

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Curahan Hati *Online*

Media sosial yaitu sebuah media *online* sebagai sarana pergaulan sosial secara *online* di internet. Di dalam media sosial semua orang bisa saling berkomunikasi, berbagi, berinteraksi dan berbagai kegiatan lainnya. Media sosial merupakan teknologi yang berbasis aplikasi dan website yang dapat mengubah suatu informasi dalam bentuk dialog interaktif dan praktis. Ada beberapa contoh media sosial yang banyak digunakan seperti *Telegram, Youtube, WhatsApp, Instagram, Twitter* dan lain-lain. Di era digital yang semakin maju ini, media sosial tidak hanya digunakan sebagai bentuk media untuk berkomunikasi saja. Orang menggunakannya sebagai wadah untuk sarana curhat, baik itu secara publik maupun privat.<sup>1</sup>

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi telah memberikan kemudahan dan kesejahteraan hidup manusia. Namun keberadaannya seperti pisau bermata dua, satu sisi memiliki manfaat positif dan di sisi lain juga memiliki efek negatif bila digunakan secara berlebihan dan tidak sesuai dengan tuntunan Islam.<sup>2</sup> Curhat atau curahan hati adalah kondisi di mana seseorang berusaha untuk menceritakan suatu hal kepada orang lain yang dianggap dekat dan biasanya hal yang diceritakan terkait masalah pasangan,

---

<sup>1</sup> Ben Thiodanu, Wulan Purnama Sari, Fenomena Curhat *Online* pada @Cerminlelaki di Instagram, *Jurnal Al-Ta'dib*, 2019, Vol. 3, No. 2, hal.436

<sup>2</sup> Syifa Hamama, Nanik Ngatikoh, Hukum Curhat di Media Sosial Perspektif Etika Berumah Tangga Dalam Islam, *Jurnal As Syar'e*, 2022, Vol. 1, No. 1, hal.16

pekerjaan, keluarga ataupun masalah yang lain. Seiring dengan perkembangan teknologi banyak masyarakat memanfaatkan *platform* media sosial untuk mencurahkan isi hatinya. Fenomena curhat melalui media sosial seperti grup telegram seakan-akan menjadi hal yang biasa untuk dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku tersebut menunjukkan bahwa seseorang tidak segan untuk menceritakan masalah pribadinya di media sosial.<sup>3</sup>

Tempat curahan hati *online* tentang *toxic Relationship* dalam media sosial merupakan bentuk diskusi atau sharing tentang hubungan yang memiliki karakteristik kekerasan emosional, fisik, ekonomi dan seksual. Kurangnya akses untuk berbicara dengan orang lain secara fisik atau keterbatasan untuk meminta bantuan membuat orang memilih untuk berbicara tentang masalah mereka melalui media *online*. Curahan hati *online* ini memberi mereka kesempatan untuk berbicara tentang perasaan dan pikiran mereka tanpa stigma dan rasa takut. Curhat ini akan memberikan ruang bagi individu untuk membagikan pengalaman dan memperoleh dukungan dari orang lain yang mengalami hal yang sama.

---

<sup>3</sup> Dewa Gde Ary Wicaksana, dkk.,. Perlindungan Konsumen “Curhat *Online*” dalam Platform Media Sosial, *Jurnal Magister Hukum Udayana*, 2021, Vol. 10 No. 3, hal. 644-645

## **B. *Toxic Relationship***

### **1. Pengertian *Toxic Relationship***

Hubungan beracun itu sendiri adalah hubungan yang tidak sehat yang dapat muncul dalam berbagai latar, seperti hubungan persahabatan, hubungan percintaan, atau hubungan keluarga. Hubungan yang tidak sehat berpotensi membahayakan kesehatan mental orang-orang yang terlibat di dalamnya. Berdasarkan pengertian dan tanda-tanda hubungan *toxic* menurut Solferino, Tessitore, J.A. Mc Gruder dan Riani maka dapat dikatakan bahwa tanda terjadinya hubungan beracun yaitu: adanya kekerasan, adanya ketidak jujuran, adanya sikap posesif dan kelebihan, adanya sikap manipulatif, tidak adanya bentuk dukungan, adanya perasaan emosi dan agresif, serta sulit menjadi diri sendiri. Namun banyak yang tidak begitu memahami bentuk *toxic Relationship* dalam hubungan. Akibatnya, mereka tidak dapat mengenali bahwa mereka terlibat dalam hubungan yang beracun. Mereka menganggap bahwa *toxic* yang mereka terima dalam hubungan merupakan bentuk perhatian dan kasih sayang dari pasangannya.<sup>4</sup>

