

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA, KAJIAN TEORI & HIPOTESIS

#### 2.1 Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan proses pengumpulan dan penyajian informasi yang relevan dari sumber-sumber yang terkait dengan topik penelitian supaya peneliti untuk menemukan perbandingan, inspirasi dan inovasi baru untuk penelitian berikutnya. Namun, penelitian sebelumnya dapat membantu peneliti untuk menentukan fenomena yang penelitian tersebut lakukan. Maka, peneliti membuat daftar hasil penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dibuat ada saling kaitannya dan kemudian meringkas hasil penelitian yang dipublish ataupun tidak dipublish. Berikut adalah penelitian terdahulu dengan topik yang peneliti kaji.

**Tabel 2.1 Tinjauan Pustaka**

No	Penulis, Judul Jurnal, Nama Jurnal, Tahun, ISSN, DOI	Metode Penelitian	Tujuan dan Hasil Pembahasan
1	Inggit Amithasari dan Husnul Khotimah. "Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Harga Diri Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran".  Jurnal Psikologi Tabularasa. Vol. 16 No. 2, Tahun 2021.	Menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan sampel pada penelitian ini berjumlah 100 perempuan korban kekerasan dalam pacaran.	Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami bagaimana pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap harga diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran.  Hasil: Berdasarkan hasil dari penelitian ini yaitu pada

	<p>P-ISSN: 1693-7007  E-ISSN: 2541-013x.  DOI :  <a href="https://doi.org/10.26905/jpt.v16i2.7699">https://doi.org/10.26905/jpt.v16i2.7699</a></p>	<p>perempuan korban kekerasan dalam pacaran didapatkan hasil bahwa harga diri yang dimiliki korban tergolong rendah yaitu sebanyak 98 orang (98%), golongan sedang sebanyak 2 orang (2%), sedangkan tidak ada hasil untuk golongan tinggi. Sedangkan hasil dari dukungan sosial keluarga dengan kategori golongan rendah sebanyak 88 orang (88%), kategori golongan sedang sebanyak 12 orang (12%), dan tidak ada yang termasuk dalam golongan tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa harga diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran berada pada kategori rendah dan dukungan sosial keluarga juga pada kategori yang rendah sehingga Hipotesis mengungkapkan bahwa ada pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap</p>
--	--	---

			harga diri korban yang diterima.
<p><b>Perbedaan:</b></p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Inggit Amithasari dan Husnul Khotimah dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut berfokus pada seberapa pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap perempuan korban kekerasan pacaran. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu berfokus pada seberapa pengaruh dukungan instrumental terhadap korban yang dimiliki korban <i>toxic relationship</i>.</p> <p><b>Persamaan:</b></p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Inggit Amithasari dan Husnul Khotimah yaitu sama-sama berfokus pada korban dalam pacaran.</p> <p>Link Jurnal: <a href="https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/7699">https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/7699</a></p>			
2	<p>Ainul Mardiah, Dwi Puspita Satriana, dan Elida Syahriati.</p> <p>“Peranan Dukungan Sosial Dalam Mencegah Kekerasan Dalam Pacaran: Studi Korelasi Pada Remaja Di Jakarta”.</p> <p>Jurnal Psikologi Ulayat. Vol. 4, No. 1, Tahun 2017.</p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 400 responden</p>	<p><b>Tujuan:</b></p> <p>Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran mengenai hubungan antara dukungan sosial (keluarga, teman dan orang terdekat) terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran pada remaja</p> <p><b>Hasil:</b></p> <p>Hasil penelitian ini yaitu bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam mencegah tindak</p>

		<p>kekerasan pada remaja di Jakarta. Namun tidak dengan dukungan sosial dan significant others. Karena besarnya pengaruh dukungan dari keluarga terutama orangtua anak dalam membangun interaksi dengan lawan jenis yang lebih sehat dan konstruktif. Lebih lanjut, dukungan dari sebaya juga tidak berkorelasi dengan KDP mungkin dikarenakan kurangnya kelekatan di antara mereka, sehingga dukungan dari keluarga yang sangat berkorelasi terhadap kecenderungan remaja untuk melakukan maupun menjadi korban perilaku kekerasan dalam berpacaran.</p>
<p>Perbedaan:</p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Ainul Mardiah, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut membahas dukungan sosial dalam mencegah kekerasan dalam pacaran pada remaja di Jakarta. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu fokus dukungan instrumental terhadap kesehatan mental remaja yang pacaran.</p>		

Persamaan:

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Ainul Mardiah, dkk yaitu sama-sama berfokus remaja yang mengalami pacaran.

Link Jurnal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/3371>

3	<p>Very Julianto, Rara A. Cahayani, Shinta Sukmawati dan Eka Saputra Restu Aji. “Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis”.</p> <p>Jurnal Psikologi Integratif. Vol. 8, No. 1, Tahun 2020.</p> <p>DOI: <a href="https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016">https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016</a></p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah kuantitatif korelasional sampel berjumlah 49 orang.</p>	<p>Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami <i>toxic relationship</i> dengan kesehatan psikologis.</p> <p>Hasil: Hasil pada penelitian ini yaitu menunjukkan harga diri dan harapan memiliki pengaruh terhadap tingkat kebahagiaan seseorang. Maka, kebahagiaan seseorang akan tinggi ketika seseorang memiliki harga diri dan harapan yang tinggi serta saat mengalami <i>toxic relationship</i> harga diri dan harapan seseorang akan menurun dengan</p>
---	--	---	---

			tingkat kebahagiaan yang dirasakan akan rendah.
<p>Perbedaan:</p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Very Julianto, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut hubungan harapan dan harga diri pada orang yang mengalami <i>toxic relationship</i>. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pengaruh dukungan instrumental terhadap kesehatan mental korban <i>toxic relationship</i>.</p> <p>Persamaan:</p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Very Julianto, dkk yaitu sama-sama berfokus pada untuk <i>toxic relationship</i></p> <p>Link Jurnal: <a href="https://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/2016">https://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/2016</a></p>			
4	<p>Witri Azkia, Desy Safitri, dan Saipiatuddin. "Toxic Relationship Dalam Pacaran Pada Mahasiswa FIS Universitas Negeri Jakarta"</p> <p>WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora. Vol. 2, No. 2, Tahun 2024.</p> <p>P-ISSN: :3032-5293 E-ISSN: 3032-2413</p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah menggunakan kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dengan 63 sampel.</p>	<p>Tujuan:</p> <p>Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui <i>toxic relationship</i> dalam pacaran yang terjadi pada mahasiswa FIS Universitas Negeri Jakarta.</p> <p>Hasil:</p> <p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa <i>toxic relationship</i> dalam pacaran pada mahasiswa FIS Universitas Negeri Jakarta yang paling</p>

