

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Mahasiswa merupakan populasi usia dewasa awal yang tengah mengalami fase perkembangan identitas, pengambilan keputusan, dan pembentukan hubungan interpersonal yang lebih kompleks (Alfaruqy & Sari, 2023). Dalam masa transisi ini, mahasiswa menghadapi berbagai tekanan baik secara akademik maupun sosial, yang turut memengaruhi kualitas kesehatan mental dan emosional mereka. Salah satu bentuk tekanan sosial yang sering diabaikan namun berdampak besar adalah keterlibatan dalam hubungan tidak sehat/*Toxic relationship*. Berdasarkan data tahun 2023 dari Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (Komnas Perempuan), jumlah laporan kekerasan dalam pacaran mencapai 3.528 kasus, dengan 713 di antaranya dilakukan oleh mantan pacar, menandakan tingginya prevalensi *toxic relationship* pada kelompok muda—terutama usia 15–24 tahun (Puspita, 2025). Dengan kata lain, *toxic relationship* banyak terjadi dalam konteks hubungan pacaran, terutama di kalangan remaja dan dewasa awal seperti mahasiswa.

*Toxic relationship* didefinisikan sebagai hubungan interpersonal yang ditandai oleh pola-pola negatif seperti manipulasi, kontrol berlebihan, kekerasan emosional atau verbal, serta dominasi yang merugikan salah satu pihak secara psikologis. Fenomena ini sering kali terjadi pada individu yang sedang menjalin hubungan pacaran, khususnya di usia dewasa awal yang masih dalam tahap pencarian jati diri dan stabilitas emosional (Chi & Dariyo, 2025). Hal ini cukup marak di kalangan mahasiswa, sebagaimana dilaporkan ke Komnas Perempuan dan mitra CATAHU pada tahun 2024 berjumlah

445.502 kasus, naik 43.527 kasus atau sekitar 9,77% dari tahun 2023 (Komnas Perempuan, 2025) Angka tersebut menunjukkan bahwa *toxic relationship* bukanlah masalah kecil, tetapi menjadi isu serius yang dapat merusak kesejahteraan emosional dan prestasi akademik mahasiswa (Qonitah dkk., 2024) Penulis memilih *toxic relationship* sebagai variabel terikat karena tingginya angka kejadian dan konsekuensi psikologisnya yang mendalam pada kelompok usia produktif ini. Urgensi penelitian ini terletak pada perlunya pemahaman mendalam mengenai peran *self-esteem* dalam mencegah keterlibatan mahasiswa dalam *toxic relationship* yang terjadi dalam konteks pacaran, mengingat dampaknya yang serius terhadap kesehatan mental, kepercayaan diri, dan kelangsungan akademik..

Menurut Lubis, *Self-esteem* dipengaruhi oleh beberapa faktor utama seperti kondisi fisik, kelas sosial, jenis kelamin, usia, faktor psikologis, lingkungan keluarga, serta lingkungan sosial. Individu dengan penampilan fisiknya yang dianggap menyimpang dari standar sosial sering kali mengalami penurunan harga diri. Demikian pula, kondisi ekonomi yang sulit dapat membuat seseorang merasa tidak berdaya dan tidak layak untuk dihargai dalam hubungan. Dukungan keluarga dan pengalaman masa kecil juga memiliki pengaruh jangka panjang terhadap pembentukan harga diri. Lingkungan sosial, termasuk pertemanan di kampus dan komunitas, turut membentuk persepsi individu terhadap dirinya (Balgis & Sa'diah, 2024).

Penulis memilih *Self-esteem* sebagai variabel bebas karena banyak penelitian menunjukkan bahwa harga diri adalah indikator utama dalam dinamika hubungan interpersonal. Individu dengan *Self-esteem* rendah sering kali membutuhkan pengakuan dari pasangan dan memiliki rasa takut