Orang *toxic* adalah seseorang yang berusaha menghancurkan anda. Dia merampas harga diri dan martabat anda serta meracuni esensi diri anda. Dia mengurangi daya tahan anda sehingga dapat membuat anda sakit mental dan fisik. Orang *toxic* tidak mendukung kehidupan

---

<sup>4</sup> Adelwys Bioka Layla Syafira, Representasi Toxic..., hal. 1-30

anda. Dia hanya melihat sisi negatif di dalam diri anda. Dia selalu cemburu dan iri. Juga, tidak senang melihat anda berhasil. Dia menjadi bermusuhan setiap kali anda melakukan sesuatu dengan baik. Dia muncul dalam berbagai bentuk dan ukuran. Dia juga mengekspresikan diri dengan cara yang berbeda. Siapapun bisa menjadi orang yang beracun. Hubungan *toxic Relationship* bukan sifat dari laki-laki atau perempuan. Tosisitas adalah perilaku yang dipelajari dan tidak terkait dengan gender. Artinya, kepribadian beracun tidak spesifik gender. Laki-laki atau perempuan bisa menjadi orang yang *toxic*. Banyak korban kekerasan yang tidak menyadari bahwa kekerasan bermula dengan adanya tanda peringatan dan potensi kekerasan fisik.

Hubungan yang *toxic* memiliki kekuatan untuk mengendalikan emosi dan membuat anda merasa sangat tinggi dan sangat rendah. Ini sering terjadi ketika salah satu atau kedua belah pihak menunjukkan tanda-tanda perilaku manipulatif, yang mungkin berasal dari pengalaman sebelumnya, hubungan masa lalu atau trauma. Sulit untuk seseorang menentukan apakah hubungannya beracun karena perilaku buruk sering terjadi. Bertahan di dalam hubungan yang beracun dapat menyebabkan lebih banyak kerusakan. Memang selalu ada orang yang terus menerus berusaha untuk mempertahankan hubungan yang *toxic* akibatnya dia lelah dan kecewa. Anda tidak perlu menjadi korban hanya karena tidak tahu cara menangani orang-orang yang beracun. Anda tidak boleh menjadi target verbal mereka. Ketika belajar bagaimana

melepaskan beban dan rasa sakit hati, maka hal-hal baik akan terjadi. Dengan membuang hubungan yang *toxic* maka anda tidak akan menjadi korban lagi.

Hubungan yang sehat terdiri atas sikap saling menghormati. Orang-orang yang *toxic* selalu merasa tahu hal-hal yang terbaik untuk anda. Namun, orang-orang yang tidak beracun akan mendorong anda untuk tumbuh dan menjadi diri sendiri tanpa memperlakukan anda. Jika mereka melakukan hal yang salah, maka mereka akan mengakuinya. Jika anda melakukan kesalahan, maka mereka tidak akan membebani anda. Pelecehan emosional adalah salah satu tanda pertama dari hubungan yang *toxic*.<sup>5</sup>

Psikolog dari Universitas Indonesia Rose Mini Agoes Salim menyebutkan istilah *toxic* sebenarnya belum masuk sebagai istilah psikologi. Namun, ini menjadi populer karena kerap digunakan atau dilebelkan oleh orang atas hubungan tidak sehat yang mereka jalani. *Toxic* merupakan istilah lain dari *Codependent Relationship* artinya tidak memiliki identitas, minat, atau nilai pribadi di luar hubungan yang sedang mereka jalani. Hubungan di mana satu orang lebih banyak memberi dari pada menerima. Tidak bisa mengambil keputusan sendiri dan terlalu bergantung pada pasangan mereka.

---

<sup>5</sup> Tony Ibrahim, *Book Of Toxic Relationship* (Yogyakarta: Bright Publisher, 2021), hal. 3

## 2. *Toxic Relationship* dalam Islam

Hubungan dan interaksi antar manusia dalam pandangan Islam adalah sebuah fitrah, bahkan dalam al-Qur'an dijelaskan dalam Surah Al-Hujuraat ayat 13:<sup>6</sup>

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ  
لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: “Wahai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsaberbangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal”.

Dari ayat tersebut sejatinya memberikan pelajaran tentang penciptaan suku bangsa dan manusia yang berbeda-beda agar saling mengenal, maka dalam proses saling mengenal ini sering sekali terjadi konflik di antara mereka. Pada hubungan yang lebih dekat misal dalam keluarga, rumah tangga hingga hubungan antara dua orang yang pasang surut karena berbagai keadaan yang mereka hadapi.