	<p>DOI:  <a href="https://doi.org/10.62383/wissen.v2i2.109">https://doi.org/10.62383/wissen.v2i2.109</a></p>	<p>dominan adalah perilaku posesif berupa memantau dan mengawasi setiap langkah pasangan, tidak mempercayai, atau sering mencurigai pasangannya sebagai bentuk cemburu berlebihan. Sikap tersebut mencerminkan kurangnya kepercayaan, memiliki kontrol yang berlebihan terhadap pasangan menghasilkan lingkungan yang tidak sehat, di mana salah satu pihak merasa terikat dan terkekang oleh keinginan yang tidak wajar dari pasangan.</p>
<p>Perbedaan:  Terdapat perbedaan antara penelitian Witri Azkia, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut membahas <i>toxic relationship</i> pada mahasiswa di UNJ. Sedangkan penelitian saya yaitu <i>toxic relationship</i> pada remaja di komunitas.</p> <p>Persamaan:  Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Witri Azkia, dkk yaitu sama-sama berfokus pada <i>toxic relationship</i> yang berpacaran.</p> <p>Link Jurnal: <a href="https://journal.appisi.or.id/index.php/wissen/article/view/109">https://journal.appisi.or.id/index.php/wissen/article/view/109</a></p>		

5	<p>Dendra Oldi Als, Dodi Pasila Putra, Alfi Rahmi, dan M. Arif. “Pengaruh Konseling Individual Terhadap Kesehatan Mental Remaja Akhir Pasca Putus Cinta Di Nagari Lambah Sianok Kecamatan Ampek Koto Kabupaten Agam”.</p> <p>Jurnal Pendidikan dan Konselin. Vol. 5, No. 2, Tahun 2023.</p> <p>E-ISSN: 2685-936X P-ISSN: 2685-9351 DOI: <a href="https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.12746">https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.12746</a></p>	<p>Menggunakan metode penelitian eksperimen model <i>One Group Pretest Posttest Design</i>. Populasi adalah remaja akhir usia 18-21 tahun.</p>	<p>Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling individual terhadap kesehatan mental pasca putus cinta pada remaja akhir di Nagari Lambah Sianok Kecamatan Ampek Koto Kabupaten Agam dengan pendekatan konseling individual.</p> <p>Hasil: Hasil penelitian ini yaitu teknik analisis data menggunakan uji Wiloxon dengan menunjukkan nilai z terdapat -4.009 dengan nilai sig. p-value <math>0,005 &lt; \alpha = 0,05</math>. Maka, <math>H_0</math> diterima dan <math>H_1</math> ditolak. Sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara kesehatan mental remaja akhir pasca putus cinta dan sesudah putus cinta.</p>
<p>Perbedaan: Terdapat perbedaan antara penelitian Dendra Oldi Als, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut membahas Pengaruh</p>			



konseling individual terhadap kesehatan mental remaja akhir pasca putus cinta. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu Pengaruh dukungan instrumental terhadap kesehatan mental remaja korban *toxic relationship*.

Persamaan:

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Dendra Oldi Alsa, dkk yaitu sama-sama berfokus pada kesehatan mental remaja.

Link Jurnal:

<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/12746>

6	<p>Ulin Nihaya, Ade Vina Pandu Winata dan Titin Yulianti. “Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental”.</p> <p>Jurnal Bimbingan Konseling Islam &amp; Kemasyarakatan. Vol. 5, No. 2, Tahun 2021.</p> <p>E-ISSN :2621-8283.</p> <p>DOI :  <a href="https://doi.org/10.19109/ghaidan.v5i2.10567">https://doi.org/10.19109/ghaidan.v5i2.10567</a></p>	<p>Menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pemilihan dan pengolahan informasi yang digunakan dalam pencarian dalam bentuk buku, media masa, artikel, catatan, jurnal, dan sebagainya</p>	<p>Tujuan:  Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menguraikan tentang pengaruh dari nilai syukur, ikhlas dan tanggung jawab terkait dengan penerimaan diri dari korban <i>toxic relationship</i>.</p> <p>Hasil:  Berdasarkan hasil dari penelitian ini yaitu seseorang yang berinisial LA sedang berada di toxic relationship yang sedang memperjuangkan keadilan atas kelumpuhan yang di alaminya pasca kecelakaan dengan</p>
---	--	--	---

		<p>pacarnya sehingga mengalami kelumpuhan dan meninggal dunia serta LA selalu di manfaatin oleh pacarnya selama dirinya menderita kesakitan. Maka dari itu untuk menerima penerimaan diri dan menumbuhkan kesehatan mental korban toxic relationship dilakukan melalui konseling realita, agar membantu seseorang agar mencapai otonomi yaitu secara kematangan yang di perlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan sosial dengan lingkungan internalnya dan erapi realita ini tidak berpaku pada kejadian yang terjadi di masalalu, tetapi lebih mendorong konseling untuk menghadapi kenyataannya.</p>
<p>Perbedaan: Terdapat perbedaan antara penelitian Ulin Nihaya, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut menggunakan metode deskriptif</p>		

kualitatif dengan melalui media massa. Sedangkan penelitian yang akan saya yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan sampel remaja untuk mengetahui seberapa pengaruh dukungan sosial terhadap korban.

Persamaan:

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Ulin Nihaya, dkk yaitu sama-sama berfokus pada korban toxic relationship terhadap kesehatan mental korban.

