

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk sosial pasti mempunyai hasrat untuk berinteraksi dengan manusia lain. Pada dasarnya, dari bayi seseorang telah membutuhkan orang lain hingga meninggal manusia masih membutuhkan orang lain.¹ Dalam kehidupan seseorang bukan saja terdapat tahapan dalam hal mental dan sosial saja, akan tetapi terdapat juga tahapan dalam hal pendidikan. Salah satu jenjang pendidikan adalah perkuliahan atau mahasiswa. Siswoyo sebagai mana dikutip dalam dalam Jeanete mengungkapkan mahasiswa merupakan seseorang yang masih mengenyam pendidikan dalam tingkatan perguruan tinggi, baik yang negeri maupun yang swasta ataupun lembaga lainnya yang setara dengan perguruan tinggi.

Mahasiswa cenderung memiliki tingkatan intelektual yang tinggi, kepintaran dan kecermatan disaat melakukan suatu tindakan, pemikiran yang kritis serta mampu bertindak secara cepat dan tepat yang lekat dalam diri

¹ D, Hantono,. & D, Pramitasari, “Aspek Perilaku Manusia Sebagai Makhluk Individu dan Sosial pada Ruang Terbuka Publik”, *Nature: National Academic Journal of Architecture*, Vol. 5 No. 2, 2018, 85.

mahasiswa yang hal tersebut merupakan prinsip saling melengkapi.² Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bawasannya mahasiswa merupakan seseorang yang saat ini menjalani pendidikan lanjutan dalam perguruan tinggi baik negeri maupun swasta atau lembaga setingkat yang dimana mahasiswa diajarkan untuk mampu dalam menganalisis pembelajaran sendiri yang diharapkan dapat membuahkan kecerdasan, kecermatan serta kecepatan dalam mengambil tindakan dan menjadikannya seseorang yang memiliki tingkat intelektual yang tinggi.

Mahasiswa merupakan seseorang yang dalam tahapannya telah menginjak tahapan masa dewasa muda. Ada beberapa tugas yang harus dilakukan oleh seseorang agar dalam kehidupannya kelak tidak mendapati masalah yang berarti. Tugas pada usia dewasa muda memilih pasangan hidup, mencapai peran sosial, bertanggung jawab, kemandirian emosional, membangun rumah tangga dengan pasangan hidup, mengasuh anak dan menjadi warga negara yang baik.³ Sehingga dalam perkembangannya, mahasiswa usia dewasa muda sudah memasuki tahapan dalam pematangan jati diri terutama dalam hal berpasangan atau mencari pasangan hidup untuk memenuhi tugas berumah tangga dan mendapatkan keturunan.

² Jeanete, P & N, Huliselan, "Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa". *Jurnal Psikologi Undip*, Vol 15 No 1, 56.

³ F.A.Putri. "Pentingnya Orang Dewasa muda Menyelesaikan Tugas Perkembangannya". *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, Vol. 3 No. 2, 2019, 40.

Hurlock sebagaimana dikutip dalam Bustan mengungkapkan dewasa merupakan seorang individu yang sudah merampungkan tahapan-tahapan pertumbuhannya dan mampu untuk masuk di dalam kehidupan bermasyarakat bersama orang-orang dewasa yang lain. Pada tahapan dewasa muda ini terjadi saat kisaran umur 18 tahun hingga 40 tahun, pada saat ini telah terdapat perubahan fisik dan psikologis pada seseorang dan berakibat pada meningkatnya kemampuan reproduktif.⁴

Hurlock sebagaimana dikutip dalam Putri mengatakan bahwa ciri-ciri dewasa muda dapat diklasifikasikan menjadi berikut ini: a) Masa dewasa muda merupakan masa reproduktif dimana merupakan puncak kematangannya pada alat-alat reproduksi yang dapat diartikan seorang individu sudah dapat untuk melakukan reproduksi, b) Masa dewasa muda memiliki tingkat masalah yang lebih tinggi daripada sebelumnya sehingga manusia harus pandai dalam menyesuaikan diri, c) Masa dewasa muda juga masa yang memiliki tingkatan cukup tinggi akan ketegangan emosional, hal ini didapatkan dari ketakutan dan kekhawatiran serta dapat diatasi dengan penyesuaian diri sehingga akan mendapatkan penyelesaian dari permasalahan yang dihadapi, d) Masa dewasa muda juga merupakan masa dimana terdapat ketergantungan dan perubahan nilai, ketergantungan ini adalah ketergantungan kepada orang tua. Perubahan

