik karena menurut saya dia menyuruh saya ke hal-hal yang baik bukan hal yang salah.”⁸⁷

Hasil wawancara tersebut juga diperkuat dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti melakukan kerja sama dengan teman sebaya korban dari perilaku *toxicrelationship* untuk bisa mendapatkan informasi yang berkaitan dengan motif perilaku *toxic relationship* dalam pacaran yang dialami oleh siswa. Peneliti melakukan observasi melalui teman sebaya korban *toxic* pada tanggal 20 Oktober 2022 yaitu: tidak mengetahui secara jelas motif sebab dan yang ingin dicapai pelaku dalam hubungannya akan tetapi teman sebaya sedikit mengetahui bahwa sebab utamanya yaitu agar korban tidak macam-macam di belakangnya, lebih menjaga perasaan satu sama lain, agar tidak selingkuh dan bisa menuruti semua keinginan pelaku, sangat posesif, mengekang dan cemburu yang berlebihan. Teman sebaya korban toxic juga menjelaskan secara detail motif tujuan yang ingin dicapai pelaku terhadap korban tidak lain hanya untuk bisa menguasai fisik dan mental korban, menjadi penurut dan menjadi lebih takut terhadap pacarnya.

Peneliti menemukan fakta yang lebih mengejutkan bahwa ada salah satu pelaku toxic yaitu perempuan yang merupakan pacar dari siswa bernama MIR yang terpengaruh oleh obat-obatan terlarang, terkadang pelaku menawarkannya kepada pacarnya (korban *toxic*) untuk bisa mengonsumsinya tetapi korban menolaknya dengan alasan takut. ⁸⁸

Hasil observasi tersebut juga diperkuat dengan bukti hasil dokumentasi tentang motif perilaku *toxic relationship* yang diperoleh melalui teman sebaya

⁸⁷ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan , Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁸⁸ Observasi melalui teman sebaya, (20 Oktober di ruang BK Man 2 Pamekasan).

korban yang hasilnya sebagai berikut: motif sebab perilaku *toxic* karena cemburu yang berlebihan, agar menjadi penurut, takut selingkuh dan tidak nakal. Sedangkan motif tujuan perilaku *toxic* memiliki tujuan agar korban bisa dikendalikan, dikuasai, menjadi penurut dan korban bisa takut kepada pacarnya (pelaku) dan bukti dokumentasinya sebagaimana terlampir.⁸⁹

Temuan peneliti dari penelitian motif perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa Man 2 Pamekasan sebagai berikut:

- a) Motif sebab dari perilaku *toxic* dalam pacaran yang paling banyak disebabkan oleh pelaku yang tidak ingin kehilangan pacarnya, sangat overthinking, posesif, cemburu yang berlebihan dan lebih menjaga perasaan satu sama lain.
- b) Peneliti menemukan fakta yang lebih mengejutkan mengenai sebab pelaku berperilaku *toxic* dalam hubungannya dikarenakan terpengaruh oleh obat-obatan terlarang yaitu narkoba.
- c) Motif tujuan dari perilaku *toxic* dalam pacaran yaitu: bisa menguasai fisik dan mental, bisa menjadi penurut dan agar menjadi takut terhadap pacarnya. Tujuan lain yang ingin dicapai untuk saling menjaga perasaan satu sama lain dan menghindari perselingkuhan.

3. Bagaimana Pengaruh Perilaku *Toxic Relationship* dalam Pacaran Terhadap Pengendalian Diri pada Siswa di MAN 2 Pamekasan.

Perilaku *toxic relationship* dalam pacaran akan berpengaruh terhadap fisik bahkan psikis seseorang, sehingga terjadi tekanan mental dalam dirinya. Pacaran bisa dikatakan sebagai hubungan yang paling intim antar kedua

⁸⁹ Hasil bukti dokumentasi (20 Oktober 2022)

individu (laki-laki dan perempuan), biasanya dipenuhi dengan rasa cinta dan saling menyayangi. Jika pasangan sudah melakukan perbuatan toxic seperti kekerasan terhadap individu, maka sangatlah dianjurkan untuk memiliki pengendalian diri yang kuat agar memiliki ranah perilaku yang positif bagi dirinya sendiri sehingga kekerasan, posesif bahkan kekerasan bisa dihindari dengan menerapkan pengendalian diri (*selfcontrol*). *Self* merupakan inti kepribadian seseorang yang di dalamnya terdiri dari segala kepercayaan, sikap perasaan dan cita-cita yang tepat dan realistis yang akan membawa individu dalam pribadi yang sehat. Sikap terhadap diri sendiri sangatlah berkaitan dengan pembentukan harga diri agar tidak mudah direndahkan oleh orang lain.⁹⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pengendalian diri yang dimilikinya ketika menghadapi pacar yang berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“salah satunya seperti ketika pacar saya melakukan kekerasan pada saya, saya tidak tinggal diam saya melawan.”⁹¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pengendalian diri yang dimilikinya ketika menghadapi pacar yang berperilaku toxic dalam hubungannya sebagai berikut: “saya memilih untuk diam dan melawan jika membahayakan diri saya.”⁹²

⁹⁰ H. Mahmud, Psikologi Pendidikan, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010),365-366

⁹¹ Diah Agustina Maghfiroh, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁹² APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pengendalian diri yang dimilikinya ketika menghadapi pacar yang berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“menolak untuk tidak menuruti semua keinginannya, contohnya pernah saya disuruh jangan keluar tapi saya tetap keluar secara sembunyi-sembunyi karena waktu itu saya ada perlu yang penting. Pernah juga saya disuruh ciuman tapi saya tidak mau, kadang saya menolak dan kadang juga dipaksa. Ketika saya dipaksa itu kepala saya ditarik lalu dicium saya tidak bisa berontak waktu itu, tapi jika dia minta secara baik-baik saya pasti menolaknya karena saya pasti menolak jika tidak dipaksa.”⁹³

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pengendalian diri yang dimilikinya ketika menghadapi pacar yang berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut: “saya tidak menuruti semua kemauannya dan pura-pura menurutinya.”⁹⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa pengendalian diri yang dimilikinya ketika menghadapi pacar yang berperilaku *toxic* dalam hubungannya sebagai berikut:

“pura-pura menuruti semua keinginannya seperti jangan berbicara sama lawan jenis tapi saya tetap berbicara.”⁹⁵

Pakar psikologi sosial bernama Roy. F Baumeister berasal dari Amerika Serikat yang merupakan pelopor teori pengendalian diri menyatakan bahwa berdasarkan unsur kontrol diri perilaku dibagi menjadi empat unsur,

⁹³ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁹⁴ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁹⁵ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

yaitu kontrol emosi, pikiran, impuls dan performa, seseorang dapat dikatakan bisa memiliki pengendalian diri apabila bisa mengendalikan empat unsur tersebut.⁹⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa cara untuk mengendalikan emosi ketika bertengkar dengan Pacarnya sebagai berikut:

“saya menghindari sejauh mungkin agar saya tidak ikut-ikutan marah dan emosi.”⁹⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa cara untuk mengendalikan emosi ketika bertengkar dengan pacarnya sebagai berikut:

“saya tidak bisa mengendalikan emosi karena saya dan dia sama-sama emosi.”⁹⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa cara untuk mengendalikan emosi ketika bertengkar dengan Pacarnya sebagai berikut:

“jalan-jalan bareng biar emosinya cepat hilang.”⁹⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxicrelationship* yang menyatakan bahwa cara untuk mengendalikan emosi ketika bertengkar dengan pacarnya sebagai berikut:

“saya mengalah dan merayu pacar saya agar suasananya tidak panas.”¹⁰⁰

⁹⁶Slamet Dwi Priatmoko, “Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al-Hidayah Desa DeselSadeng Kecamatan Gunung Pati,” (Universitas Negeri Semarang, 2011), 20

⁹⁷ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁹⁸ APP Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

⁹⁹ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁰⁰ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa cara untuk mengendalikan emosi ketika bertengkar dengan pacarnya sebagai berikut: “saling mengalah dan meminta maaf.”¹⁰¹

Pengendalian pikiran merupakan bentuk usaha untuk bisa mengendalikan pikiran-pikiran negatif agar bisa lebih mengarah ke hal-hal yang positif dan bermanfaat.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa cara mengendalikan pikiran negatif dalam hubungannya sebagai berikut:

“hal yang bisa saya lakukan yaitu lebih bersikap tenang dan mencoba berpikir positif, menepis pikiran yang buruk dengan cara positif *thinking*.”¹⁰²

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa cara mengendalikan pikiran negatif dalam hubungannya sebagai berikut:

“dengan cara menonton film drama Korea dengan begitu pikiran buruk saya akan hilang karena saya terbawa suasana film itu.”¹⁰³

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa cara mengendalikan pikiran negatif dalam hubungannya sebagai berikut:

“saya langsung bertanya sama pacar saya, misalkan pikiran saya menuduh pacar saya selingkuh tanpa bukti saya langsung tanya langsung apa benar kecurigaan saya betul terjadi, intinya ketika saya

¹⁰¹ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁰² DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁰³ APP Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

sedang berpikiran buruk tentang sesuatu saya langsung bertanya tentang sesuatu tersebut agar pikiran buruk saya terbukti benar tidaknya.”¹⁰⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama Moh. Imron Rosadi selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa cara mengendalikan pikiran negatif dalam hubungannya sebagai berikut: “saya diam dan lebih baik merokok.”¹⁰⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa cara mengendalikan pikiran negatif dalam hubungannya sebagai berikut: “usaha saya mengambil wudhu dan mengaji.”¹⁰⁶

Pengendalian impuls merupakan fenomena yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari yang dilakukan tanpa sadar oleh laki-laki maupun perempuan. Impuls biasanya terjadi tanpa direncanakan terlebih dahulu dan hal ini menjadi salah satu unsur pengendalian diri yang ada di teori psikologi sosial yang dikembangkan oleh Roy F. Baumeister.¹⁰⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama Diah Agustina Maghfiroh selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“ semua kegiatan yang saya lakukan sudah direncanakan secara sadar dan diatur sebelum saya melakukan sesuatu, saya tidak bisa mengendalikan impuls karena itu terjadi tanpa sadar seperti kegiatan refleksi kan itu terjadi secara spontan.”¹⁰⁸

¹⁰⁴ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁰⁵ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁰⁶ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹⁰⁷ Rasulika Septilw, Eka Dian Aprilia, “Impulse Buying pada Mahasiswa di Banda Aceh,” *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, Volume 2 Nomor 2 (2017):172

¹⁰⁸ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut: “tidak bisa karena itu terjadi secara tidak sadar.”¹⁰⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut: “ pasti tidak bisa karena itu terjadi di luar kendali.”¹¹⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“tidak bisa siapapun itu kebanyakan pasti tidak bisa mengendalikan kejadian yang tiba-tiba.”¹¹¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut: “tidak bisa karena belum saya rencanakan dulu.”¹¹²

Performa merupakan tindakan yang akan diambil oleh individu tersebut. Hal ini juga merupakan salah satu unsur teori pengendalian diri yang dikembangkan oleh Roy F. Baumeister, setiap perbuatan pasti ada konsekuensi yang akan ditanggung, dengan demikian perlunya memikirkan setiap tindakan yang akan dipilih agar tidak memberikan dampak buruk terhadap dirinya sendiri.

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“tidak bisa karena meskipun tindakan itu dipilih saya kalau masih ada kekgan saya tetap tidak bisa karena ke pikiran”¹¹³

¹⁰⁹ APP, Siswa Man 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹⁰ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹¹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹² MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹³ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut: “tentunya bisa karena itu merupakan tindakan saya dan saya yang memilihnya.”¹¹⁴

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“kadang bisa kadang tidak bisa karena meskipun itu tindakan yang akan diambil dan dipilih kejadian akhirnya tidak ada yang tahu akan seperti apa tergantung sama situasinya.”¹¹⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama Moh. Imron Rosadi selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut: “bisa kalau mengendalikan performa seperti menjauhi suatu hal yang buruk seperti situasi di sekitar.”¹¹⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa yang bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan sebagai berikut:

“bisa kalau mengendalikan performa atau tindakan yang akan diambil dengan cara fokus memperbaiki diri jangan mendengarkan omongan orang lain.”¹¹⁷

Korban perilaku *toxic relationship* dalam pacaran dianjurkan untuk memiliki pengendalian diri agar semua perilakunya bisa terkontrol dengan baik. Perilaku *toxic* dan pengendalian diri harus berkorelasi baik sehingga korban tidak mudah terpengaruh dan terkendalikan fisik maupun mentalnya oleh sang pelaku.

¹¹⁴ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹⁵ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹⁶ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹⁷ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan korelasi antara perilaku *toxic* terhadap pengendalian diri yang dimilikinya sebagai berikut:

“ada korelasi baiknya seperti ketika saya sedang bertengkar saya pasti yang mengalah biar masalahnya tidak bertambah panjang dan lama, dan juga dengan saya memiliki pengendalian diri dalam hubungan *toxic* ini saya lebih tidak terlalu tertekan karena saya bisa mengontrol diri saya dan berusaha tidak dipengaruhi olehnya.”¹¹⁸

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan korelasi antara perilaku *toxic* terhadap pengendalian diri yang dimilikinya sebagai berikut:

“korelasinya sangat baik seperti ketika saya bertengkar pasti akan saya rayu sudah jangan marah terus tapi dia tetap pura-pura marah biar saya terus merayunya. Dengan begitu pacar saya yang keras ketika saya merayunya nanti akan luluh dan lembut pada saya.”¹¹⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan korelasi antara perilaku *toxic* terhadap pengendalian diri yang dimilikinya sebagai berikut:

“ berkorelasi baik seperti yang tadi pacar saya minta dicium saya menolak dengan begitu pacar saya tidak memaksanya lagi, pacar saya menyuruh saya jangan keluaran saya tetap keluar karena waktu itu saya ada kepentingan yang mendesak.”¹²⁰

Hasil wawancara dengan siswa bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan korelasi antara perilaku *toxic* terhadap pengendalian diri yang dimilikinya sebagai berikut:

¹¹⁸ Diah Agustina Maghfiroh, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹¹⁹ Ana Putri Pradana, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹²⁰ Nabila Ashari Putri, Siswa MAN2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

“ pasti berkorelasi baik contohnya ketika pacar saya mengekang dan mengatur semua kegiatan sehari-hari saya seperti jangan dekat sama cewek lain, jangan menyimpan nomor cewek lain, saya pura-pura menuruti semua perintahnya kan saya butuh nomor cewek teman kelas saya jadi saya tetap menyimpan dan sama dia pura-pura tidak menyimpan nomor cewek lain dan dia percaya saja meski saya bohongi.”¹²¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan korelasi antara perilaku toxic terhadap pengendalian diri yang dimilikinya sebagai berikut:

“berkorelasi baik dengan cara saya mengalah dan pura-pura menuruti perintahnya, dengan begitu walaupun pacar saya toxic saya tidak tertekan karena saya punya pengendalian diri tidak mau dibodohi.”¹²²