Link Jurnal: <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/ghaidan/article/view/10567>

7	<p>Nadia Nurul Saskia, Fairus Prihatin Idris dan Sumiatyi. “Perilaku Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Remaja Di Kota Makassar”.</p> <p>Window of Public Health Journal. Vol. 4, No. 3, Tahun 2023.</p> <p>E-ISSN : 525-538</p> <p>DOI : <a href="https://doi.org/10.33096/woph.v4i3.829">https://doi.org/10.33096/woph.v4i3.829</a></p>	<p>Menggunakan pendekatan penelitian quasi kualitatif dengan mengkaji dan mengeksplorasi mengenai perilaku <i>toxic relationship</i> terhadap kesehatan remaja, melalui observasi, indepth interview, dan dokumentasi.</p>	<p>Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi secara mendalam mengenai perilaku <i>toxic relationship</i> terhadap Kesehatan remaja di Kota Makassar</p> <p>Hasil: Berdasarkan hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa persepsi remaja terkait <i>toxic relationship</i> meliputi kekerasan secara fisik, perasaan tertekan, rasa takut yang berkepanjangan, rasa tidak nyaman, dan kekerasan seksual.</p>
---	--	--	--

			Sehingga memiliki dampak dari <i>toxic relationship</i> terhadap kesehatan remaja meliputi kesehatan fisik (insomnia, obesitas, asam lambung, dan luka fisik), dan kesehatan mental (galau, stress, dan kurangnya kepercayaan diri.
<p>Perbedaan:</p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Nadia Nurul Saskia, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif dengan mengkaji dan mengeksplor <i>toxic relationship</i> terhadap kesehatan remaja di Kota Makassar. Sedangkan penelitian yang akan saya teliti yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan mengkaji <i>toxic relationship</i> pada remaja di komunitas.</p> <p>Persamaan:</p> <p>Adapun persamaan antara penelitian Nadia Nurul Saskia, dkk dengan saya yaitu berfokus pada remaja korban toxic relationship terhadap kesehatan mentalnya.</p> <p>Link Jurnal: <a href="http://103.133.36.91/index.php/woph/article/view/829">http://103.133.36.91/index.php/woph/article/view/829</a></p>			
8	Vierni Augusta Christianty, Regina Vidya Trias Novita, Anna Rejeki Simbolon, dan Andra Yusandra. “Hubungan Karakteristik Dan	Menggunakan metode penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross	Tujuan: Pada penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara karakteristik dan upaya resiliensi

<p>Upaya Resiliensi Dengan Toxic Relationship Yang Terjadi Saat Berpacaran Pada Masa Remaja”.</p> <p>Jurnal Penelitian Keperawatan Medik. Vol. 6, No. 1, Tahun 2023.</p> <p>DOI :  <a href="https://doi.org/10.36656/jpkm.v6i1.1623">https://doi.org/10.36656/jpkm.v6i1.1623</a></p>	<p>sectional dengan 155 sampel.</p>	<p>dengan <i>toxic relationship</i> yang terjadi saat berpacaran pada masa remaja di SMK Mitra Bakti Husada.</p> <p>Hasil:          Hasil penelitian ini yaitu mayoritas responden berusia 18 tahun sebanyak 53 responden (34.29%), jenis kelamin perempuan sebanyak 120 responden (77.4%), lama pacaran lebih dari 12 bulan sebanyak 62 responden (40.0%), memiliki upaya resiliensi kategori rendah sebanyak 90 responden (58.1%), mengalami <i>toxic relationship</i> kategori sedang sebanyak 95 responden (61.3%).          Dapat disimpulkan bahwa semakin lama hubungan pacaran maka akan sering terjadinya konflik-konflik, sehingga kemungkinan terjadinya <i>toxic relationship</i> dalam</p>
--	-------------------------------------	---

			hubungan juga akan semakin besar. Sehingga jika memiliki resiliensi yang rendah cenderung memiliki kesulitan untuk bangkit dari rasa trauma dan keluar dari <i>toxic relationship</i> .
<p>Perbedaan:</p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Vierni Augusta Christianty, dkk dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut hubungan Upaya relisiensi remaja dalam hubungan pacaran. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pengaruh dukungan instrumental kepada kesehatan mental remaja yang berpacaran.</p> <p>Persamaan:</p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Vierni Augusta Christianty, dkk yaitu sama-sama berfokus pada remaja <i>toxic relationship</i>.</p> <p>Link Jurnal: <a href="https://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM/article/view/1623">https://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM/article/view/1623</a></p>			
9	Laily Mufarrikhatul Fauziah dan Estalita Kelly. "Pengaruh Harga Diri Terhadap Toxic Relationship Mahasiswa, Staima Al-Hikam, Malang"	Menggunakan metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan sampel 140 Mahasiswa Prodi Manajemen Pendidikan Islam dengan menggunakan	Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh harga diri terhadap <i>toxic relationship</i> Mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang.  Hasil:

	<p>Afeksi Jurnal Psikologi. Vol. 2, No. 2, Tahun 2023.</p> <p>E-ISSN: 2961-8762</p>	<p>Teknik Simple Random Sampling.</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh harga diri terhadap <i>toxic relationship</i> Mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang. Hal tersebut ditunjukkan dengan perhitungan uji-F dengan nilai F-hitung sebesar <math>21,942 &gt; F\text{-tabel } 3,91</math>. Demikian F-hitung <math>&gt; 3,91</math> dinyatakan ada pengaruh harga diri terhadap <i>toxic relationship</i>. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada pengaruh harga diri dengan <i>toxic relationship</i> “diterima” dengan distribusi koefisien determinan (<math>r^2</math>) sebesar 0,11%. Artinya, semakin tinggi harga diri Mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang maka semakin rendah <i>toxic relationship</i> sebaliknya ketika harga diri Mahasiswa STAIMA Al-Hikam, Malang rendah</p>
--	---	---	--

			maka <i>toxic relationship</i> tinggi.
<p>Perbedaan:</p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Laily Mufarrikhatul Fauziah dan Estalita Kelly dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut membahas pengaruh harga diri terhadap <i>toxic relationship</i> mahasiswa. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu membahas pengaruh dukungan instrumental terhadap kesehatan mental remaja hubungan toksik.</p> <p>Persamaan:</p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Laily Mufarrikhatul Fauziah dan Estalita Kelly yaitu sama-sama korban yang terkena hubungan toksik.</p> <p>Link Jurnal: <a href="https://jurnal.anfa.co.id/index.php/afeksi/article/view/982">https://jurnal.anfa.co.id/index.php/afeksi/article/view/982</a></p>			
10	<p>Kettrin Dwi Maharani dan Anna Dina Kalifa. “Pengaruh Toxic Relathionship Pada Remaja Di Indonesia”.</p> <p>Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu. Vol. 2, No. 1 Tahun 2024.</p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah kualitatif dengan tujuan memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman serta perkembangan positif setelah mengalami hubungan beracun pada perempuan.</p>	<p>Tujuan:</p> <p>Penelitian ini bertujuan untuk meneliti dari tentang <i>toxic relationship</i> yang terjadi pada remaja di indonesia, dimana <i>toxic relationship</i> sering terjadi pada perempuan yang menjadi korban <i>toxic relationship</i>.</p> <p>Hasil:</p> <p>Hasil penelitian ini menunjukkan <i>toxic relationship</i> yang sering terjadi pada remaja di</p>