⁴ R, Bustan. "Persepsi Dewasa muda Mengenai Kursus Pranikah". *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Vol. 3 No.1, 2017, 95.

nilai pada masa ini dapat terjadi karena adanya rasa ingin diterima dalam masyarakat.⁵

Pada dasarnya, pada usia dewasa muda individu mulai menjalin sebuah hubungan yang terdapat relasi yang sangat personal dapat disebut juga dengan komitmen untuk memenuhi tugasnya dalam hal pencarian pasangan akan tetapi hal tersebut tidak selalu berjalan dengan indah seperti yang diharapkan.⁶ Sehingga terdapat beberapa kasus atau fenomena yang dimana salah satu pihak dalam hubungan tersebut memiliki rasa tidak nyaman hingga sampai mengalami kekerasan didalam hubungan tersebut, hubungan tersebut disebut dengan *toxic relationship*. *Toxic relationship* dapat pula dikatakan sebagai sebuah hubungan yang tidak saling menguntungkan, dikarenakan terdapat dominasi pada salah satu pihak sehingga pihak yang lain merasa tertekan dan tidak nyaman.⁷ Potensi munculnya *toxic relationship* dikarenakan munculnya emosi negatif yang mengakibatkan adanya perilaku saling menyakiti antara satu sama lain. *Toxic relationship* bisa memberikan dampak negatif berupa rasa tidak Bahagia yang akan menghambat dalam melakukan kehidupan yang produktif, sehat dan Bahagia, hal ini didasarkan pada beberapa masalah atau problem yaitu problem pribadi, gejala batin, social dan hubungan percintaan.

⁵Putri, "Pentingnya Orang Dewasa muda". 43.

⁶ Y, Jahja, "*Psikologi perkembangan*". (Jakarta : Kencana, 2012) 32.

⁷ Wulandari, Resty; Yunindyawati, Lidya, Eva. "Fenomena Toxic Relationship dalam Pacaran pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya". *Thesis*. 2021, Sriwijaya University, 34

Solferino dan Tessitore sebagaimana dikutip dalam Syafira mengungkapkan hubungan *toxic relationship* adalah hubungan yang didalamnya ada perilaku yang beracun yang dimana hal tersebut dilakukan oleh seorang individu yang terlibat dalam sebuah hubungan, perilaku memiliki dampak dari segi emosi bahkan dari segi fisik pada pasangannya.⁸ *The American Psychological Association* sebagaimana dikutip dalam Nihayah mengatakan kekerasan yang terdapat di dalam hubungan beerpacaran merupakan tindak penganiayaan yang dilakukan secara fisik atau mental yang memiliki tujuan untuk mendapatkan otoritas atau control.⁹

Menurut J.A. McGruder di dalam bukunya *Cutting Your Losses From a Bad or Toxic Relationship* sebagaimana dikutip dalam Syafira *toxic relationship* merupakan sebuah peristiwa dimana terdapat perilaku secara emosional yang dialmpiasikan oleh seorang individu terhadap pasangannya yang bahkan perilaku ini bisa melukai pasangannya secara fisik.¹⁰ Sehingga dari pernyataan para ahli di atas bisa kita ambil kesimpulan bahwa *toxic relationship* merupakan suatu tindakan kekerasan dalam sebuah hubungan antara sepasang individu, yang tidak kekerasannya dapat berupa penganiayaan terhadap fisik

⁸ A, Syafira, , D, C, H, Surwati, "Representasi Toxic Relationship dalam Film (Analisis Semiotika Representasi Toxic Relationship dalam "Film Story of Kale: When Someone's in Love" Karya Angga Dwimas Sasongko)", *Jurnal Komunikasi Masa*, Vol. 1 No.2, 2021, 12

⁹ U, Nihayah, P, A, V, Winata, & Yulianti, "Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental". *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan*, 5(2), 2021, 55.

¹⁰ A, Syafira, , D, C, H, Surwati, "Representasi Toxic Relationship dalam Film (Analisis Semiotika Representasi Toxic Relationship dalam "Film Story of Kale: When Someone's in Love" Karya Angga Dwimas Sasongko)", 15

maupun mental. Serta tujuan dari tindak kekerasan tersebut seperti mengendalikan atau mengatur pasangan untuk memperoleh sebuah kontrol dan mempertahankan kekuatan. Hal ini berakibat pada kesehatan serta terhambatnya produktivitas individu.