Ketika perilaku *toxic Relationship* berkorelasi baik dengan pengendalian diri tentunya itu menjadi sebuah acuan dalam hubungan yang *toxic* agar hubungannya tetap berjalan dengan baik meskipun salah satu pasangannya berperilaku toxic. Pengendalian diri sangat penting diterapkan dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam hubungan pacaran karena akan memberikan dampak positif untuk mengoptimalkan dirinya dan mengatasi kelemahan-kelemahan dalam dirinya.¹²³

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri sangat penting dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“penting agar hubungannya tidak terlalu banyak masalah dan tidak terlalu mengedepankan ego.”¹²⁴

¹²¹ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹²² MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹²³ Nindiya Eka Safitri, Siti Ummi Novirizka Hasan' "Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Dalam Pengembangan Nilai Karakter Religius," Jurnal Konseling Andi Matappa, Volume 2 Nomor 1 (Februari, 2018): 19-25

¹²⁴ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri sangat penting dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“sangat penting karena tidak bisa dipengaruhi oleh laki-laki dan juga biar tidak diinjak-injak sama cowok.”¹²⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri sangat penting dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut: “sangat penting jika tidak penting nanti hubungannya bisa berantakan.”¹²⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri sangat penting dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“penting agar hubungannya bisa tenang, nyaman dan tidak selalu bertengkar.”¹²⁷

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri sangat penting dalam hubungan yang *toxic* sebagai berikut: “sangat penting agar hubungannya tidak hancur.”¹²⁸

Ketika memiliki pengendalian diri dalam diri seseorang semua perbuatan akan lebih terlaksana secara baik, setiap perbuatan pasti ada resiko yang akan ditanggung. Apakah pengendalian diri tersebut berhasil

¹²⁵ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹²⁶ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹²⁷ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹²⁸ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

atau tidak dalam kehidupan sehari-hari termasuk dalam hubungan yang *toxic* yang dialami oleh remaja.

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri yang dimilikinya berhasil dalam menghadapi hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“tidak bisa karena keras kepala, kekeh terhadap pendiriannya meskipun saya yang akhirnya mengalah.”¹²⁹

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri yang dimilikinya berhasil dalam menghadapi hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“kadang bisa kadang tidak bisa tergantung kerasnya dia sama saya.”¹³⁰

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri yang dimilikinya berhasil dalam menghadapi hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“kadang berhasil kadang tidak, tergantung situasi lagi tertekan tidaknya.”¹³¹

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri yang dimilikinya berhasil dalam menghadapi hubungan yang *toxic* sebagai berikut:

“sedikit bisa tapi lebih banyak tidak bisanya karena pacar saya terlalu nakal.”¹³²

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan pengendalian diri yang

¹²⁹ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³⁰ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³¹ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³² MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

dimilikinya berhasil dalam menghadapi hubungan yang *toxic* sebagai berikut:
“ bisa seperti ketika pacar saya berkata kasar saya mencoba menenangkan emosinya, setelah itu dia lebih tenang.”¹³³

Hubungan *toxic* yang dikorelasikan dengan pengendalian diri pasti pernah dantidaknya mengendalikan dirinya ketika sedang menghadapi perilaku *toxic* pasangannya.

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama DAM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah tidak bisa mengendalikan diri ketika sedang menghadapi pacarnya yang berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“ pernah tidak bisa mengendalikan diri contohnya ketika dia marah ke saya dan saya juga ikut-ikutan emosi dan marah-marah.”¹³⁴

Hasil wawancara dengan siswa bernama APP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah tidak bisa mengendalikan diri ketika sedang menghadapi pacarnya yang berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“ pernah menuruti kemauannya karena takut dia marah dan saya diancam mau banting hp saya, dia begitu juga karena didikan orang tuanya yang keras sama pacar saya.”¹³⁵

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama NAP selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah tidak bisa mengendalikan diri ketika sedang menghadapi pacarnya yang berperilaku *toxic*

¹³³ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³⁴ DAM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³⁵ APP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

sebagai berikut: “pernah tidak bisa, kayak dia sering meminta uang saya tetap kasih karena takut dia marah sama saya.”¹³⁶

Hasil wawancara langsung dengan siswa bernama MIR selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah tidak bisa mengendalikan diri ketika sedang menghadapi pacarnya yang berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“ pernah waktu itu saya diselingkuhi dan saya sangat kesal lalu bertengkar dan tak terasa saya berkata-kata kasar sama dia.”¹³⁷

Hasil wawancara dengan siswa bernama MM selaku korban perilaku *toxic relationship* yang menyatakan bahwa pernah tidak bisa mengendalikan diri ketika sedang menghadapi pacarnya yang berperilaku *toxic* sebagai berikut:

“pernah tidak bisa kayak terpaksa menuruti kemauannya yang tidak saya sukai, waktu itu saya dipaksa tidur padahal saya senang begadang dan itu menjadi kebiasaan saya, jadi saya tidur meskipun tidak mengantuk.”¹³⁸

Hasil wawancara tersebut juga diperkuat dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti melakukan kerja sama dengan teman sebaya korban dari perilaku *toxic relationship* untuk bisa mendapatkan informasi yang berkaitan dengan pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa. Peneliti melakukan observasi melalui teman sebaya korban *toxic* pada tanggal 20 Oktober 2022 yang hasilnya sebagai

¹³⁶ NAP, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³⁷ MIR, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

¹³⁸ MM, Siswa MAN 2 Pamekasan Wawancara Langsung (Pamekasan, 19 Oktober 2022)

berikut: menurut teman sebaya dari korban *toxic* mereka memiliki pengendalian diri untuk bisa menghadapi pacarnya yang *toxic*, seperti tidak selalu menuruti kemauannya, pura-pura mengabaikan permintaannya dan mengalah ketika sedang bertengkar. Akan tetapi terkadang mereka tidak bisa mengendalikan dirinya karena paksaan yang kuat dan korban menerima ancaman dari pelaku salah satunya diancam membanting Hp korban.

Hasil observasi tersebut juga diperkuat dengan bukti hasil dokumentasi yang diperoleh peneliti melalui teman sebaya korban yang hasilnya sebagaimana berikut: pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan. Korelasi antara keduanya sangat baik karena korban bisa mengendalikan dirinya dengan cara berpura-pura menuruti semua kemauan pacarnya dengan cara mengendalikan pikiran, emosi dan performa. Ketika korban menerima perlakuan kekerasan korban memilih untuk melawannya dengan begitu korban sudah menerapkan Pengendalian performa dalam hubungannya, bukti dokumentasi yang diperoleh peneliti sebagaimana terlampir.¹³⁹

Peneliti menggunakan teori psikologi sosial sebagai pisau analisis salah satunya teori pengendalian diri yang dikembangkan oleh Roy F. Baumeister yang mengatakan pengendalian diri itu terdiri dari empat unsur yaitu: pengendalian emosi, pikiran, impuls dan performa.