			<p>indonesia rata-rata korban berjenis kelamin perempuan, dan memiliki banyak sekali dampak negatif kepada korban seperti tidak produktif, terjadinya gangguan secara mental, hingga dapat memicu terjadinya sebuah emosional yang berujung pada terjadinya tindak kekerasan, bahkan bisa menjadi munculnya konflik, kemarahan, frustrasi dan ketidakbahagiaan, menurunnya <i>self-esteem</i>. Maka dari itu diperlukan kerabat, teman ataupun sahabat perlu meningkatkan kepada korban jika sudah terkena hubungan toksik, terkadang korban <i>toxic relationship</i> tidak mampu keluar dari lingkungan <i>toxic</i> karena ketidakmampuan, kekurangan dukungan ataupun <i>support</i> dari orang terdekat.</p>
--	--	--	---

**Perbedaan:**

Terdapat perbedaan antara penelitian Kettrin Dwi Maharani dan Anna Dina Kalifa dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut hubungan antara korban hubungan toksik pada Perempuan dengan metode kualitatif. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu kesehatan mental korban hubungan toksik dengan metode kuantitatif.

**Persamaan:**

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Kettrin Dwi Maharani dan Anna Dina Kalifa yaitu sama-sama berfokus pada hubungan toksik.

Link Jurnal: <https://gudangjurnal.com/index.php/gjmi/article/view/258>

11	<p>Kimberly Angela Imanuela Frederik &amp; Fransisca Iriani R. Dewi. “Resiliensi Korban Kekerasan Psikologis Dalam Hubungan Berpacaran: Peranan Dukungan Sosial”.</p> <p>Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni. Vol. 8, No. 1 Tahun 2024.</p> <p>DOI: <a href="https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.2738">https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.2738</a> <a href="https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.2738">6.2024</a></p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah kuantitatif non-eksperimental dengan 192 partisipan remaja akhir berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 18-21 tahun yang mengalami kekerasan psikologis dalam hubungan berpacaran.</p>	<p>Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peran dukungan sosial terhadap resiliensi remaja korban kekerasan psikologis dalam hubungan berpacaran</p> <p>Hasil: Hasil penelitian ini Hasil uji regresi linear menunjukkan bahwa nilai signifikansi <math>p &lt; 0,05</math> dengan nilai <math>t = 5.728</math>, sehingga terdapat peran positif dan signifikan dukungan sosial terhadap</p>
----	--	---	---

		<p>resiliensi remaja korban kekerasan psikologis dalam hubungan pacaran. Nilai R Square = 0.147 yang berarti dukungan sosial berperan terhadap resiliensi remaja korban kekerasan psikologis dalam hubungan pacaran sebesar 14.7%. Sementara 85.3% dipengaruhi variabel lain. Maka dalam penelitian ini menunjukkan bahwa peran dukungan sosial cenderung cukup rendah terhadap resiliensi remaja korban kekerasan psikologis dalam hubungan pacaran</p>
<p><b>Perbedaan:</b></p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Kimberly Angela Imanuela Frederik &amp; Fransisca Iriani R. Dewi dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut peranan dukungan sosial pada kekerasan psikologis dalam pacaran. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu dukungan instrumental pada kesehatan mental remaja dalam pacaran</p> <p><b>Persamaan:</b></p>		

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Kimberly Angela Imanuela Frederik & Fransisca Iriani R. Dewi yaitu sama-sama berfokus pada hubungan yang berpacaran.

Link Jurnal: <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/27386>

12	<p>Septiani Nur Hidayah.          “Social Support with Resilience in Early Adult Women Victims of Dating Violence”.</p> <p>Aji International Journal of Social Science. Vol. 1, No. 1 Tahun 2022.</p> <p>p-ISSN: 2339-2665          DOI: 10.30872/aijoss</p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan sampel 100 orang dewasa awal usia 18-30 tahun di Samarinda yang dipilih dengan menggunakan metode purposive test.</p>	<p>Tujuan:          Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran Kota Samarinda.</p> <p>Hasil:          Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi, dengan nilai hitung = 0,586 lebih besar dari nilai r tabel = 0,197 dan nilai p = 0,000 (<math>p &lt; 0,050</math>). Maka terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada wanita dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran</p>
----	--	--	--

			di Kota Samarinda. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperolehnya maka semakin tinggi pula resiliensi yang diterimanya.
<p><b>Perbedaan:</b></p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Septiani Nur Hidayah dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut berfokus pada dukungan sosial pada ketahanan dewasa awal korban dalam pacaran. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu dukungan instrumental terhadap kesehatan mental remaja yang pacaran.</p> <p><b>Persamaan:</b></p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Septiani Nur Hidayah yaitu sama-sama berfokus pada korban hubungan toksik.</p> <p>Link Jurnal: <a href="https://e-journals2.unmul.ac.id/index.php/aijss/article/view/34">https://e-journals2.unmul.ac.id/index.php/aijss/article/view/34</a></p>			
13	Anindya Rahmawati Putri dan Yudi Kurniawan. "Kecemasan Menjalin Relasi Romantis: Studi Kasus terhadap Perempuan Penyintas Toxic relationship".	Menggunakan metode penelitian ini adalah kualitatif dengan tiga perempuan yang pernah menjalani <i>toxic relationship</i> dalam relasi romantis, dengan karakteristik merupakan	Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris kecemasan dalam menjalani relasi romantis pada perempuan penyintas <i>toxic relationship</i> dan apa saja faktor yang memengaruhi kecemasan dalam menjalani relasi romantis