Toxic relationship memiliki ciri-ciri yang diungkapkan oleh Gale. J Tartakovysy dikutip dari buku Abu Sayed Zhahiduzzaman oleh Huda yang berupa: (1) Emosional yang berpengaruh pada orang lain dan lingkungan, (2) Tidak menghormati kata “TIDAK”, (3) Tidak memperdulikan nilai-nilai dalam diri orang lain, (4) Ada perasaan dikendalikan. *toxic relationship* memiliki dua bentuk yaitu kekerasan verbal dan non-verbal yaitu kekerasan verbal yang berupa bentakan atau pembicaraan dengan nada tinggi atau rendah yang memiliki tujuan untuk menghancurkan karakter.¹¹ Sedangkan kekerasan non-verbal atau fisik berupa perilaku memukul, menendang dan lain lain yang berakibat cedera dan seksual yang berupa pemerkosaan.¹²

Kasus kekerasan terhadap perempuan di Indonesia yang tercatat dalam komnas perempuan pada tahun 2020 sebesar 299.991 kasus. Dimana data tersebut didapatkan dari Pengadilan Agama sebesar 291.677 kasus, Lembaga Layanan Mitra Komnas Perempuan berjumlah 8.234 kasus, Unit Pelayanan

¹¹ N. K. I, Huda, “Penerapan Konseling Kelompok dalam Memutuskan *Toxic Relationshi* pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur”, *Doctoral dissertation*, IAIN Padangsidimpuan, 2021,20

¹² R. T. R. Ningsih “Konsep Rebt dalam Menangani *Toxic Relationship* Remaja Perempuan”, *Doctoral dissertation*, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2022.,37

Rujukan yang merupakan unit pengaduan langsung korban sebanyak 2.389 kasus dengan adanya pengaduan 2.134 kasus merupakan kasus yang berbasis gender serta 255 kasus tidak berbasis gender atau dapat diartikan sebagai pemberian informasi. Didasarkan pada data yang telah dikumpulkan dari Lembaga layanan atau formulir dengan pendataan dari Komnas Perempuan terdapat sebanyak 8.234 kasus kekerasan terhadap perempuan yang paling banyak pada kasus pribadi atau privat dimana kasus KDRT dan relasi personal berjumlah 79% atau 6.480 kasus yang dibagi menjadi kekerasan terhadap istri sebanyak 3.221 kasus atau 49% kemudian kekerasan dalam berpacaran 1.309 kasus atau 20% kemudian kekerasan pada anak perempuan sebanyak 954 kasus atau 14% serta kasus yang lainnya merupakan kasus kekerasan oleh mantan suami, mantan pacar serta terhadap pekerja rumah tangga.¹³

Dalalam berita atau artikel yang dipublikasikan oleh SINDONEWS.com pada hari Minggu 5 Desember 2021 pukul 13:04 WIB dengan judul “Kisah pertemuan Bripda Randy Bagus dan Novia Widyasari Hingga Berakhir Bunuh Diri” telah diketahui bawasannya Randy adalah kekasih hati Novia Widyasari seorang gadis yang ditemukan tewas di makam ayahnya. Awal mula dari hubungan mereka bermula dari perkenalan dalam sebuah acara di malang pada tahun 2019 kemudian mereka melanjutkan hubungan asmara dalam tahapan berpacaran. Berdasarkan pada introgasi pada Rendy keduanya memuali

¹³ Catahu2021: “Catatan Tahunan Kekerasan Terhadap Perempuan Tahun 2020”, Jakarta, 2021, 1

hubungan intim sejak 2020 hingga 2021. Dalam hubungan tersebut Novia pernah hamil hingga 2 kali dan selama 2 kali itu pun randy tidak mau bertanggung jawab dan meminta untuk menggugurkan kandungannya. Namun niatnya tidak mendapat respon positif dari Novia, Novia di minta dua kali menggugurkan kandungannya pada maret 2020 dan Agustus 2021.¹⁴

Dalam hal ini *toxic relationship* sangat merugikan salah satu pihak karena hal ini dapat mengakibatkan terganggunya kesehatan fisik, maupun psikis dari pihak korban dikarenakan perilaku- perilaku “beracun” yang dilakukan oleh salah satu pasangan.¹⁵ *Toxic relationship* memiliki tujuan untuk mendapatkan dominasi dari pasangan yaitu dengan cara menciptakan rasa takut pada pasangan, hal ini lah yang menjadikan hubungan memburuk dan membuat kondisi psikis korban menjadi terganggu.¹⁶ Ketika seseorang terjebak dalam hubungan *toxic relationship* harus segera memutuskan hubungan tersebut karena hubungan tersebut memiliki dampak yang sangat buruk untuk dirinya.