Temuan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di Man 2 Pamekasanyaitu:

¹³⁹ Hasil bukti dokumentasi (20 Oktober 2022)

- a). Korban memiliki pengendalian diri ketika menghadapi pacarnya seperti mengalah, sabar, tidak membalas *chattingnya* dan pura-pura menuruti semua keinginannya.
- b). Korban bisa mengendalikan dirinya seperti emosi, pikiran dan performa akan tetapi semua korban tidak bisa mengendalikan impuls dalam dirinya.
- c). Perilaku *toxic* tersebut berkorelasi baik dengan pengendalian diri yang dimiliki oleh korban seperti ketika bertengkar korban lebih banyak mengalah, menurunkan egonya walaupun terkadang korban tidak bisa mengendalikan dirinya karena situasi yang sangat dikekang oleh pelaku dan keras kepala.
- d). Korban tidak terlalu merasakan tekanan dan paksaan dari pacarnya karena korban memiliki strategi pura-pura patuh dan penurut ketika menghadapi perlakuan *toxic* pacarnya.

B. Temuan Penelitian

Temuan peneliti yang berkaitan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana Bentuk Perilaku *Toxic Relationship* yang dialami Siswa di MAN 2 Pamekasan yaitu:

Temuan penelitian yang berkaitan dengan bentuk perilaku *toxic relationship* yang dialami siswa di MAN 2 Pamekasan sebagai berikut:

- a) Korban dikekang, posesif, *overthinking*, dilarang ke luar rumah jika tidak berpamitan, harus menuruti semua keinginan pacarnya, semua kegiatan dikontrol, dilarang *chattingan* dengan lawan jenis, dilarang menyimpan nomor lawan jenis sekalipun teman sekolahnya.

- b) Korban sering menerima kata-kata kasar seperti anjing, goblok, tolol, begok, asu dan matanya.
- c) Korban sampai menerima kekerasan dari pacarnya seperti dicubit, didorong, dijambak dan dipukul. Penyebabnya bermacam-macam ada yang karena minta uang tidak dikasih dan dituduh selingkuh oleh pelaku.
- d) Ternyata korban dari perilaku *toxic* bukan cuman perempuan, tapi laki-laki juga mengalami perlakuan *toxic* dari pacarnya, laki-laki juga menerima kekerasan dari pacarnya seperti dicubit dan dipukul karena bertengkar.

2. Bagaimana Motif Perilaku *Toxic Relationship* Dalam Pacaran Terhadap Siswa di MAN 2 Pamekasan.

Temuan penelitian yang berkaitan dengan motif perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa di MAN 2 Pamekasan sebagai berikut:

- a) Motif sebab dari perilaku *toxic* dalam pacaran yang paling banyak disebabkan oleh pelaku yang tidak ingin kehilangan pacarnya, sangat *overthinking*, posesif, cemburu yang berlebihan dan lebih menjaga perasaan satu sama lain.
- b) Peneliti menemukan fakta yang lebih mengejutkan mengenai motif sebab pelaku berperilaku *toxic* dalam hubungannya dikarenakan terpengaruh oleh obat-obatan terlarang yaitu narkoba.

- c) Motif tujuan dari perilaku *toxic* dalam pacaran yaitu: bisa menguasai fisik dan mental, bisa menjadi penurut agar menjadi takut terhadap pacarnya.
- d) Motif tujuan lain yang ingin dicapai pelaku yaitu untuk saling menjaga perasaan satu sama lain dan menghindari perselingkuhan.

3. Bagaimana Pengaruh Perilaku *Toxic Relationship* Dalam Pacaran Terhadap Pengendalian Diri Pada Siswa di MAN 2 Pamekasan.

Temuan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan yaitu:

- a) Korban memiliki pengendalian diri ketika menghadapi pacarnya seperti mengalah, sabar, tidak membalas *chattingnya* ketika bertengkar, menghindar dan pura-pura menuruti semua keinginannya.
- b) Korban bisa mengendalikan dirinya seperti emosi, pikiran dan performa akan tetapi semua korban tidak bisa mengendalikan impuls dalam dirinya.
- c) Perilaku *toxic* tersebut berkorelasi baik dengan pengendalian diri yang dimiliki oleh korban seperti ketika bertengkar korban lebih banyak mengalah, menurunkan egonya walaupun terkadang korban tidak bisa mengendalikan dirinya karena situasi yang sangat dikekang oleh pelaku dan keras kepala.

- d) Korban tidak terlalu merasakan tekanan dan paksaan dari pacarnya karena korban memiliki strategi yaitu pura-pura patuh dan penurut ketika menghadapi perlakuan *toxic* dari pacarnya.

C. Pembahasan

1. Bentuk Perilaku *Toxic Relationship* yang Dialami pada Siswa di MAN 2 Pamekasan.

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 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 menyenangkan, pacaran tidak selamanya berjalan dengan lurus di dalamnya pasti ada rintangan yang mungkin tidak pernah dibayangkan sebelumnya. Beberapa kasus justru ada hubungannya yang mengalami kejadian kekangan, pengontrol perilaku atau kegiatan bahkan sampai mengalami kekerasan yang disebut sebagai *toxic relationship*. *Toxic relationship* berasal dari kata “*toxic*” artinya racun dan “*relationship*” artinya hubungan, maka dapat dikatakan bahwa *toxic relationship* merupakan hubungan yang beracun dan tidak sehat yang banyak menimbulkan dampak negatif terhadap salah satu pasangan. *Toxic* dalam penelitian ini ditinjau dari perspektif korban yang menerima perilaku kekangan bahkan sampai kekerasan seperti dipukul, ditendang bahkan diperkosa yang akhirnya berdampak terhadap mental, psikis dan

fisik korban. Hal ini sesuai dengan buku yang ditulis oleh J.A MCGruder yang berjudul *Cutting Your Losses From a Bad or Toxic Relationship* yang menjelaskan sebagai berikut:

Menurut J.A MCGruder hubungan *toxic* didefinisikan sebagai hubungan yang dicirikan oleh pelaku *toxic* yang perilakunya berdampak secara emosional, mental dan fisiknya tidak jarang juga merusak pasangannya (korban). Hubungan *toxic* terdiri dari pelecehan mental, emosional, psikologis, spiritual dan fisik. Ketika hubungan menjadi *toxic* akan berdampak terhadap kebahagiaan pasangan di mana berbagai macam kekerasan pasti terjadi.¹⁴⁰

Berdasarkan temuan penelitian mengenai bentuk-bentuk perilaku *toxic relationship* dalam pacaran yang dialami siswa di MAN 2 Pamekasan memunculkan fenomena-fenomena baru sebagaimana berikut:

a) *Toxic Verbal*

Toxic verbal merupakan perilaku yang bertujuan untuk merendahkan harkat dan martabat seseorang terutama korban *toxic*, menurunkan rasa kepercayaan diri sehingga korban enggan melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya. *Toxic verbal* yang dirasakan oleh korban seperti umpatan, kata-kata kasar, mengolok-olok dan merendahkan diri korban, oleh karena itu dampak yang dirasakan korban sangat beragam seperti hilangnya kesehatan psikologis dan membuat korban merasakan kecemasan, ketakutan serta hilangnya rasa percaya diri. Bentuk *toxic verbal* yang

¹⁴⁰ J.A MCGruder, *Cutting Your Losses From a Bad or Toxic Relationship*, (Xlibris US:2018)

dialami oleh korban dalam penelitian ini menerima kata-kata kasar seperti anjing, tolol, begok, asu dan membentak. Hampir semua korban mengalami hal yang Sama yang dikatakan pelaku dari segi toxic verbal yang mereka terima.