*Toxic Relationship* dalam pandangan Islam berarti hubungan yang tidak harmonis karena salah satu pihak didzalimi. Ini banyak sekali terjadi dalam kehidupan sehari-hari, jika ditarik pada istilah ini maka banyak digunakan untuk hubungan antar keluarga dan antar personal semisal suami istri, pasangan atau sebatas pertemanan. Islam

---

<sup>6</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Surabaya: CV. Alfatih Berkah Cipta, 2012), hal. 456

memandang bahwa *toxic Relationship* adalah semua hubungan yang tidak dilandasi oleh keimanan kepada Allah Ta'ala.<sup>7</sup>

Hubungan yang terjalin hanya karena kebutuhan dunia, karena kekayaan, kecantikan dan kegagahan, bisnis, dan hubungan lainnya yang ujung-ujungnya adalah keduniaan. Sebagian kita mungkin pernah mengalami hal ini, atau mungkin ada yang sedang mengalaminya, di mana hubungan dengan seseorang hanya dilandasi oleh kepentingan dunia dan hawa nafsu saja. Akibatnya adalah kita tersiksa dengan segala perilakunya, selalu dikontrol, susah untuk menjadi diri sendiri dan selalu disalahkan olehnya.

Hubungan beracun ini tidak boleh dibiarkan, ia harus diselesaikan sesegera mungkin, apalagi jika hubungan tersebut dilarang oleh Islam maka memutuskan hubungan menjadi hal yang wajib untuk dilakukan.<sup>8</sup> Misalnya seseorang yang mempunyai hubungan dengan orang lain yang tidak sehat, dia selalu dikekang walaupun sebenarnya dia sayang dengan orang tersebut. Tapi baik secara etika apalagi agama ternyata hubungan tersebut justru dilarang oleh agama maka segeralah untuk memutuskannya. Sangat sulit sekali untuk melepaskan dan memutuskan hubungan dengan orang yang kita kasihi, walaupun dia selalu menyakiti kita, mengontrol, cemburu buta, dan intinya menjadi kita sejatinya tersiksa dengan hubungan ini.

---

<sup>7</sup> Abd. Misno, *Toxic Relationship: Islamic Perspective* (Bogor: Barometernews, 2021), hal. 74

<sup>8</sup> *Ibid.*, 76

Perilaku yang tidak menyenangkan tidak dibenarkan karena sebagai manusia tidak sepatasnya untuk mengolok-ngolok orang lain dan berkata kasar atau mencela. Seperti yang terdapat pada Q.S Al-Hujurat [49]:11.<sup>9</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ  
وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا  
تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ  
هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.”

Menurut Hamka dalam tafsiran Al-Azhar menjelaskan sebagai manusia tidak dibenarkan untuk mengolok-olok menghina orang lain baik perempuan maupun laki-laki. Tidak dibenarkan pula untuk mencari-cari kesalahan orang lain, dan lupa dengan kesalahan yang ada pada dirinya sendiri. Perilaku *toxic Relationship* juga terdapat dalam bentuk psikis *abuse* di mana salah satu bentuk perilaku ditunjukkan dengan menghina atau mencela orang lain atau berperilaku *manipulative*. Mencela dan memberikan kata-kata kasar atau merendahkan orang lain dapat memberikan kerugian dan menimbulkan rasa sakit. Untuk itu

<sup>9</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Surabaya: CV. Alfatih Berkah Cipta, 2012), hal. 463



perbuatann menyakiti orang lain dengan mencela, merendakan atau mencari kesalahan oran lain sebaiknya dihindari.<sup>10</sup>

Maka, diawali dengan keyakinan terhadap agama, menimbang hubungan ini dengan agama apakah memang diridhai-Nya atau malah mendatangkan murka. Bisa juga hubungan ini membuat kita semakin tersiksa dan semakin menjauhkan diri dari jalan Allah ta'ala. Jika hal ini terjadi maka segera putus hubungan tersebut, bisa secara langsung atau secara perlahan, sesuai dengan kemampuan dan kepribadian kita. Tapi ujungnya adalah pustus hubungan karena hanya akan membawa kepada dosa dan kesalahan atau kesengsaraan di dunia dan akhirat sana.