Seperti fenomena yang terjadi pada mahasiswa di IAIN Kediri, dimana IAIN Kediri yang merupakan institusi pendidikan yang berbasis pada agama dan syariat islam dalam pembelajarannya sehingga terdapat larangan berpacaran

¹⁴ Hakim Lukman, “Kisah pertemuan Bripda Randy Bagus dan Novia Widyasari Hingga Berakhir Bunuh Diri”, *Sindo news*, <https://daerah.sindonews.com/newsread/619113/704/kisah-pertemuan-bripda-randy-dan-novia-widyasari-hingga-berakhir-bunuh-diri-1638681151> 2021 diakses pukul 19:09, Jumat 29 Juni 2022

¹⁵ R, Wulandari, Y, Yunindyawati, & E, Lidya, “Fenomena Toxic Relationship Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya”, *Doctoral Dissertation*, Sriwijaya University, 2021, 25.

¹⁶ U, Nihayah, P, V, A, Winata, & T, Yulianti, “Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental”. 57.

didalamnya akan tetapi hal tersebut juga tidak luput dari kasus *toxic relationship*. Pada fenomena yang terjadi di lingkungan IAIN Kediri tidak sedikit mahasiswa yang memiliki hubungan pacaran. Namun, dalam penelitian lapangan yang dilakukan oleh peneliti melalui metode wawancara, terdapat beberapa mahasiswa yang terjerat dalam *toxic relationship*. Dari hasil wawancara didapatkan kasus bahwa salah satu pihak cenderung membatasi kebebasan dalam hal brinteraksi terutama dengan lawan jenis.¹⁷ Juga terdapat kasus di mana terdapat penurunan dalam hal akademik atau pembelajaran dikarenakan adanya pengekan dalam belajar, membaca buku dan mencari buku.¹⁸ Kemudian juga terdapat kasus yang didalamnya terdapat penganiayaan secara fisik yang berupa pemukulan hingga meninggalkan bekas memar dalam tubuh korban, hal ini pelaku lakukan dikarenakan cemburu karena korban melakukan kontak dalam hal belajar bersama dengan laki-laki lain. Selain itu juga terdapat juga kekerasan verbal berupa umpatan, kata-kata kotor untuk mengatai seperti “Lonte” yang dilakukan di depan umum.¹⁹ Kemudian juga terdapat kasus di mana pasangannya ingin kembali berhubungan dengan korban tetapi korban menolak sehingga pelaku meneror korban dengan menyebarkan foto *syur* mereka. Ancaman-ancaman yang sering dilontarkan oleh pelaku inilah yang membuat korban merasa emosionalnya tidak baik.

¹⁷ YN, Korban, Kediri, 20 Fenruari 2023

¹⁸ AF, Korban, Kediri, 17 Februari 2023

¹⁹ RN, Korban, Tulung Agung, 19 Februari 2023

Mahasiswa dewasa muda yang terjebak dalam *toxic relationship* akan mengalami kondisi emosional tidak baik. Tentu korban dan pelaku memiliki perbedaan gambaran emosional dan cara mengelola emosi tersebut. Sehingga upaya untuk menjelaskan gambaran emosi tersebut dengan mengetahui bentuk regulasi emosi dari subjek penelitian. Dari wawancara dengan narasumber didapati bahwa semakin tinggi tekanan atau semakin lama *toxic relationship* semakin tinggi pula tingkatan regulasi emosi. Hal ini menjadikan semakin baik pula kemampuan dalam mengelola emosi dan mengekspresikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Regulasi emosi merupakan kemampuan seorang dalam mengelola serta mengekspresikan emosi dan perasaan pada kehidupan sehari-hari, regulasi emosi merupakan kesempurnaan keseimbangan emosional seseorang dalam hal sikap dan perilaku.²⁰ Gross, mengatakan bahwa regulasi emosi adalah suatu cara dari seorang individu dalam mempengaruhi emosi yang mereka miliki, waktu mereka merasakannya serta bagaimana mereka mengalami dan mengungkapkan emosi tersebut.²¹ Sehingga dapat disimpulkan bawasanya regulasi emosi merupakan kemampuan seorang individu dalam mengelola emosi dan mengekspresikan emosi secara baik dalam lingkungan sekitar dan pada individu lainnya.