Fenomena tersebut didukung oleh Murray yang juga berpendapat tentang kekerasan verbal yaitu mengintimidasi, menggunakan kata-kata kasar seperti membentak, berteriak dan mengancam.¹⁴¹

Penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang ditulis oleh Resty Wulandari yang dalam penelitian skripsi yang berjudul “Fenomena *toxic relationship* dalam pacaran pada mahasiswa Universitas Sriwijaya.” Penelitian yang ditulis oleh Resty wulandari berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti karena dalam penelitian Resty Wulandari korban hanya menerima perlakuan kekerasan fisik dari pelaku tanpa menerima kekerasan non fisik (verbal) sebagaimana yang telah ditemukan oleh peneliti dalam penelitian ini.¹⁴²

Berdasarkan teori yang digunakan peneliti yaitu teori pengendalian diri yang dikembangkan oleh Roy F. Baumeister salah satunya tentang pengendalian emosi. Menurut korban ketika bertengkar dengan pacarnya, korban tidak tanggung-tanggung

¹⁴¹ Asa Ilma Wishesa, Veronika Suprapti, “Dinamika Emosi Remaja Perempuan Yang Sedang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran,” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* Volume 3, No. 3, (Desember, 2014): 161

¹⁴² Resty Wulandari, “Fenomena Toxic Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya “ (Universitas Sriwijaya, Palembang, 2021), 1-3

menerima kekerasan verbal dari pacarnya seperti anjing, goblok, bodoh, berteriak dan mengancam. Dengan begitu emosi korban akan terpancing juga seakan-akan ingin mengucapkan kata-kata kasar, akan tetapi itu semua ditahan oleh korban dengan cara memilih untuk diam, menghindar dan menjauh dari pacarnya agar situasinya tidak bertambah panas.¹⁴³

b) *Toxic Fisik*

Kekerasan fisik atau toxic fisik merupakan tindakan yang dilakukan pasangannya yang diberikan kepada korban seperti penyiksaan, pemukulan yang menyebabkan rasa sakit, luka lebam bahkan sampai menyebabkan kecatatan dan kematian. Peristiwa kekerasan terjadi dalam sebuah hubungan dipicu oleh hal-hal yang sepele dikarenakan usianya masih remaja yang tidak bisa memikirkan resiko yang akan diterimanya. Kekerasan yang diterima korban dalam hubungan toxic seperti dipukul, didorong, dijambak dan dicubit.

Korban yang menerima kekerasan dari pacarnya dirasakan oleh Diah Agustina Maghfiroh, sedangkan Nabila Ashari Putri juga merasakan kekerasan dari pacarnya seperti didorong dan dijambak, sedangkan korban lain yang bernama Moh. Muttaabbid menerima kekerasan seperti dicubit dan korban yang bernama Ana Putri Pradana dan Imron Rosadi tidak menerima perlakuan kekerasan dari pacarnya.

¹⁴³ Muh Mahdi, *Berani Mengambil Keputusan Merencanakan Karier Masa Depan*, (Yogyakarta: Pusaka Ilmu, 2019), 38-39.

Hal ini sama dengan penelitian skripsi yang ditulis oleh Resty Wulandari yang berjudul “Fenomena *toxic relationship* dalam pacaran pada mahasiswa Universitas Sriwijaya.” Penelitian yang dilakukan oleh Resty Wulandari menyatakan bahwa korban juga menerima kekerasan dari pacarnya (pelaku) akan tetapi tidak dijelaskan seperti apa bentuk kekerasannya, sedangkan dalam penelitian ini dijelaskan kekerasan yang dialami korban *toxic* yang telah dipaparkan di atas.¹⁴⁴

Berdasarkan teori yang digunakan peneliti yaitu teori Pengendalian diri yang dikembangkan oleh Roy F. Baumeister salah satunya tentang pengendalian performa. Performa merupakan tindakan yang Akan dipilih oleh seseorang dalam kehidupan sehari-harinya.¹⁴⁵

Setelah peneliti melakukan analisa hasil penelitian menggunakan teori tersebut khususnya teori pengendalian diri dari segi performa atau tindakan menyatakan bahwa korban bisa menyeimbangkan tindakan yang telah mereka pilih yaitu dengan cara bisa mengendalikan semua bentuk perilaku toxic yang mereka alami seperti melawan ketika dipukul, melawan ketika pelaku berkata kasar terhadap korban dan korban berpura-pura menuruti dan patuh terhadap semua perintah pacarnya, dengan tindakan tersebut korban justru merasa tidak dikuasai fisiknya oleh pelaku.

¹⁴⁴ Resty Wulandari, “*Fenomena Toxic Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya*” (Universitas Sriwijaya, Palembang, 2021), 1-3

¹⁴⁵ Muh Mahdi, *Berani Mengambil keputusan Merencanakan Karier Masa Depan*, (Yogyakarta: Pusaka Ilmu, 2019, 38-39

Bentuk-bentuk pengendalian diri yang dimiliki korban yaitu ketika pacarnya melakukan kekerasan terhadapnya korban akan melawan, menghindar, pura-pura menuruti semua perintahnya, korban melawan ketika mendapatkan kata-kata kasar dari pelaku (pacarnya), dengan tindakan tersebut korban merasa tidak bisa dikuasai fisiknya oleh pelaku.

c) *Toxic Silent*

Toxic silent ini sebagian korban memilih untuk menghindar dan menjauh ketika menghadapi pacarnya yang *toxic*. Korban memilih diam tidak mengangkat telfon dan membalas chat whatsapp dari pacarnya agar terhindar dari amarah pacarnya.

Teori pengendalian diri yang sesuai dengan fenomena *toxic silent* salah satunya menggunakan teori pengendalian performa atau tindakan yang dikemukakan oleh Roy F. Baumeister. Usaha korban ketika menghadapi perilaku *toxic* yang dilakukan pacarnya pada saat bertengkar, korban memilih untuk menghindar, menjauh, tidak membalas chattingnya dan tidak mengangkat telfonnya dengan alasan korban bisa menjaga dirinya dari perbuatan dan perilaku pacarnya yang *toxic* terhadap korban.¹⁴⁶

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Vivi Riski Alfiani yang berjudul “Upaya Resiliensi pada remaja dalam mengatasi *toxic relationship* yang terjadi dalam hubungan

¹⁴⁶ Muh Mahdi, *Berani Mengambil Keputusan Merencanakan Karier Masa Depan*, (Yogyakarta: Pusaka Ilmu, 2019), 38-39

pacaran”. Hasilnya dalam penelitian skripsi Vivi Riski Alfiani yang diperoleh melalui hasil wawancara dengan korban ternyata korban juga memilih diam dan bungkam terkait hubungannya yang toxic karena korban tidak tau mau cerita kepada siapa tentang keadaan hubungannya yang terjebak dalam *toxic relationship* sehingga korban memilih diam agar masalahnya tidak bertambah rumit.¹⁴⁷

Hal ini juga sesuai dengan buku yang ditulis oleh J.A MCGruder yang berjudul *Cutting Your Losses From Bad or Toxic Relationship* yang menyatakan bahwa hubungan toxic dalam pacaran sangat berdampak secara Emosional, mental dan fisik korban. Perilaku *toxic* ini menyebabkan pelecehan secara verbal yang berdampak terhadap mental dan fisik (kekerasan).¹⁴⁸

2. Motif perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa di MAN 2 Pamekasan.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori fenomenologi yang dikemukakan oleh Alferd Schutz. Inti dari teori ini berpusat dalam memahami perilaku atau tindakan sosial yang dipengaruhi oleh perilaku orang atau orang lain pada masa lalu, sekarang dan akan datang. Untuk menafsirkan atau menggambarkan seluruh perilaku seseorang, maka Alferd Schutz membagi dua tipe motif, yaitu motif sebab/karena (*because motive*) dan motif tujuan (*in order to motive*). Dalam teori ini membahas terkait sebab dan tujuan perilaku *toxic relationship* dalam