	<p>Philanthropy: Journal of Psychology. Vol. 7, No. 1 Tahun 2023.</p>	<p>perempuan dengan rentang usia 20 - 22 tahun</p>	<p>pada perempuan penyintas <i>toxic relationship</i>.</p> <p>Hasil:          Hasil penelitian ini menunjukkan <i>toxic relationship</i> dalam menjalani relasi romantis dengan bentuk kekerasan fisik, psikis, seksual dan finansial atau ekonomi dapat menyebabkan dampak negatif pada psikis penyintas nya berupa kecemasan yang dikarenakan oleh pengalaman masa lalu yang buruk dan rasa cemas mengenai hubungan yang akan datang. Dinamika kecemasan pada perempuan penyintas <i>toxic relationship</i> dalam menunjukan ketiga responden yang cemas atau takut untuk kembali menjalani relasi relasi romantis setelah mengalami <i>toxic</i></p>
--	---	--	---

			<p><i>relationship</i> serta mendapatkan kekerasan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada perempuan penyintas <i>toxic relationship</i> adalah pengalaman negatif di masa lalu. Faktor lain yang mempengaruhi timbulnya kecemasan dalam menjalani relasi romantis pada perempuan penyintas <i>toxic relationship</i> adalah kegagalan ketastropik, yaitu adanya asumsi bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya.</p>
<p>Perbedaan:</p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Anindya Rahmawati Putri dan Yudi Kurniawan dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut kecemasan pada perempuan yang mengalami <i>toxic relationship</i>. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu kesehatan mental pada remaja korban <i>toxic relationship</i>.</p> <p>Persamaan:</p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Anindya Rahmawati Putri dan Yudi Kurniawan yaitu sama-sama berfokus pada hubungan toksik.</p>			

Link Jurnal: <a href="https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/6839">https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/6839</a>			
14	<p>Lourentia Shearly Mahardika Ngelo dan Evy Tjahjono. “Dinamika Psikologis Remaja Yang Mengalami Kekerasan Di Dalam Hubungan Berpacaran”.</p> <p>Psycho Idea. Vol. 22, No. 1 Tahun 2024.</p>	<p>Menggunakan metode penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan teknik wawancara dengan kriteria partisipan remaja perempuan dan laki-laki yang sedang mengalami tindakan kekerasan selama berpacaran.</p>	<p>Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika <i>self-esteem</i> pada remaja yang mengalami kekerasan selama berpacaran.</p> <p>Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan kekerasan yang dilakukan seseorang terhadap pasangannya merupakan sebuah bentuk dominasi yang dilakukan agar dapat mengontrol pasangannya dan membuat pasangannya bisa melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dirinya. Kekerasan yang dilakukan selama hubungan berpacaran bisa membuat seseorang merasa bahwa dirinya kurang berharga, menarik diri dari lingkungannya, dan memiliki perasaan bersalah atas tindakan</p>



		<p>yang membuat pasangannya marah. Kekerasan yang dilakukan tidak hanya berupa kekerasan secara fisik, terkadang sebuah ancaman, hinaan, sikap posesif juga merupakan salah satu bentuk kekerasan yang dilakukan secara verbal.</p>
<p><b>Perbedaan:</b></p> <p>Terdapat perbedaan antara penelitian Lourentia Shearly Mahardika Ngelo dan Evy Tjahjono dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu pada penelitian tersebut fokus psikologis remaja yang mengalami <i>toxic relationship</i>. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu kesehatan mental pada remaja yang mengalami <i>toxic relationship</i></p> <p><b>Persamaan:</b></p> <p>Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian Lourentia Shearly Mahardika Ngelo dan Evy Tjahjono yaitu sama-sama berfokus pada remaja yang mengalami <i>toxic relationship</i>.</p> <p><b>Link Jurnal:</b></p> <p><a href="https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/18804">https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/18804</a></p>		

Dari berbagai penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa banyak perbedaan dengan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan diteliti. Pada penelitian ini lebih berfokus pada Pengaruh Dukungan Instrumental Terhadap Kesehatan Mental Remaja Korban *Toxic Relationship* di Komunitas

Peduli Kesehatan Mental. Selain itu juga dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *Random Sampling*.

## **2.2 Kajian Teori**

### **2.2.1 Dukungan Instrumental**

#### **2.2.1.1 Pengertian**

Salah satu jenis dukungan sosial adalah bantuan instrumental. Manusia merupakan makhluk sosial yang mana mereka pasti akan membutuhkan bantuan orang lain untuk bertahan hidup. Oleh karena itu, untuk membantu mereka mengatasi kesulitan mereka, manusia membutuhkan jenis dukungan sosial tertentu Friedman (2010) mengatakan bahwa dukungan instrumental keluarga adalah seluruh dukungan atau bantuan keluarga, termasuk waktu, uang, dan energi yang dihabiskan untuk memperhatikan dan mendengarkan kebutuhan anggota keluarga. Sedangkan menurut Setiadi (2008) dukungan instrumental, mengacu pada bantuan keuangan yang diberikan oleh keluarga untuk kesejahteraan mental dan fisik anggota keluarga. Bantuan keuangan ini dapat berupa tabungan atau simpanan yang tidak terpakai. Dukungan instrumental, yang merupakan dukungan praktis dari anggota keluarga, seperti bantuan langsung berupa pemberian pinjaman dana atau penyediaan fasilitas yang dibutuhkan (Sarafino, 2008)

Oleh karena itu, setiap orang dengan uang dapat membantu proses pengobatan dengan memberikan uang atau perhatian. Namun, dukungan nyata akan lebih berhasil jika dihargai dengan benar oleh penerima. Ketika seseorang memberikan dukungan langsung, mereka mungkin merasa berhutang dan tidak cukup. Ini bahkan dapat meningkatkan stres bagi mereka.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan

instrumental merupakan bantuan yang berupa langsung yang bersifat material atau non material. Selain itu, dukungan instrumental mengacu pada perhatian dan penyediaan layanan yang membantu memulihkan energi serta antusiasme, sehingga anggota keluarga merasa bahwa mereka selalu diperhatikan ketika mereka mengalami kesulitan.

### **2.2.1.2 Aspek Dukungan Instrumental**

Friedman (2010) mengatakan bahwa dukungan instrumental meliputi:

1. Bantuan finansial

Bantuan finansial adalah jenis bantuan yang berupa dana atau uang yang diberikan kepada individu atau kelompok untuk membantu mereka memenuhi kebutuhannya. Bantuan ini dapat diberikan oleh berbagai sumber, seperti pemerintah, organisasi nirlaba, lembaga swadaya masyarakat, atau individu secara pribadi. Tujuan dari bantuan finansial dapat membantu individu atau kelompok untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka, seperti makanan, rumah, pakaian, dan lain sebagainya sehingga bisa membantu meningkatkan kualitas hidup seseorang.