²⁰ L. E, Widuri, "Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama". *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 9 No.2, 2012, 23

²¹ S., Ratnasari, & J, Suleeman, "Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki di Perguruan Tinggi". *Jurnal Psikologi Sosial*, Vol. 15 No.1, 2017, 14

Dari hal tersebut, peneliti sangat tertarik untuk mengangkat judul ini dikarenakan terdapat fenomena mengenai “Regulasi Emosi Mahasiswa yang Pernah Terlibat *Toxic Relationship* (Studi Kasus Pada Mahasiswa IAIN Kediri)”. Dalam penelitian ini, peneliti tertarik untuk mengambil sampel di IAIN Kediri dikarenakan IAIN Kediri yang merupakan institusi pendidikan berbasis islam yang dimana dalam metode pembelajarannya menggunakan syariat-syariat yang ada di dalam agama Islam. Dimana dalam agama Islam terdapat larangan untuk berhubungan dengan lawan jenis sebelum memasuki dunia pernikahan (berpacaran). Sesuai dengan QS. Al- Isra’ ayat 32 yang berarti “Dan janganlah kamu mendekati zina, (zina) itu sungguh suatu perbuatan yang keji, dan suatu jalan yang buruk”.²² sehingga hal ini menjadikan penelitian ini lebih unik dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, dikarenakan menggabungkan agama Islam dengan larangannya yang dimana terdapat adanya larangan dari agama Islam yang dilanggar oleh individu yan terutama dilakukan oleh mahasiswa dari institusi pendidikan berbasis. Dengan adanya *toxic relationship* ini dapat memunculkan regulasi emosi dimana mereka mampu mengekspresikan emosi dalam kehidupannya. Dalam beberapa kasus korban dapat mengelola emosinya dengan baik saat hubungan tersebut berlangsung hingga tidak terjadi pengakhiran hubugan dikarenakan baiknya regulasi emosi pada korban. Oleh sebab, itu peneliti ingin mengupas lebih

²² QS. Al- Isra’:32

dalam mengenai regulasi emosi mahasiswa yang pernah terlibat *toxic relationship*.

B. Fokus Penelitian

Dari latar belakang yang telah dijelaskan dalam penelitian ini, dapat diambil rumusan permasalahan yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana regulasi emosi mahasiswa IAIN Kediri usia dewasa muda yang pernah terlibat dalam *toxic relationship*?
2. Apa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi mahasiswa IAIN Kediri usia dewasa muda yang pernah mengalami *toxic relationship*?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui regulasi emosi mahasiswa IAIN Kediri usia dewasa muda yang pernah terlibat dalam *toxic relationship*?
2. Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi regulasi emosi mahasiswa IAIN Kediri usia dewasa muda yang pernah terlibat *toxic relationship*

D. Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis:

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi, terutama memberikan informasi, data- data dan analisis dari penelitian-penelitian sebelumnya mengenai regulasi emosi mahasiswa usia dewasa muda yang pernah terlibat terhadap *toxic relationship*, serta dapat bisa menambah pengetahuan dalam ilmu psikologi terutama psikologi klinis.

2. Manfaat praktis:

a. Bagi Kampus

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan regulasi emosi pada mahasiswa dan mengurangi *toxic relationship* dikalangan mahasiswa IAIN Kediri

b. Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data yang dipergunakan untuk tabahan dalam penelitian selanjutnya terutama dalam hal regulasi emosi dan *toxic relationship*.

c. Bagi Pembaca

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan edukasi mengenai *relationship* yang baik dan buruk. Selain itu untuk

memberikan gambaran mengenai regulasi emosi dalam menghadapi *toxic relationship*, serta untuk memberikan pengetahuan bahwa hubungan *toxic relationship* tidak baik untuk tetap dilanjutkan lagi karena memiliki dampak yang sangat buruk untuk individu.