¹⁴⁷ Vivi Riski Alfiani, “Upaya Resilensi Pada Remaja Dalam Mengatasi Toxic Relationship Yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran,” (Institut Agama Islam Negeri, Purwokerto, 2020), 2

¹⁴⁸ J.A MCGruder, *Cutting Your Losses From a Bad or Toxic Relationship*, (Xlibris US: 2018)

pacaran terhadap siswa. Teori ini akan memberikan penjelasan terkait alasan sebagai dasar motif perilaku *toxic relationship* dalam pacaran, karena setiap orang pasti memiliki alasan dan tujuan yang berbeda-beda dalam melakukan sesuatu, sehingga wawasan pengetahuan terkait motif fenomena perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terkuak sebagai bentuk pengendalian fisik dan psikis. Dengan mengetahui bahwa perilaku *toxic* ini membahayakan terhadap kesejahteraan hidup korban maka akan banyak korban yang enggan dan menjauhi hubungan yang tidak bisa menguntungkan dan membahagiakan kehidupannya. Tentunya banyak sekali motif yang mengarah kepada fenomena perilaku *toxic* dalam pacaran dan semuanya akan dijelaskan berdasarkan teori fenomenologi yang digunakan untuk lebih detail dan rinci dalam kasus ini.¹⁴⁹

Mengacu pada teori Alferd Schutz, ada dua pembahasan yang sejalan dengan teori ini untuk mencapai tujuan penelitian. Pertama, membahas mengenai aspek motif “sebab” yaitu sebab perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa di MAN 2 Pamekasan. Kedua, membahas mengenai aspek motif “Tujuan” yaitu tujuan perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa di Man 2 Pamekasan.

Hal ini sesuai dengan buku yang ditulis oleh Junaidin dkk yang berjudul Tradisi “ Pamali Manggodo” Masyarakat Adat Sambori dalam Perspektif Fenomenologi,” yang menjelaskan sebagai berikut:

¹⁴⁹ Alen Manggola, ThadiRobeet, “Fenomenologi AlferdSchutz: Studi Tentang Pemakaian Peci Hitam Polos,” *JournalPublicPolicyandAdministrasionSilampari*, Volume 3, Nomor 1, Desember 2021.

Pemahaman tentang penjelasan suatu peristiwa dilakukan berdasarkan beberapa motif tindakan pelaku. Tindakan pelaku dikategorikan berdasarkan motif sebab dan motif tujuan. Konsep motif dikaitkan atas pandangan Alferd Schutz yang menyatakan bahwa tindakan atau perilaku sosial merupakan hasil dari tindakan masa lalu yang menyebabkan terjadinya tindakan perilaku di masa sekarang dan akan datang.”¹⁵⁰

Temuan penelitian yang ditemukan peneliti terkait motif perilaku *toxic relationship* dalam pacaran sebagai berikut:

Aspek Motif. “Sebab” (BecauseMotive) Perilaku *Toxic Relationship* dalam Pacaran.

Motif sebab perilaku *toxic relationship* dalam pacaran yang dialami korban ditemukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

Pertama, disebabkan karena pelaku terpengaruh oleh temannya, pergaulannya yang buruk sehingga mudah terprovokasi dengan omongan atau gosip yang belum tentu benar tentang korban.

Temuan fenomena motif sebab dalam penelitian ini berkaitan dengan teori behaviorisme yang dikemukakan oleh salah satu tokoh yang paling terkenal yaitu Ivan Pavlov. Teori ini mengatakan seberapa besarnya pengaruh lingkungan terhadap tingkah laku manusia yang mengakibatkan timbulnya interkasi, respon atau tanggapan dan stimulus sehingga terjadinya perubahan tingkah laku seseorang.¹⁵¹

¹⁵⁰ Junaidin, Sugeng Utaya, Komang Astina dan Singgih Susilo, “ Tradisi Pamali Manggodo Masyarakat Adat Sambori dalam Perspektif Fenomenologi,” (MNC Publishing, 2019)

¹⁵¹ Safaruddin, “Teori Belajar Behavioristik,” t.p Vol 8 No. 2 (Desember, 2016)

Teori pengendalian diri yang berkaitan dengan motif sebab ini yaitu pengendalian performa (tindakan) yang menyatakan bahwa korban bisa menyeimbangkan tindakan yang telah dipilihnya dalam menjalani hubungan yang *toxic*. Pengendalian tindakan yang dimiliki korban yaitu dengan cara menjelaskan kepada pelaku bahwa semua yang didengar tentang korban dari temannya tidak benar dan korban meyakinkan kepada pacarnya bahwa semua tuduhan tersebut salah.¹⁵²

Kedua, disebabkan karena pelaku terlalu *overthinking* seperti cemburu yang berlebihan terhadap korban sehingga pelaku menyuruh korban jangan terlalu dekat dengan cowok lain, selalu curiga, mengontrol kegiatan, pernah disangka dekat dengan cowok lain padahal kenyataannya tidak dekat sama siapa dan selalu dituduh selingkuh.

Temuan fenomena motif sebab dalam penelitian ini didukung oleh jurnal penelitian yang berjudul *Dinamika Emosional yang Terjadi pada Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran* yang menyatakan bahwa hal yang sama juga dilakukan oleh pelaku dalam hubungannya seperti sifat cemburu yang berlebihan, mengontrol kegiatan sehari-hari, selalu curiga atau posesif dan menguasai waktu pasangannya.¹⁵³

Sedangkan teori pengendalian diri yang berkaitan dengan motif ini yaitu pengendalian pikiran, usaha ketika korban selalu menerima *overthinking*, cemburu yang berlebihan yang dilakukan oleh

¹⁵² Muh Mahdi, *Berani Mengambil Keputusan...* hal 38-39

¹⁵³ Asa Ilma Wishesa, Veronika Suprpti, "Dinamika Emosi Remaja Perempuan Yang Sedang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran," *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* Volume 3, No. 3, (Desember, 2014): 161

pasangannya dan selalu dituduh yang tidak sesuai dengan apa yang dilakukan korban tentu hal tersebut akan memancing amarah dan emosi korban, dengan perlakuan itu korban berusaha untuk mengendalikan pikiran pacarnya dengan cara menjelaskan dan meyakinkan bahwa apa yang dituduhnya adalah salah dan tidak pernah korban lakukan. Korban berusaha menenangkan pikiran pacarnya dengan cara meyakinkan pasangannya agar bisa percaya lagi terhadap korban.¹⁵⁴

Ketiga, disebabkan karena ada salah satu pelaku yang dipengaruhi oleh obat-obatan terlarang yaitu narkoba. Korban bisa mengetahui bahwa pelaku mengkonsumsi barang tersebut pernah suatu ketika korban ditawarkan barang tersebut ketika sedang bertengkar agar pikirannya tidak kacau, namun hal tersebut ditolak oleh korban karena korban merasa takut dan tidak sebelumnya tidak pernah memakai barang haram. Pelaku bisa mengkonsumsi narkoba karena pergaulannya yang buruk dan tidak dikontrol orang tuanya.