2. Waktu

Merupakan bentuk bantuan yang mana bisa menemani atau mendengarkan seseorang agar tidak merasa kesepian untuk menjalankan kehidupan sehari-hari. Tujuan dari waktu agar seseorang merasa masih ada yang peduli dengan diri mereka, sehingga mereka bisa bertahan hidup di lingkungan sekitar.

3. Modifikasi lingkungan

Merupakan bentuk aktivitas manusia yang terdiri untuk perubahan lingkungan yang terus menerus sesuai dengan kebutuhan individu. Tujuan dari modifikasi lingkungan untuk meningkatkan kualitas hidup individu atau kelompok, dapat dilakukan modifikasi lingkungan, seperti membuat lingkungan

lebih aman, nyaman, atau lebih mudah diakses. Modifikasi lingkungan dapat memiliki efek baik dan buruk. Efek positif dari modifikasi lingkungan dapat mencakup peningkatan kualitas hidup, kesehatan yang lebih baik, dan lingkungan yang lebih aman. Efek negatif dari modifikasi lingkungan dapat mencakup konflik sosial.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa 3 aspek tersebut bisa membantu seseorang untuk memenuhi kebutuhannya, karena dengan adanya modifikasi lingkungan dapat membantu seseorang menjadi lebih aman dan nyaman di tempat mereka tinggal, lalu dengan adanya bantuan finansial dapat membantu seseorang mendapatkan apa yang mereka butuhkan dan dari waktu dapat membantu seseorang untuk mendengarkan cerita atau menemani seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

### **2.2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Instrumental**

Menurut Friedman (2010) faktor yang mempengaruhi dukungan instrumental keluarga adalah berdasarkan dari kelas sosial ekonomi, termasuk tingkat pendapatan atau pekerjaan, dan tingkat pendidikan, merupakan komponen yang mempengaruhi dukungan instrumental keluarga. Keluarga kelas bawah memiliki hubungan yang lebih otoritas dan otokrasi, sementara keluarga kelas menengah memiliki hubungan yang lebih demokratis dan adil. Selain itu, orang tua dari kelas sosial bawah menunjukkan kurangnya dukungan, afeksi, dan keterlibatan dibandingkan dengan orang tua dari kelas sosial menengah. Faktor tambahan adalah tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin besar kemungkinan bantuan yang diberikan kepada keluarga yang sakit.

Menurut Zahra (2016) faktor yang mempengaruhi dukungan instrumental keluarga berdasarkan unsur sosial, ekonomi dan budaya

akan mempengaruhi faktor-faktor dukungan instrumental. Status ekonomi seseorang berdampak langsung pada seberapa cepat akan merespon masalah kesehatan seseorang dan keluarganya hadapi, namun budaya juga berdampak besar pada gagasan, nilai, dan perilaku individu yang mempengaruhi cara terbaik untuk menghidupi diri sendiri dan keluarga. Pentingnya keterlibatan keluarga dalam kehidupan seseorang dilihat dari beberapa sudut, yaitu:

- a. Karena lingkungan berfungsi sebagai latar pendidikan utama untuk pengembangan nilai, keyakinan, sikap, dan tindakan, ikatan interpersonal seseorang dengan lingkungan dimulai dari keluarga.
- b. Karena keluarga dipandang sebagai sebuah sistem, maka gangguan pada satu orang dapat berdampak pada sistem secara keseluruhan. Di sisi lain, keluarga yang tidak berfungsi juga dapat menyebabkan masalah pada anggotanya.
- c. Keluarga memperoleh kapasitas untuk menghindari masalah dan menjaga dirinya dalam kondisi yang dapat beradaptasi.

Sehingga dapat menarik kesimpulan bahwa seseorang dari keluarga kelas bawah lebih rentan mengalami dampak negatif dibandingkan dengan seseorang dari keluarga kelas menengah. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, guru, dan konselor untuk lebih waspada terhadap remaja dari keluarga kelas bawah yang menunjukkan tanda-tanda hubungan berbahaya. Remaja-remaja ini membutuhkan dukungan tambahan untuk membantu mereka mengatasi efek negatif dari *toxic relationship*.

#### **2.2.1.4 Sumber-sumber Dukungan Intrumental**

Menurut Friedman (2010) menjelaskan bahwa sumber dukungan instrumental dipenuhi oleh keluarga ketika melakukan kegiatan

ekonomi adalah memenuhi kebutuhan dasar seperti sandang, papan, pangan serta melakukan upaya untuk memperoleh peningkatan sumber daya kesehatan. Maka jika diberikan dukungan instrumental akan membantu seseorang menyelesaikan tugasnya yang mana dapat mengurangi perasaan bahwa mereka tidak dapat melakukan tugas mereka dengan baik.

Menurut Inggit Amithasari dan Husnul Khotimah (2021) keluarga yang memberikan banyak dukungan sosial akan membuat seseorang merasa diperhatikan, disayangi, dan memiliki harga diri yang tinggi. Sebaliknya, keluarga yang memberikan sedikit dukungan sosial akan membuat seseorang merasa tidak percaya diri, tidak percaya diri, dan merasa harga dirinya rendah. Sehingga korban kekerasan dalam pacar tidak menerima dukungan sosial keluarga yang cukup, harga diri korban menjadi rendah dan hasilnya buruk. Ini karena korban tidak memberi tahu keluarganya tentang kekerasan yang mereka alami.

Maka dapat disimpulkan, seseorang sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar untuk kehidupan mereka ketika ia mengalami kesulitan sehingga seseorang dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dalam melakukan kehidupannya. Sehingga dukungan sosial keluarga sangat penting untuk mencegah dan mengatasi kekerasan dalam pacaran. Korban yang mendapat dukungan sosial keluarga lebih mudah keluar dari hubungan yang *abusive* dan memiliki harga diri yang lebih tinggi.

## **2.2.2 Kesehatan Mental**

### **2.2.2.1 Pengertian Kesehatan mental**

*American Psychological Association* (2022) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi pikiran yang mencakup kestabilan emosi, kemampuan penyesuaian diri yang baik, kemampuan

mengelola gejala kecemasan, kemampuan menjalin hubungan yang sehat, dan kemampuan menangani tekanan dan tuntutan hidup sehari-hari. Menurut Notoatmodjo (2010) pengertian kesehatan mental adalah keadaan mental yang berhubungan dengan kondisi sehingga suatu keadaan yang seimbang dan stabil, baik secara fisik, mental, dan sosial.