E. Definisi Istilah

1. Regulasi Emosi : Dalam penelitian ini, peneliti mendefinisikan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan seorang individu dalam mengelola emosi dan mengekspresikan emosi secara baik dalam lingkungan sekitar dan pada individu lainnya.
2. Mahasiswa : Dalam penelitian ini, peneliti mendefinisikan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang saat ini menjalani pendidikan lanjutan dalam perguruan tinggi baik negeri maupun swasta atau lembaga setingkat yang dimana mahasiswa diajarkan untuk mampu dalam menganalisis pembelajaran sendiri yang diharapkan dapat membuahkan kecerdasan, kecermatan serta kecepatan dalam mengambil tindakan dan menjadikannya seseorang yang memiliki tingkat intelektual yang tinggi.
3. Usia dewasa muda : Dalam penelitian ini, peneliti mendefinisikan bahwa dewasa muda adalah masa pergantian antara masa remaja dengan masa dewasa. Yang dimana memiliki rentan usia 18 tahun sampai 40 tahun. Secara

tahapannya usia dewasa muda memiliki tugas –tugas perkembangan yang harus diselesaikan.

4. *Toxic relationship* : Dalam penelitian ini, peneliti mendefinisikan bahwa *toxic relationship* merupakan suatu tindakan kekerasan dalam sebuah hubungan antara sepasang individu, yang tindak kekerasannya dapat berupa penganiayaan terhadap fisik maupun mental.

F. Penelitian Terdahulu

1. Peneliti Alifia Fernanda Putri yang berjudul “Pentingnya Orang Dewasa muda Menyelesaikan Tugas Perkembangannya”, dimuat dalam *Indonesian Journal of School Counseling*, pada tahun 2019. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masa dewasa muda adalah masa tertinggi dari perkembangan seseorang yang merupakan masa transisi dari masa remaja yang penuh dengan kesenangan dalam hidup. Pada masa dewasa muda ini setiap individu pasti akan menemukan permasalahan hidup dan harus segera diselesaikan atau diatasi dengan baik. Tugas- tugas pada masa dewasa muda adalah pemilihan partner, pencapaian peran sosial, tanggung jawab, kemandirian secara emosional, belajar dalam kehidupan rumah tangga, mengasuh anak dan menjadi warga negara yang baik dan bertanggung jawab. Adapun jika terdapat masalah dalam dewasa muda guru BK atau konselor memiliki peran yang sangat penting dengan peran untuk bisa

mengarahkan klien pada peningkatan kemampuan perkembangan individu untuk bisa mencapai tugas perkembangannya yang baik. Dengan tercapainya tugas perkembangan diharapkan hidup klient atau individu bisa Bahagia serta tidak mengalami hambatan dalam melaksanakan tugas perkembangan selanjutnya.²³ Persamaan dari jurnal tersebut dengan penelitiann yang akan dilakukan adalah pembahasan dewasa muda dan tahapannya. Selain itu, memiliki persamaan dalam metode kualitatif serta teknik pengumpulan data. Perbedaanya terdapat dalam subjek penelitian yang berbeda dalam penelitian yag akan dilakukan dan konteks tema penelitian yang berbeda.

2. Penelitian Dewi Inra Yuni, Hasniar A Radde, Ariez Gunawan Hz, yang berjudul “Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat *toxic relationship*”, dalam *Jurnal Psikologi*, pada taun 2021. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa ada perbedan dari komponen cinta didasarkan pada tingkatan dari *toxic relationship*. Dari analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa komponen keintiman ada perbedaan tingkat *toxic relationship*, sedangkan untuk komponen passion tidak memiliki perbedaan tingkat *toxic relationship*, dan untuk komponen komitmen juga terdapat perbedan tingkat *toxic relationship*. Komponen keintiman dan komitmen memiliki perbedaan tingkat *toxic relationship* karena korban dari hubungan ini mencintai pasangannya dengan cara yang berbeda-beda, bukan melihat dari kekerasan

²³ A, F, Putri. “Pentingnya Orang Dewasa muda Menyelesaikan Tugas Perkembangannya”, *Indonesian Journal of School Counseling*, Vol 3 no 2, 2019, 8.

apa yang sudah dialami oleh korban. Selain itu pada komponen passion pada diri korban terlihat jarang mengakui disaat mereka diperlakukan seperti itu merasakan bahwa dirinyadalah sebagai korban, disebabkan oleh individu yang juga ada kalanya juga menginginkan hasrat disentuh, dipinggang, dan dicium. Hal ini bersumber pada analisis penelitian oleh penulis dengan subjek sebanyak 458 responden dan terpilih 277 responden yang terjalin *toxic relationship*.²⁴ Dalam penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang tahapan *toxic relationship* serta bentuk kekerasan yang terdapat dalam hubungan tersebut. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan kualitatif.