Temuan fenomena motif sebab dalam penelitian ini berkaitan dengan teori behaviorisme yang dikemukakan oleh salah satu tokoh yang paling terkenal yaitu Ivan Pavlov. Teori ini mengatakan seberapa besarnya pengaruh lingkungan terhadap tingkah laku manusia yang mengakibatkan timbulnya interkasi, respon atau tanggapan dan stimulus sehingga terjadinya perubahan tingkah laku yang dipengaruhi oleh lingkungannya.¹⁵⁵

¹⁵⁴ Muh Mahdi, Berani Mengambil Keputusan... hal 38-39

¹⁵⁵ Safaruddin, "Teori Belajar Behavioristik," t.p Vol 8 No. 2 (Desember, 2016)

Teori pengendalian diri yang berkaitan dengan motif ini yaitu pengendalian performa (tindakan) yang menyatakan bahwa korban bisa menyeimbangkan tindakan yang telah dipilihnya yaitu menjalani hubungan yang *toxic*. Pengendalian tindakan yang dimiliki korban yaitu korban bisa menjaga dirinya ketika pacarnya menawarkan barang haram terhadapnya, namun hal tersebut ditolak oleh korban dengan alasan takut tidak pernah memakai itu sebelumnya. Dengan tindakan yang dilakukan korban hal ini dapat terlihat jelas bahwa korban tidak bisa dipengaruhi oleh pergaulan buruk dilingkungan sekitarnya termasuk menyentuh barang haram tersebut.¹⁵⁶

Aspek Motif “Tujuan” (In order tomotive) Perilaku *Toxic Relationship* dalam Pacaran.

Motif tujuan perilaku *toxic relationship* yang dialami korban ditemukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

Pertama, pelaku memiliki tujuan agar korban menjadi penurut, apa yang diminta pelaku seperti uang dituruti oleh korban dan korban bisa tunduk, takut terhadap pelaku.

Kedua, pelaku memiliki tujuan tidak ingin kehilangan korban sehingga pacarnya berperilaku *toxic* dalam hubungannya.

Ketiga, pelaku memiliki tujuan tidak ingin korban nakal sehingga seluruh kegiatan korban diatur dan diawasi oleh pacarnya seperti mau kemana, dengan siapa dan lagi apa.

¹⁵⁶ Muh Mahdi, Berani Mengambil Keputusan... hal 38-39

Berbagai fenomena terkait perilaku *toxic* dalam pacaran yang terjadi pada kalangan remaja terutama pada siswa menjadi hal yang biasa terjadi dalam hubungan pacaran, karena keanehan yang ada memberikan kesan negatif terhadap korban tak terkecuali orang di sekitarnya seperti sahabat, teman sebaya dan keluarga. Dari penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa keduanya terdapat hubungan antara motif sebab dan motif tujuan di mana ketika ada sebab pasti ada tujuan yang ingin dicapai begitupun sebaliknya.

Berdasarkan teori yang digunakan peneliti yaitu teori pengendalian diri yang dikembangkan oleh Roy F. Baumeistr. Salah satu teori yang sesuai dengan motif tujuan perilaku *toxic relationship* dalam pacaran yaitu teori pengendalian emosi. Pengendalian emosi merupakan bentuk usaha yang menekankan pada reaksi yang keluar terhadap suatu rangsangan yang bisa menimbulkan emosi, sehingga emosi yang keluar tersebut bisa bermanfaat untuk dirinya dan lingkungannya. Korban menghadapi perilaku dan perbuatan pacarnya yang sangat *toxic* salah satunya dengan cara mengendalikan emosinya, ketika korban dituduh bertingkah main-main dibelakangnya, pelaku selalu posesif dan disebabkan pergaulan pacarnya yang buruk maka dengan mudahnya pelaku terpengaruh oleh ucapan temannya (terprovokasi), dengan begitu menurut hasil wawancara terhadap korban, korban lebih sering emosi ketika menghadapi pacarnya yang selalu bersikap *overthinking* dan posesif terhadap korban, akan tetapi korban memilih untuk meredam amarahnya dengan cara korban memilih untuk

mengendalikan emosinya ketika berselisih dengan pacarnya seperti menghindar sejauh mungkin agar tidak ikut-ikutan marah, jalan-jalan atau refreshing dan korban membujuk, merayu pacarnya sehingga mengalah meminta maaf dengan tujuan korban bisa merubah situasinya agar tidak bertambah panas.

Teori pengendalian diri yang juga berkaitan dengan motif tujuan ini yaitu pengendalian performa atau pengendalian tindakan. Tindakan yang dilakukan pelaku terhadap korban semata-mata bertujuan untuk korban tidak macam-macam di belakangnya, pelaku tidak ingin kehilangan pacarnya dan korban bisa menjadi penurut terhadap pacarnya. Korban juga melakukan pengendalian tindakan dalam hubungannya dengan Cara menuruti kemauan pacarnya asalkan tidak merugikan dirinya dan berpura-pura mengabdikan semua permintaannya dan menghindar agar hubungan *toxic* yang dijalani korban tidak sepenuhnya merugikan diri korban.

3. Pengaruh Perilaku *Toxic Relationship* Dalam Pacaran Terhadap Pengendalian Diri pada Siswa di MAN 2 Pamekasan.

Pengendalian diri merupakan pilihan dari segi tindakan yang akan dipilih dan akan memberikan manfaat serta keuntungan yang banyak dengan menghilangkan nafsu yang hanya sesaat. Menurut teori psikologi menjelaskan bahwa pengendalian diri atau kontrol diri merupakan keputusan kognitif individu melalui pertimbangan untuk mendapatkan keputusan yang diinginkan. Pengendalian diri merupakan perilaku atau tindakan untuk menahan diri dari perbuatan yang bisa merugikan dirinya

dimasa sekarang ataupun masa yang akan datang. Beberapa tokoh cendekiawan seperti Averill dan Tangney mengatakan bahwa pengendalian diri merupakan proses pengontrolan fisik, psikologis tingkah laku yang akan membentuk pribadinya sendiri berdasarkan nilai moral, budaya, adat istiadat di lingkungan masyarakatnya agar mengarah ke hal-hal yang positif.¹⁵⁷

Menurut pakar psikologi sosial bernama Roy F. Baumeister yang merupakan seorang pelopor teori pengendalian diri menyatakan bahwa pengendalian diri merupakan sebagai upaya seseorang untuk mengubah pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai kepentingan dalam jangka panjang. Menurut Baumeister berdasarkan unsur kontrol diri perilaku dibagi menjadi empat unsur, yaitu kontrol emosi, pikiran, impuls dan performa. Kontrol emosi merupakan bentuk usaha yang menekankan pada reaksi yang keluar terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi, sehingga emosi yang keluar tersebut bisa bermanfaat dan dapat diterima oleh lingkungannya. Pengendalian pikiran adalah bentuk usaha untuk bisa mengendalikan pikiran-pikiran yang negatif agar bisa mengarahkan ke hal-hal yang positif dan bermanfaat. Impuls merupakan fenomena yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari yang dilakukan tanpa sadar oleh laki-laki maupun perempuan. Sedangkan performa merupakan tindakan yang akan diambil oleh individu tersebut.

Setiap orang dianjurkan untuk memiliki pengendalian diri agar hidupnya dapat dikontrol oleh dirinya sendiri agar tidak menyebabkan

¹⁵⁷ Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif Edisi,*” (Rawangmangun-Jakarta: Media Grafika, 2017), 107.

dampak yang buruk terhadap kehidupannya, termasuk pengendalian diri dalam hubungan pacaran yang *toxic*. Hubungan *toxic* sangat berdampak buruk terhadap fisik dan psikis korban jika korban tidak memiliki pengendalian diri dalam dirinya, apabila korban menanamkan pengontrolan diri sejak dini maka tindakan buruk yang mengarah kepadanya bisa dihadapi dan diatasi agar tidak merugikan dirinya.