Menurut Sarwono (2012) kesehatan mental adalah kondisi atau kondisi yang memungkinkan seseorang untuk menghindari gangguan kejiwaan, neurosis, atau penyakit kejiwaan. Menurut Rowling, et al. (2002) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kemampuan individu dan kelompok untuk berinteraksi dengan lingkungan dan satu sama lain dengan cara yang meningkatkan kesejahteraan subjektif, mengoptimalkan penggunaan kognitif, afektif, dan relasional, dan mencapai tujuan individu dan kelompok. Oleh karena itu, kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan yang mana penyesuaian diri berhasil atau tidak adanya gangguan kesehatan yang terjadi dan keadaan di mana seseorang tidak mengalami gangguan psikologis, emosional, perilaku, atau sosial. Dengan kata lain, orang dianggap sehat jika tidak ada gangguan psikis.

Sehingga remaja dapat dipengaruhi oleh banyak faktor dan semakin banyak faktor risiko yang ada, maka semakin tinggi potensi dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Beberapa faktor risiko yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja antara lain eksplorasi identitas dan tekanan teman sebaya (WHO, 2021). Oleh karena itu, kemampuan jiwa untuk menyesuaikan diri beradaptasi dengan lingkungannya untuk menemukan kepuasan, kebahagiaan, dan ketenangan pikiran membantu mencegah penyakit jiwa dan meningkatkan kesehatan jiwa. Orang-orang akan menghadapi masalah selama fase transisi ini baik dari dalam maupun luar diri mereka, serta dari lingkungan tempat tinggal mereka.

### 2.2.2.2 Jenis-Jenis Kesehatan Mental

Adapun beberapa jenis gangguan kesehatan mental menurut Lawrence D, et al (2015), yaitu

- 1) Kecemasan, yaitu memiliki ketegangan, rasa tidak aman dan kecemasan muncul karena sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi, namun sebagian besar penyebabnya tidak diketahui dan manifestasi dari kecemasan dapat bersifat fisik dan psikologis. Di antara beberapa bentuk kecemasan adalah gangguan kecemasan umum, yang mempengaruhi pria dan wanita. Gangguan panik adalah jenis lain yang ditandai dengan rasa takut yang intens, gemetar, disorientasi, dan kesulitan bernapas. Lalu ada kecemasan sosial, yang membuat seseorang merasa seolah-olah orang lain selalu menghakimi mereka dengan buruk dan kemudian ada kecemasan akan perpisahan, masalah yang umum terjadi pada anak-anak.
- 2) Depresi, yaitu suatu gangguan hati berupa kesedihan yang tidak biasa dan berkepanjangan yang mengubah pola dan reaksi normal. Depresi dapat disebabkan oleh faktor psikologis seperti tidak terpenuhinya harapan pada seseorang.
- 3) Gejala gangguan sindrom konsentrasi dan hiperaktif meliputi kesulitan berkonsentrasi, serta hiperaktif dan impulsif pada gejala ini tidak sesuai dengan perkembangan dan berdampak negatif pada fungsi sosial.

Sehingga seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental akan memiliki gejala biologis seperti keringat dingin, mual, dan lain sebagainya serta membuat seseorang merasa tidak konsentrasi pada saat melakukan kegiatan sehari-hari, maka diperlukan bantuan professional agar diberi pengobatan seperti terapi atau obat-obatan.



### 2.2.2.3 Karakteristik Kesehatan Mental

Kepribadian seseorang dapat dilihat dari keadaan psikologisnya dan melibatkan, seseorang yang memiliki kepribadian remaja yang sehat secara mentalnya dijelaskan oleh Notoatmodjo (2010) sebagai berikut:

1. Aspek fisik
  - a. Remaja yang memiliki perkembangan normal akan tumbuh secara fisik dan berinteraksi dengan orang lain sesuai dengan usianya.
  - b. Berfungsi memenuhi tanggung jawabnya, yang menunjukkan bahwa remaja melaksanakan pekerjaannya sesuai dengan komitmennya.
  - c. Sehat secara fisik, artinya pada masa remaja, remaja berada dalam kondisi fisik yang cukup prima untuk melakukan aktivitas sehari-hari.
2. Aspek psikis
  - a. Menghargai diri sendiri dan orang lain memungkinkan remaja untuk menghargai dan menghargai kerja keras mereka sendiri dan orang lain.
  - b. Pemahaman dan rasa humor, menunjukkan bahwa remaja pada umumnya suka bercanda.
  - c. Bereaksi secara emosional dengan cara yang masuk akal, menunjukkan bahwa remaja mampu mengelola emosi dan gagasan mereka.
  - d. Kemampuan untuk berpikir realistis dan objektif; oleh karena itu, remaja tidak mudah terbujuk oleh sentimen tanpa adanya bukti.
  - e. Kapasitas untuk mengelola masalah psikologis, yang berarti mereka memiliki kendali atas masalah yang mereka hadapi saat ini.
3. Aspek sosial

- a. Empati dan rasa kasih sayang menunjukkan bahwa remaja peduli terhadap kejadian di lingkungannya.
  - b. Mampu membentuk hubungan yang positif dengan lingkungannya, menunjukkan bahwa remaja dapat mengelola perilaku mereka sendiri dan perasaan orang lain.
  - c. Menghargai satu sama lain dan hindari prasangka. Buruk berdasarkan status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, agama, ras atau warna kulit, menunjukkan bahwa remaja mampu bersikap inklusif.
4. Aspek moral/religious
- a. Mampu menaati Tuhan dan mematuhi ajaran-Nya, menunjukkan kepada seseorang keyakinan mereka dan ketaatan yang teguh terhadapnya.
  - b. Bertindak secara terhormat, bertanggung jawab atas tindakan mereka, dan menunjukkan kepada seseorang bahwa mereka selalu dapat bertindak dan berbicara dengan jujur sesuai dengan situasi yang ada.

Maka dapat disimpulkan bahwa menurut usia mereka, remaja yang berkembang normal menunjukkan perkembangan fisik, mental, sosial, dan moral dan keagamaan. Mereka memiliki pemahaman yang baik tentang diri sendiri dan orang lain, mampu memenuhi tanggung jawab, menjaga kesehatan fisik, berpikir realistis, mengelola emosi dengan tepat, membangun hubungan positif, dan berperilaku baik dan bertanggung jawab.