Upaya untuk memutuskan kemudian melupakan orang yang memiliki hubungan beracun dengan kita haruslah dilakukan secara perlahan dan memang membutuhkan waktu yang cukup lama. Sebenarnya tergantung pada kepribadian kita, jika kita ikhlas melepaskannya dan menjadikan masa lalu tanpa perlu menoleh lagi ke belakang maka akan mudah. Tentu saja harus diiringi dengan doa kepada-Nya agar hal ini selalu dalam naungan syariah-Nya. Faktor eksternal semisal orang dekat, keluarga atau orang yang kita percaya bisa membantu mempercepat baiknya keadaan. Dukungan mereka menjadi energi untuk kita agar selalu menjadi yang lebih baik.

### **3. Ciri-ciri *toxic Relationship***

Disebut hubungan yang *toxic* jika memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

---

<sup>10</sup> Hamka, B., *Tafsir Al-Azhar* (In Pustaka Pajimas, 1982), hal. 214

1. Hubungan satu atau kedua orang menderita lebih banyak dari pada kegembiraan dan kesenangan bersama.
2. Hubungan ketika seseorang lebih terbebani, tetapi tetap berusaha mempertahankan hubungan.
3. Hubungan yang menyebabkan lebih banyak ketidakpuasan dari pada kebahagiaan.
4. Hubungan yang dalam beberapa saat kebahagiaan cepat berlalu.
5. Hubungan yang membungkam atau mengabaikan hal-hal yang naluriah.
6. Hubungan yang sangat menyakiti dan membuat salah satu pihak merasa sedih.
7. Hubungan yang menggunakan mekanisme seperti rasa bersalah, sarkasme, dan ejekan untuk memanipulasi, merusak kepercayaan diri dan kemampuan untuk membuat keputusan.
8. Hubungan yang menghilangkan autentikasi diri sendiri.<sup>11</sup>

#### **4. Bentuk-Bentuk *Toxic Relationship***

*Toxic Relationship* adalah sebuah hubungan kalau dilihat dari luarnya terlihat seperti hubungan yang sehat (*health Relationship*) akan tetapi berbeda dengan apa yang ada didalamnya. Hubungan ini akan sulit untuk dideteksi karena korban biasanya mengansumsikan bahwa tindakan pasangan adalah bentuk kasih sayangnya. Ada beberapa tanda dari hubungan *toxic Relationship* adalah frustrasi, ketidakbahagiaan,

---

<sup>11</sup> Tony Ibrahim, *Book Of Toxic Relationship* (Yogyakarta: Bright Publisher, 2021), hal.14

kemarahan dan gangguan yang dilakukan oleh pasangannya. Menurut Pattiradjawane & Wiyono ada beberapa bentuk *toxic Relationship* di antaranya yaitu:<sup>12</sup>

#### 1. Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik adalah suatu tindakan seseorang yang mengakibatkan korban mengalami luka pada bagian tubuhnya baik itu luka berat maupun ringan. Ada beberapa macam bentuk dari kekerasan fisik diantaranya yaitu, mencekik, menampar, mendorong, memukul ataupun menganiaya pasangan yang dapat melukai dan menimbulkan bekas fisik terhadap pasangannya.<sup>13</sup>

#### 2. Kekerasan emosional

Kekerasan emosional adalah salah satu kekerasan yang dapat menyerang seseorang secara mental dan kejiwaan di mana seseorang berusaha untuk mengontrol perasaan dan kemauan orang lain dengan cara mempermalukan, mengancam, mencela, memaki, mengintimidasi, memanipulasi, menjelek-jelekkkan sehingga dapat menimbulkan rasa takut pada korban dan hilangnya rasa percaya diri hingga korban dapat menjadi patuh kepadanya.

Beberapa korban kekerasan emosional sering tidak sadar karena seseorang menyerang secara mental bentuk kekerasan yang di alami pun tidak memiliki bukti nyata secara fisik, akan tetapi bila

---

<sup>12</sup> Adelwys Bioka Layla Syafira, Representasi Toxic Relationship Dalam Film, *Jurnalkommas.Com*, n.d., hal. 2

<sup>13</sup> Intan Permata Sari, Kekerasan Dalam Hubungan Pacaran di Kalangan Mahasiswa, *Jurnal Dimensia : Sosiologi Universitas Indonesia*, 2018, Vol. 7 No. 1, hal. 70

di biarkan begitu saja akan berdampak buruk pada kondisi mental dan kejiwaan seseorang. Kekerasan emosional secara tidak langsung akan membuat korban merasa terpuruk dan bahkan akan membuat korban mengalami trauma serta kecemasan yang berlebih.