Berdasarkan temuan penelitian mengenai pengaruh perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa sebagai berikut:

Pertama, siswa (korban) memiliki pengendalian diri ketika menghadapi pacarnya yang *toxic*, pengendalian diri yang mereka miliki yaitu korban melawan ketika pelaku melakukan tindak kekerasan, ketika korban sedang bertengkar korban memilih diam dan mengalah dari pada masalahnya bertambah besar, korban pura-pura menuruti semua keinginan dan perintah dari pacarnya seolah-olah korban sangat patuh dan polos di depan pelaku.

Kedua, korban bisa mengendalikan emosi ketika bertengkar dengan pacarnya dengan cara menjauh, jalan-jalan atau *refreshing* dan mengalah meminta maaf agar situasinya tidak terlalu panas.

Ketiga, korban memiliki pengendalian pikiran agar tidak mengarah ke hal-hal yang negatif dengan cara mencoba tenang dan santai agar pikirannya kembali stabil, mencoba berbicara pada diri sendiri dengan begitu korban mendapatkan sedikit ketenangan dalam dirinya.

Keempat, korban yang laki-laki memilih untuk merokok dan tetap tenang, ada juga sambil sholat dan mengaji.

Kelima, korban bisa mengendalikan performa atau tindakan yang akan diambilnya. Korban yang memiliki pengendalian performa dengan cara menjauhi perbuatan yang buruk yang berdampak tidak baik terhadap pilihannya, fokus memperbaiki diri ketika diri sudah baik otomatis tindakannya juga ikut baik.

Keenam, semua korban dari perilaku *toxic* dalam pacaran tidak bisa mengendalikan impuls dalam dirinya karena korban ketika melakukan sesuatu itu dilakukan dengan sesadar mungkin, sedangkan impuls merupakan tindakan yang dilakukan secara tidak sadar oleh laki-laki ataupun perempuan.

Ketujuh, korban sepakat mengatakan bahwa pengendalian diri dalam hubungan yang *toxic* sangat penting agar dirinya tetap terjaga dan hubungannya tidak berantakan atas dasar kepentingan pribadi.

Kedelapan, terkadang korban tidak bisa mengendalikan dirinya ketika menghadapi perilaku pacarnya yang *toxic* karena dengan alasan diancam dan tidak tega untuk menolak permintaannya asalkan permintaan itu tidak membuat korban sulit.

Korelasi antara pengendalian diri dengan bentuk-bentuk perilaku *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa di MAN 2 Pamekasan sangat berkorelasi baik diantaranya sebagai berikut:

- a) Korban menerima toxic verbal dari pelaku (pacarnya) seperti kata-kata kasar anjing, asu, bodoh, begok, membentak, diintimidasi, asu

dan merendahkan diri korban. Dengan terjadinya fenomena tersebut korban mengendalikan dirinya sesuai dengan teori pengendalian diri salah satunya menggunakan pengendalian emosi terhadap dirinya, cara yang dilakukannya yaitu ketika pelaku berkata-kata kasar terhadap korban justru korban memilih untuk meredam emosi dan amarahnya agar tidak terpancing juga emosinya seperti diam dan terkadang juga melawan pelaku.

- b) Korban menerima *toxic* fisik (kekerasan) dari pacarnya seperti dipukul, dicubit, didorong dan dijambak. Hal ini korban bisa mengendalikan dirinya dengan cara menggunakan salah satu teori pengendalian diri yaitu pengendalian performa atau tindakan dalam dirinya. Usaha yang dilakukannya seperti melawan karena tidak terima dirinya diperlakukan seperti itu dan itu sudah melewati batas.
- c) Korban menerima *toxic silent* dari pacarnya seperti ketika korban bertengkar dengan pacarnya dan korban tidak mau meladeni pacarnya, sehingga usaha yang dapat dilakukan korban dengan cara menghindar, menjauh, tidak menghubungi pelaku dan memilih untuk berhenti sejenak berkomunikasi dengan pelaku.

Korelasi antara pengendalian diri dengan motif sebab dan motif tujuan *toxic relationship* dalam pacaran terhadap siswa di MAN 2 Pamekasan sangat berkorelasi baik diantaranya sebagai berikut:

- a) Motif sebab (*because motive*) menjelaskan sebab dari pelaku berperilaku *toxic* dalam hubungannya disebabkan hal yang paling banyak dilakukan pelaku yaitu dengan alasan tidak ingin kehilangan pacarnya (korban), sangat *overthinking* dan cemburu yang berlebihan. Hal ini dikaitkan dengan teori pengendalian diri Roy F. Baumeister yang dilakukan korban salah satunya teori pengendalian emosi. Dari sebab itu memunculkan perdebatan antara pelaku dan korban karena pelaku pikirannya sudah posesif terhadap korban sehingga memicu terjadi pertengkaran, akan tetapi korban memilih untuk meredam amarahnya dan mengalah agar tidak ikut-ikutan marah.¹⁵⁸
- b) Motif tujuan (*in order to motive*) menjelaskan dari pelaku berperilaku *toxic* dalam hubungannya, tujuan pelaku yang paling banyak diungkapkan yang terjadi terhadap semua korban yaitu agar korban menjadi penurut, patuh dan korban menjadi takut terhadap pacarnya. Hal ini dikaitkan dengan salah satu teori pengendalian diri Roy F. Baumeister yang dilakukan korban yaitu mengendalikan performa atau tindakannya seperti berpura-pura menuruti kemauan pelaku dan berpura-pura mematuhi perintahnya, dengan begitu

¹⁵⁸ Muh. Mahdi, *Berani Mengambil Keputusan...* hal 38-39

korban bisa lebih leluasa terhadap kegiatan sehari-harinya tanpa merasa sangat tertekan.¹⁵⁹

Dengan temuan penelitian di atas dapat dikatakan bahwa korelasi antara perilaku toxic dalam pacaran terhadap pengendalian diri pada siswa di MAN 2 Pamekasan berkorelasi baik, karena semua korban memiliki dan bisa mengendalikan dirinya terhadap hubungan *toxic* yang mereka jalani sesuai dengan hasil analisis yang digunakan peneliti menggunakan teori pengendalian diri (emosi, pikiran, impuls dan performa) yang dikemukakan oleh Roy F. Baumeister.¹⁶⁰

Korelasinya menurut korban, mereka tidak terlalu merasakan tekanan dan kekangan dari pacarnya karena korban memiliki strategi dalam hubungannya dengan cara berpura-pura mematuhi dan menuruti semua kemauan pacarnya walaupun hubungannya terjebak dalam hubungan yang toxic, korban justru tetap tenang dan santai karena bisa mengendalikan dirinya ketika berhadapan dengan pacarnya, walaupun terkadang korban sempat tidak bisa mengendalikan diri ketika situasinya di desak dan dipaksa oleh pelaku (pacarnya).

Hal ini sesuai dengan buku yang berjudul Berani Mengambil Keputusan Merencanakan Karier Masa Depan yang ditulis sebagai berikut: “pengendalian diri merupakan teori yang dikemukakan oleh Roy. F Baumeister seorang psikologi sosial yang berasal dari Amerika Serikat yang mengatakan bahwa pengendalian diri sebagai upaya individu untuk

¹⁵⁹ Ibid. Hal 38-39

¹⁶⁰ Ibid. Hal 38-39

mengubah pikiran, emosi dan perilaku untuk mencapai kepentingan dalam jangka yang lama. Menurutnya ada empat unsur pengendalian diri yaitu pengendalian emosi, pikiran, impuls dan performa.”¹⁶¹

¹⁶¹ Muh Mahdi, *Berani Mengambil Keputusan...* hal 38-39