yang tinggi untuk kehilangan hubungan, sehingga mereka bertahan dalam hubungan yang menyakitkan. Sebaliknya, seseorang yang memiliki *Self-esteem* tinggi memiliki kontrol diri yang lebih mampu menilai kualitas hubungan secara objektif (Syanti, 2019).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Setianingrum & Kelly, 2023) menunjukkan bahwa ada pengaruh negatif *Self-esteem* terhadap *Toxic relationship*. Semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa, semakin rendah *Toxic relationship*, dan sebaliknya, jika kepercayaan diri mahasiswa rendah, semakin tinggi *Toxic relationship*. *Self-esteem* adalah prediktor yang sangat penting yang mempengaruhi *Toxic relationship* pada mahasiswa. Sebagai seorang individu, memiliki kesadaran bahwa dia layak dan berharga untuk dihargai dapat membantu mencegah hubungan berbahaya (Setianingrum & Kelly, 2023). Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Dhanyswara ditemukan bahwa *Self-esteem* dapat menjadi prediktor terhadap hubungan berbahaya pada dewasa awal yang berpacaran dengan nilai sebesar 15% menuju arah pengaruh yang negative. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat hubungan berbahaya yang didapat oleh dewasa awal yang berpacaran lebih rendah jika mereka memiliki *Self-esteem* yang tinggi (Ady, 2022).

Di Kota Malang, fenomena *Toxic relationship* di kalangan mahasiswa telah menjadi perhatian dalam berbagai penelitian. Misalnya, studi di STAIMA Al-Hikam menunjukkan bahwa mahasiswa dengan harga diri rendah cenderung mengalami hubungan yang tidak sehat, seperti tekanan (Fauziah & Kelly, 2023). Selain itu, penelitian oleh (Aisyah Wulandari & Julaihah, 2024) menemukan bahwa *Toxic relationship* dialami oleh sebagian mahasiswa se-Jabodetabek Raya yang kuliah di Malang, dengan berbagai

bentuk manipulasi dan dominasi emosional (Aisyah Wulandari & Julaihah, 2024). Penelitian di ITSK RSdr. Soepraoen juga melaporkan bahwa dari 130 responden mahasiswa DIII Keperawatan TK III, hampir setengahnya terlibat dalam hubungan berbahaya. Penelitian ini menunjukkan pentingnya membangun kepercayaan dalam kelompok pertemanan, mengelola emosi dan agresi dalam interaksi sosial, serta menampilkan diri secara jujur tanpa kepura-puraan dan pembatasan satu sama lain (Auberta dkk., 2025).

Penelitian ini memiliki perbedaan utama pada subjek serta cakupan lokasi yang lebih luas dibandingkan dengan studi sebelumnya. Jika studi terdahulu umumnya hanya dilakukan pada mahasiswa dari satu kampus atau fakultas psikologi, penelitian ini melibatkan mahasiswa dari berbagai universitas di Kota Malang. Hal ini membuat hasil penelitian lebih mewakili kondisi mahasiswa secara umum di wilayah tersebut. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya meneliti dewasa awal tanpa secara spesifik mengkaji mahasiswa aktif, padahal mahasiswa memiliki dinamika kehidupan sosial yang unik dan kompleks.

Urgensi penelitian ini terletak pada perlunya pemahaman mendalam mengenai peran self-esteem dalam mencegah keterlibatan mahasiswa dalam toxic relationship yang terjadi dalam konteks pacaran, mengingat dampaknya yang serius terhadap kesehatan mental, kepercayaan diri, dan kelangsungan akademik.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi konselor kampus dan praktisi psikologi untuk merancang program intervensi yang lebih tepat sasaran dalam membentuk relasi interpersonal yang sehat di lingkungan perguruan tinggi.

Peneliti juga berharap dapat memberikan kontribusi nyata pada pengembangan ilmu psikologi hubungan dan kesehatan mental mahasiswa

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang ingin penulis ajukan adalah adakah hubungan antara *Self-esteem* dengan *Toxic relationship* pada mahasiswa di Kota Malang?

### **C. Tujuan penelitian**

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Self-esteem* dengan *Toxic relationship* pada mahasiswa Malang

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara *Self-esteem* dengan *Toxic relationship* pada mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat memperkaya kajian dalam bidang psikologi, khususnya dalam aspek hubungan interpersonal dan konsep diri pada mahasiswa.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak kampus, terutama lembaga konseling, dalam merancang program atau layanan pendampingan yang membantu mahasiswa membangun *Self-esteem* yang sehat serta mencegah keterlibatan dalam hubungan yang bersifat toksik.