### 3. Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual adalah kekerasan di mana korban dipaksa untuk melakukan hubungan seksual yang bersifat merendahkan, menyakiti yang menyebabkan korban memiliki luka pada bagian tubuhnya. Bisa digolongkan dalam kekerasan seksual apabila korban merasakan penderitaan atas apa yang telah ia dapatkan. Ada beberapa bentuk kekerasan seksual antara lain melecehkan korban secara seksual meraba, mencium atau menyentuh korban walaupun hal tersebut sudah dilarang dan memaksakan berhubungan seksual dengan mengancam dan menganiyaya korban jika korban tidak mengikuti permintaannya.<sup>14</sup>

### 4. Kekerasan Ekonomi

---

<sup>14</sup> Nurwindawati, Hubungan Antara Konflik Dengan Perilaku Kekerasan Dalam Hubungan Pacaran Pada Remaja Di Samarinda, *Jurnal : BSR*, 2021, Vol. 2, No. 2, hal. 747

Kekerasan ekonomi adalah bentuk kekerasan di mana korban mengalami kerugian ekonomi karena pasangannya secara sengaja memanfaatkan atau memeras individu tersebut.

## **5. Faktor Penyebab *Toxic Relationship***

Faktor penyebab terjadinya *toxic Relationship* dalam berpacaran terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal diantaranya:

### **1. Faktor individu**

Faktor individu yang menyebabkan terjadinya kekerasan dalam pacaran adalah rendahnya pengendalian diri pelaku ketika menghadapi masalah, sehingga memudahkannya untuk melakukan tindakan kekerasan saat menghadapi masalah. Faktor individu ini juga berasal dari, masa lalu mereka, pelaku pernah menjadi korban kekerasan atau terbiasa dengan perilaku kekerasan di masa kecil.

### **2. Faktor lingkungan**

Faktor lingkungan merupakan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kekerasan. Seperti pengalaman pola asuh orang tua dalam keluarga, pengaruh teman sebaya, konsumsi NAZA dapat mengganggu pikiran dan perilaku seseorang sehingga dapat mengganggu pikiran dan perilaku seseorang.<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> Devi Sri Wahyuni, Dkk., Analisis Faktor Penyebab Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia, *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 2020, Vol. 10, No. 2, hal. 926

### C. Pacaran

Menurut Miller dan Clark, pacaran merupakan proses penjajakan, penyelidikan, dan pengukuran kemungkinan untuk berkomitmen dengan seseorang, namun pacaran bisa saja sekedar sebuah proses hubungan yang dilakukan tanpa banyak pikir tentang masa depan dari hubungan tersebut.<sup>16</sup>

Pacaran merupakan sebuah proses pengenalan antara laki-laki dan perempuan, yang kadang kala bisa diteruskan ke jenjang pernikahan atau hanya sekedar untuk meluapkan keinginan emosionalnya saja, didasari oleh rasa cinta dan kasih sayang. Menurut Knight, pacaran adalah persatuan antara dua orang yang memiliki jenis kelamin yang berbeda dan memiliki ketertarikan satu sama lain.<sup>17</sup>

Pacaran adalah sebuah proses saling mengenal antara dua orang yang berada dalam tahap mencari kecocokan terhadap lawan jenis untuk menuju ke jenjang lebih tinggi yaitu pernikahan atau berkeluarga. Pacaran juga disebut sebagai hubungan oleh dua orang dengan tujuan saling memberikan dukungan, saling membangun, saling mencintai terhadap pasangannya agar dapat tercipta rasa terlindungi dan merasa dihargai oleh pasangannya. Akan tetapi hanya beberapa orang dapat merasakan indahnnya hubungan berpacaran, tidak sedikit dari mereka mengalami kekerasan dalam suatu hubungan yaitu salah satunya hubungan dalam pacaran, di

---

<sup>16</sup> NU *Online*, tentang Hukum dan Etika Pacaran Dalam Islam, <https://islam.nu.or.id/post/read/50536/hukum-dan-etika-pacaran-dalam-islam> Diakses pada 20 juli 2022.