3. Penelitian Very julianto, Rara A Cahyani, Shinta Sukmawati, Eka Saputra Restu Aji, yang berjudul “Hubungan Antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan Pada Orang Yang Mengalami *toxic relationship* Dengan Kesehatan Mental”, dimuat dalam *Jurnal Psikologi Intergratif*, pada tahun 2020. Penelitian ini menjelaskan bahwa harga diri dan harapan berhubungan secara baik dan signifikan bersama kebahagiaan. Dengan demiki perasaan Bahagia pada diri seseorang akan mengalami peningkatan tinggi apabila insividu tersebut memiliki harga diri dan harapan yang tinggi. Akan tetapi saat mengalami *toxic relationship* harga diri dan harapan akan

²⁴ A. H., Radde, & H. A., Gunawan, “Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic Relationship”. *Jurnal Psikologi Karakter*, Vol. 1 No. 1, 2021, 11.

cenderung menurun yang membuat tingkat kebahagiaan yang dirasakan menjadi lebih rendah. Hal ini diambil dari hasil korelasi yang menunjukkan jumlah sampel 49 dengan hasil signifikansi atau Sig.(2-tailed) sebesar 0,003; 0,000 dan 0,004. Ketiga angka tersebut memiliki nilai yang lebih kecil dari 0,05 atau 0,01, artinya ketiga variable menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antar variable. ²⁵ Penelitian di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu mengenai *toxic relationship* yang akan menghambat kebahagiaan dari seorang individu. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian di atas menggunakan teknik penelitiannya yang berbentuk kuantitatif dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik penelitian kuantitatif.

4. Penelitian Puspita Megawati, Zainul Anwar, Alifa Nabilah Masturah. Yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Kekerasan Dalam Berpacaran Pada Mahasiswa”, *dimuat dalam Ejournal umm*, pada tahun 2019. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dalam kekerasan dalam berpacaran yang dapat disimpulkan bawasanya semakin meningkatnya regulasi emosi maka semakin tinggi juga perilaku kekerasan di dalam berpacaran dan juga sebaliknya dalam hal berpacaran. Dalam uji beda dihasilkan bawasanya regulasi emosi pada

²⁵ V. Julianto, R. A. Cahayani, Sukmawati, S., & Aji, E. S. R, “Hubungan Antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis”. *Jurnal Psikologi Integratif*, Vol. 8 No.1, 2021, 21

mahasiswa pria dan wanita yakni sama sementara itu dalam hasil kekerasan dalam berpacaran dihasilkan pria dan wanita tidak terdapat perbedaan.²⁶ Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama dalam pembahasan perilaku kekerasan yang akan berpengaruh terhadap regulasi emosi terhadap diri seseorang. Sedangkan perbedaannya dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif

5. Penelitian Shinantya Ratnasari dan Julia Suleeman, yang berjudul “Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki di Perguruan Tinggi”, dimuat dalam *Jurnal Psikologi Sosial*, pada tahun 2017. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan di dalam dimensi *cognitive reappraisal* diantara pria dengan wanita, juga dapat diambil kesimpulan bawasannya dimensi *expressive suppression* terdapat perbedaan antara pria dengan wanita sehingga keseluruhan dalam regulasi emosi terdapat perbedaan antarapria dengan wanita.²⁷ Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah persamaan mengenai dimensi regulasi emosi pada mahasiswa. Sedangkan perbedaanyaterdapat dalam teknik penelitian yang dimana dalam penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik kualitatif

²⁶ P. Megawati, Z. Anwar, & N. A. Masturah, “Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Kekerasan dalam Berpacaran pada Mahasiswa”. *Cognicia*, Vol. 7 No.2, 2019, 12

²⁷ S. Ratnasari, & J. Suleeman, “Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki”, 18