

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan pada bab-bab diatas, peneliti mendapatkan kesimpulan bahwa bentuk gaya komunikasi *gaslighting* yang terjadi dalam relasi berpacaran mahasiswa pecinta alam di Kediri Raya dan faktor yang menyebabkan terjadinya *gaslighting* dalam relasi berpacaran mahasiswa pecinta alam di Kediri Raya adalah sebagai berikut:

1. Bentuk gaya komunikasi *gaslighting* yang terjadi dalam relasi berpacaran mahasiswa pecinta alam di Kediri Raya

Gaya komunikasi yang digunakan pelaku untuk memberikan *gaslighting* kepada korban terdapat dua gaya komunikasi. Pertama, gaya komunikasi agresif yang ditandai dengan pelaku yang mencoba untuk mengontrol, mengintimidasi, memutarbalikkan fakta, dan membuat korban bingung atas persepsinya sendiri. Hal tersebut sesuai dengan karakteristik individu yang menggunakan gaya komunikasi agresif dari tiga gaya komunikasi secara umum oleh Heffner yang diklasifikasikan berdasarkan karya Mc-Callister. Kedua, gaya komunikasi pasif-agresif yang memiliki dua tampilan berbeda pada permukaan dan dalamnya. Pada tampilan di permukaan pelaku cenderung terlihat baik-baik saja bahkan sering menebar senyum dan tutur kata yang halus. Padahal didalamnya individu tersebut merupakan seseorang yang agresif. Pada individu dengan gaya komunikasi pasif-agresif mampu menunjukkan bagian palsu untuk menutupi jati dirinya yang agresif, hal itu digunakan supaya korban terjebak.

2. Faktor yang menyebabkan terjadinya *gaslighting* dalam relasi berpacaran mahasiswa pecinta alam di Kediri Raya

Gaya komunikasi *gaslighting* diartikan sebagai gaya komunikasi yang digunakan oleh pelaku *gaslighting* untuk menyerang korbannya, tentu saja hal tersebut memiliki alasan masing-masing. Seperti pada hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti telah mendapatkan hasil mengenai faktor yang melatarbelakangi terjadinya *gaslighting* yang dialami oleh relasi berpacaran mahasiswa pecinta alam di Kediri Raya. Diantaranya adalah faktor *gaslighting* sebagai tindakan balasan ke pasangan, *gaslighting* yang dilakukan oleh pelaku untuk membalas apa yang telah diperbuat oleh pasangannya. Jika dalam suatu hubungan ada yang berselingkuh maka akan berdampak pada emosional pasangannya. Rasa sakit hati yang mendasari informan melakukan *gaslighting* kepada pasangan. Sama halnya dengan pelaku yang mencoba untuk mengontrol korban, korban yang sadar akan haknya melawan akan membalas dengan manipulasi pasangan yang serupa.

Faktor berikutnya adalah *gaslighting* sebagai bentuk kekecewaan kepada pasangan. Pelaku yang memiliki persepsi bahwa korban memiliki kesalahan menjadi alasan munculnya *gaslighting*. Seperti yang dituturkan informan mengenai persepsi bahwa pasangannya belum sepenuhnya terbuka satu sama lain. Dari situ pelaku mencoba untuk mengintimidasi korban agar korban mau memenuhi atau menjawab hal yang dituduhkan oleh pelaku. Padahal tuduhan tersebut berasal dari informan yang kurang percaya terhadap pasangannya yang menurut informan sebagai pelaku hal tersebut membuat dirinya kecewa dan marah. Kurangnya memahami satu sama lain juga dapat dijadikan pemicu pelaku memberikan *gaslighting* ke pasangannya.

3. Dampak *gaslighting* terhadap pelaku dan korban

Mengenai dampak yang ditimbulkan oleh seseorang yang memanipulasi korbannya dapat memunculkan efek yang cukup serius. Hal tersebut dapat bergantung pada kondisi mental individu itu sendiri. Pada individu yang terkesan pasif maka mereka akan lebih mudah untuk masuk ke perangkap pelaku *gaslighting*. Individu dengan tipe ini tidak memiliki keberanian yang cukup untuk mengungkapkan atau merespon situasi yang menurutnya menjengkelkan. Lebih dalam lagi dampaknya bisa sampai memberikan orang lain untuk melanggar hak-haknya. Maka dari itu seringkali korban *gaslighting* ini menerima kontrol dari orang lain dan mengintimidasi secara tidak langsung.

Peneliti telah mendapatkan data dari hasil observasi bersama informan mengenai dampak *gaslighting* bagi relasi maupun bagi kedua belah pihak yang disimpulkan sebagai berikut:

- a) Berkurangnya tingkat kepercayaan diri seseorang
- b) Berkurangnya kepercayaan pada pasangan
- c) Berkurangnya relasi yang sudah terjalin karena batasan yang diberikan oleh pasangan
- d) Menimbulkan trauma
- e) Hilangnya harga diri
- f) Evaluasi diri pada pelaku dan korban *gaslighting*
- g) Ketakutan menjalin relasi berpacaran di masa mendatang
- h) Relasi menjadi mudah retak
- i) Komunikasi memburuk
- j) Muncul kepuasan karena merasa mampu mengendalikan pasangan

B. Saran

- a. Sebaiknya jangan ragu untuk bercerita atau meminta tolong kepada orang lain jika hubungan terlihat tidak baik-baik saja.
- b. Ketika berada dalam hubungan biasanya tidak sadar ketika dimanipulasi, hal itu dipengaruhi oleh adanya emosional kepada pasangan, emosionalnya dapat berupa kagum, perasaan sayang, dan cinta.
- c. Sebaiknya jangan menyalahkan diri sendiri atas *gaslighting* yang diberikan oleh seseorang, kesalahan terletak pada pelakunya yang tidak bisa bijak dalam menanggapi.
- d. Setiap orang bisa saja menjadi pelaku *gaslighting*, seharusnya milikilah prinsip untuk saling tidak menyakiti sesama manusia.
- e. Sebaiknya ciptakan batasan dan kesepakatan bersama dalam hubungan agar lebih kondusif ketika berada dalam situasi yang menyulitkan antara kedua belah pihak.