<sup>17</sup> Yoga Kinaryoaji T., *Konsep dan Kebutuhan Berpacaran Remaja Awal di Yogyakarta* (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2017), hal 18.

mana pasangan sangat domain atau terlalu membatasi atau mengekang pasangannya sendiri, akibat dari kekangan tersebut bisa timbul kekerasan dalam pacaran. Murray mengatakan bahwa bentuk-kekerasan kekerasan dalam pacaran berupa *physical abuse*, *emotional abuse*, *sexual abuse*, kekerasan dalam pacaran ialah usaha untuk mempertahankan kekuasaan dan kontrol terhadap pasangannya atau dalam istilah populer dengan sebutan *toxic Relationship*.<sup>18</sup> Pacaran pada remaja dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu sebagai berikut:

a. Pacaran sehat

Pacaran sehat adalah pacaran yang dilakukan remaja untuk saling memberikan semangat dan motivasi sehingga diantara pasangan mendapatkan manfaat dari pacaran sehat. Pacaran yang sehat memiliki tujuan sehat secara fisik, emosional, sosial dan seksual. Pacaran yang tidak sehat menyebabkan kerusakan fisik, mudah terjerumus ke perzinaan dan bersikap munafik karena sering menutupi keadaan yang sebenarnya.

b. Pacaran tidak sehat

Pacaran yang tidak sehat adalah pacaran yang sering berduaduaan yang dapat diidentikkan dengan *kissing*, *necking*, *petting*, *intercourse* kegiatan yang beresiko yang mengarah pada perilaku seksual pranikah sebagai pembuktian cinta pada pasangan lawan

---

<sup>18</sup> Dewi Inra Yani, dkk., Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic relationship, *Jurnal Psikologi Karakter: Universitas Bosowa*, 2021, Vol. 1 No. 1, hal 39

jenisnya. Pacaran yang tidak sehat cenderung banyak terjadinya kontak fisik secara berlebihan mulai dari raba-raba, cium, peluk dan akan berakhir dengan melakukan hubungan seksual.<sup>19</sup>

Ada beberapa penelitian terkini yang relevan dengan tema tentang hubungan pacaran ternyata banyak yang menemukan dan membahas terkait dampak buruk dari pacaran. Yang banyak ditemukan adalah tindakan kekerasan dalam pacaran, selain tindakan kekerasan ada beberapa penelitian yang membuktikan banyaknya dampak negatif dalam hubungan pacaran, yaitu bentuk perilaku pacaran yang menyimpang seperti berpelukan, berciuman dan bersentuhan secara seksual. Ada yang mengatakan bahwa keluarga, kelompok bermain dan media massa adalah salah satu faktor yang menyebabkan perilaku pacaran yang menyimpang, maka dari itu nilai-nilai religiusitas seseorang sangat penting untuk menjadi pengontrol agar menghindari perilaku hubungan pacaran yang menyimpang.

Saling memahami dan mengenal sifat pasangan adalah usaha bagi setiap seseorang untuk menjalin sebuah hubungan pacaran, maka dari itu hubungan pacaran juga berperan sebagai masa-masa membuat sebuah komitmen dengan pasangannya. Namun pada kenyataannya, tindakan kekerasan sering terjadi pada remaja yang berpacaran. Berdasarkan Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) hubungan pacaran yang terjadi di Indonesia semakin berani dan terbuka. Menurut

---

<sup>19</sup> Anitsnaini Sirojammuniro, Analisis Pola Perilaku Pacaran Pada Remaja, *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 2020, Vol.1, No.2, hal. 125-126



survei hubungan pacaran remaja mulai melakukan kontak fisik dengan pasangannya seperti berpegangan tangan, berpelukan, berciuman, meraba dan merangsang lawan jenisnya.

Pacaran adalah satu hal yang alamiah yang terjadi pada setiap manusia. Seiring dengan bertambahnya usia dan kedewasaan seseorang mengharapkan akan lebih pintar dalam mengambil sebuah keputusan dalam hubungan pacaran. Ada begitu besar dan berat terhadap dampak negatif dalam pacaran seseorang akan mengalami sebuah level stress dan berpotensi depresi yang tinggi. Ketika seseorang sudah berada dalam hubungan berpacaran yang menyakiti atau terdapat unsur kekerasan maka akan semakin sulit seseorang itu untuk memaafkan pasangannya ataupun membuka hati untuk yang lainnya karena efek trauma yang didapatnya. Hal ini sudah menunjukkan bahwa dampak negatif dalam pacaran bukan hal yang sederhana yang nantinya akan mendapatkan dampak yang begitu serius pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis seseorang.<sup>20</sup>

Fenomena pacaran pada anak muda seperti menjadi hal yang wajar terjadi. Kata pacaran sudah tidak asing lagi di telinga karena *saking* seringnya mendengar kata tersebut yang menggambarkan tentang hubungan antara laki-laki dan perempuan. Islam telah mengatur hubungan antara laki-laki dan perempuan, jika hubungan pacaran tersebut dilakukan dengan cara berkencan dengan pasangan untuk berzina, atau hanya sekedar bersuka-suka

---

<sup>20</sup> Risma Santika, dkk., Eksplorasi Alasan Seseorang Berpacaran pada Emerging Adulthood, *Jurnal Psikologi Perseptual: Universitas Jendral Achmad Yani*, 2021, Vol.6 No. 2, hal 103-104

untuk memuaskan hawa nafsunya saja maka hal ini dilarang oleh agama Islam, berdasarkan firman Allah SWT, sebagai berikut:<sup>21</sup>

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّيْنَىٰ ۖ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

Artinya “Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk” (QS. Al-Isra’ (17): 32)

Ayat tersebut telah jelas mengenai larangan Allah dalam mendekati zina apalagi berzina. Salah satu peluang yang dekat dari perbuatan zina adalah pacaran, jika yang dimaksud pacaran adalah pengenalan atau menjajaki kemungkinan yang bertujuan untuk menjalin hubungan pernikahan dalam momentum khitbah/melamar, maka ini diperbolehkan karena sesuai dengan anjuran Rasulullah SAW<sup>22</sup> yang tercermin dalam hadis riwayat Abdullah Ibnu Mas’ud dalam hadits Sunan Nasa’i yang berbunyi:<sup>23</sup>

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ( يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ ! مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ ، وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ ؛ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ ) مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ

Artinya : “Dari Abdullah ibnu Mas’ud r.a berkata : Rasulullah SAW. Bersabda kepada kami: wahai generasi muda, barangsiapa diantara kamu yang telah mampu berkeluarga hendaknya ia menikah, karena dapat menjaga pandangan dan memelihara kemaluan. Barangsiapa yang belum mampu hendaknya ia berpuasa, sebab puasa sebagai pengekang hawa nafsu”.

<sup>21</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Surabaya: CV. Alfatih Berkah Cipta, 2012), hal. 287.

<sup>22</sup> NU Online, “Hukum dan Etika Pacaran Dalam Islam”, <https://islam.nu.or.id/post/read/50536/hukum-dan-etika-pacaran-dalam-islam> , Diakses 18 Oktober 2023

<sup>23</sup> Imam As-Suyuti, *Sunan Nasa’i* (Qahirah: Darus Islam, 1999), hal. 369

Hadis tersebut memerintahkan kepada para pemuda yang mampu untuk segera menikah. Mampu di sini diartikan sebagai mampu menanggung beban pernikahan atau mampu menafkahi, namun jika belum mampu menanggung beban pernikahan, maka hendaknya pemuda tersebut berpuasa, maksudnya menahan diri dari hawa nafsu agar tidak terjerumus kedalam perzinahan. Pacaran seakan-akan menjadi hal yang wajar jika berpacaran dengan berkencan dan berdua-duaan.

#### **D. Komunikasi Virtual**

Komunikasi virtual adalah komunikasi di mana proses penyampaian dan penerima pesan dengan menggunakan *cyberspace* atau ruang maya yang bersifat interaktif. Bentuk-bentuk komunikasi virtual sangat di minati setiap orang dan dapat ditemukan di mana saja serta kapan saja. Salah satu bentuk komunikasi virtual adalah pengguna internet. Internet adalah media komunikasi yang cukup efektif dan efisien dengan menyediakan layanan fasilitas seperti *web, chatting, email, facebook, whatsapp, instagram, line, twitter, telegram* dan masih banyak lagi. Begitu banyak fasilitas yang ditawarkan dalam dunia maya untuk melakukan komunikasi dan keberadaannya semakin memudahkan komunikasi jarak jauh.

Komunikasi virtual membuat manusia menyukai pola komunikasi yang menggunakan media dari pada pola komunikasi tradisional yaitu tatap muka. Komunikasi virtual merupakan salah satu bagian dari inovasi-inovasi dari perkembangan media baru (*new media*). Media baru ini merupakan

berkembangan dari adanya media lama.<sup>24</sup> Konsep dasar komunikasi virtual merupakan salah satu aspek yang paling penting dalam teori komunikasi melalui jejaring internet. Ada beberapa konsep dasar yang menjadi bagian dari komunikasi virtual diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Dunia maya

Dunia maya pertama kali diperkenalkan oleh William Gibson yang menyebutkan bahwa dunia maya adalah realita yang terhubung secara global, didukung oleh komputer, multidimensi, artifisial, atau virtual.

2. Komunitas maya

Saat ini internet bukan hanya sebagai wadah untuk saluran komunikasi modern tapi juga sebagai tempat berkumpulnya para kelompok-kelompok sosial. Komunitas maya adalah komunitas yang lebih banyak muncul di dunia komunikasi elektronik dari pada dunia nyata. Ruang *chatting* email, instagram, telegram dan kelompok-kelompok diskusi via elektronik adalah contoh baru tempat-tempat yang dapat dipakai oleh komunitas untuk saling berkomunikasi.

3. Interaktivitas

Interaktivitas adalah salah satu fitur media baru yang mendapat tempat khusus di internet. Interaktivitas dipakai minimal dalam dua makna berbeda. Orang-orang dengan latar belakang ilmu komputer.

---

<sup>24</sup> Rusito, *Teknologi Internet, Dasar Internet, Internet of Things (IOT) dan Bahasa HTML* (Yayasan Prima Agus Teknik, 2021)

Sedangkan, para sarjana komunikasi cenderung berpikir bahwa interaktivitas merupakan komunikasi antara dua manusia.

#### 4. *Hypertext*

Salah satu fitur yang paling istimewa dalam *world wide web* (www) adalah pemakaian *hyperlink*, yaitu spot-spot pada halaman web yang dapat di klik oleh pengguna untuk berpindah ke spot lain baik dalam dokumen yang sama, dalam *website* yang sama, maupun dalam situs lain pada internet.

#### 5. Multimedia

Multimedia adalah sebuah sistem komputer yang menawarkan perpaduan teks, grafik, suara, video, dan animasi. Selain itu multimedia juga memerlukan alat bantu (*tools*) dan koneksi (*link*) sehingga pengguna dapat melakukan navigasi, berinteraksi, berkarya dan berkomunikasi karena adanya fasilitas *hypertext* juga didalamnya.<sup>25</sup>

### **E. Teori CMC (*Computer Mediated Communication*)**

Teori CMC ini digunakan untuk memperjelas suatu masalah yang akan diteliti dan membantu peneliti dalam melakukan penelitiannya. Teori yang relevan dengan permasalahan penelitian mampu memecahkan permasalahan tersebut secara jelas, sistematis dan terarah. Teori CMC menurut **John December (1997)**:

“CMC adalah proses komunikasi manusia melalui media digital, melibatkan orang-orang, berada dalam konteks tertentu, terlibat dalam proses membentuk media untuk berbagai keperluan.”

---

<sup>25</sup> Anastasia Yuni Widyaningrum, *Kajian tentang Komunitas Virtual: Kesempatan dan Tantangan Kajian di Bidang Ilmu Komunikasi*, Komunikatif: Jurnal Ilmu Komunikasi, 2021, Vol.10 No.2

Teori CMC ini mempunyai dua tipe, yang dapat ditentukan dari jenis komunikasi yang terjadi, yaitu *synchronous communication* dan *asynchronous communication*. *Synchronous communication* adalah komunikasi yang terjadi apabila seseorang berinteraksi secara *real-time*, dan berperan sebagai pengirim sekaligus penerima. Contohnya pada panggilan telepon atau *online chat*. Sedangkan dengan *asynchronous communication* yaitu komunikasi yang interaksinya tertunda dan harus bergantian menjadi pengirim dan penerima. Contohnya surat menyurat melalui email.

CMC memiliki dua aspek yang membedakannya dengan komunikasi tatap muka, yaitu isyarat verbal dan waktu yang lebih panjang. Komunikasi tatap muka yang menggunakan simbol-simbol verbal (melalui bahasa) dan simbol-simbol nonverbal (melalui gestur tubuh). Sedangkan CMC menggunakan sistem isyarat yang ada dalam aplikasi komputer, misalnya melalui *emoticon* (berupa karakter teks yang mewakili ekspresi manusia dalam dunia maya). Komunikasi yang terjadi dalam teori ini cenderung lebih lama dari komunikasi tatap muka. Komunikator dalam CMC tidak dapat langsung memahami maksud pesan yang disampaikan karena terbatas dengan karakter yang ada di komputer.<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Sri Hadijah Arnus., *COMPUTER MEDIATED COMMUNICATION (CMC)*, POLA BARU BERKOMUNIKASI, *Al-Munzir*, 2015, Vol.8, No.2, hal 278-280