#### **2.2.2.4 Ciri-ciri Gangguan Kesehatan Mental**

Menurut Notoatmodjo (2010) ciri-ciri seseorang yang memiliki tidak sehat secara mental yaitu:

1. Seseorang yang memerlukan pelayanan kejiwaan, artinya seseorang yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi,

pikiran, atau perilakunya, sehingga mengganggu kehidupan sehari-harinya.

2. Seseorang yang tidak menyesuaikan hubungan sosial terhadap lingkungan sekitar, yaitu seseorang yang mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dan berinteraksi dengan orang lain sehingga memilih mengurungkan diri dari lingkungan sekitar.
3. Seseorang yang memerlukan diagnosa kejiwaan, artinya seseorang yang menunjukkan gejala atau tanda-tanda gangguan jiwa yang perlu ditangani oleh profesional kesehatan mental untuk mendapatkan diagnosis yang tepat tanpa mendiagnosa diri sendiri.
4. Seseorang yang tidak memiliki kebahagiaan, yaitu seseorang yang merasa sedih, hampa, atau tidak puas dengan kehidupannya.
5. Seseorang yang mengalami gejala atau tanda-tanda gangguan jiwa, yaitu seseorang yang menunjukkan perubahan dalam pikiran, perasaan, atau perilaku yang tidak normal sehingga mengganggu kehidupan sehari-harinya.

Oleh karena itu, seseorang yang tidak sehat secara mental dikarenakan adanya fungsi-fungsi jiwa yang tidak mampu untuk mengatasi permasalahan yang dialami, sehingga orang merasa gagal dan tidak dapat menerima kenyataan di dalam dirinya.

#### **2.2.2.5 Gejala Kesehatan Mental**

Menurut Khairunnisa, et al (2021) gejala adalah sinyal bahwa suatu masalah akan muncul, atau kondisi yang dapat dilihat sebelum diagnosa, atau kondisi yang menunjukkan munculnya sesuatu. Berikut gejala gangguan kesehatan mental:

1. Kecemasan ditandai dengan reaksi psikis, yaitu kecemasan yang tidak disadari sebagai strategi pertahanan. Seseorang sering

merasa lebih unggul, lebih baik, dan lebih lembut daripada orang lain.

2. Meskipun memiliki penglihatan yang baik, hubungannya dengan dunia luar sangat lemah. seperti kesulitan menyesuaikan dengan keadaan normal.
3. Timbul kecemasan yang tidak terkendali, termasuk kekhawatiran yang tidak dapat dikategorikan sebagai fobia, seperti ketakutan tersembunyi akan kematian atau menjadi gila. Selanjutnya, gejala emosi yang tidak stabil muncul, termasuk tetapi tidak terbatas pada kemarahan, depresi, ketegangan, dan kecemasan, sering berkhayal, delusi, dan perasaan yang terkait, sering menggunakan bahasa yang kasar, kelelahan yang ekstrem, sesak nafas, peningkatan keringat, gemeter, dan detak jantung yang meningkat.
4. Seseorang sering mengalami dengan pusing dan rasa sakit yang menyebar ke seluruh tubuh, terutama di bagian punggung dan kepala. Akibat dari rasa nyeri ini juga menyebabkan seseorang menjadi malas, tidak ingin melakukan apa pun dan kehilangan keinginan untuk hidup.
5. Seseorang dengan kecerdasan rendah sering kali tidak dapat melihat gerakan motorik. Ketika mereka tertinggal, maka mereka akan berhenti berpikir dan membuat keputusan.
6. Sering mengalami depresi berulang, biasanya disertai dengan air mata atau isak tangis.
7. Insomnia, masalah seks, masalah pencernaan, dan bahkan kehilangan nafsu makan.

Dengan demikian menurut Menurut *American Psychiatric Association* (2022) gejala gangguan kesehatan mental meliputi:

1. Perubahan suasana hati: Perasaan sedih, cemas, marah, atau putus asa yang berlebihan atau berkepanjangan.

2. Perubahan perilaku: Mengubah pola makan atau tidur, penyalahgunaan zat, atau perilaku impulsif.
3. Perubahan pikiran: Kesulitan berkonsentrasi, membuat keputusan, atau mengingat informasi.
4. Perubahan fisik: Kelelahan, sakit kepala, sakit perut, atau masalah pencernaan.

#### **2.2.2.6 Faktor-faktor Kesehatan Mental**

Menurut Jalaluddin (2016) kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh dua faktor sebagai berikut:

1. Faktor internal terdiri dengan hal-hal yang ada dalam diri seseorang, seperti kemampuan untuk meningkatkan diri sendiri, harga diri, hubungan keluarga, dan kebiasaan individu.
2. Faktor eksternal, terdiri dari hal-hal yang ada di luar seseorang, seperti keluarga, lingkungan, dan pendidikan yang mereka diterima.

Sedangkan Sarwono (2012) mengatakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental sebagai berikut:

- a. Memiliki tujuan yang sehat dan berkaitan dengan peristiwa yang telah terjadi, baik pada lingkungan maupun diri sendiri.
- b. Memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan situasi apa pun dan memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah.
- c. Tercapainya tujuan yang merupakan sifat yang baik dan tidak merugikan lingkungan sekitarnya.

Oleh karena itu, seseorang dianggap sehat secara mental jika semua proses mentalnya selaras, mampu menerima dan mengelola perubahan, beradaptasi dengan baik terhadap orang lain dan diri sendiri, melewati rintangan yang diakibatkan oleh berbagai pengalaman hidup, menahan diri untuk tidak menyakiti orang lain,

bertanggung jawab terhadap orang lain, serta bebas mengekspresikan emosinya.

## **2.2.3 Remaja**

### **2.2.3.1 Pengertian**

Menurut Sarwono (2012) Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang memiliki tantangan tersendiri. Di satu sisi, mereka dianggap lebih mapan daripada masa kanak-kanak mereka, tetapi mereka juga dianggap belum sepenuhnya bertanggung jawab. Santrock (2011) mendefinisikan remaja sebagai periode perkembangan dari sekitar usia 12 hingga 21 tahun, di mana individu mengalami perubahan fisik yang signifikan dan mulai mencari identitas diri. sehingga masa remaja merupakan waktu di mana seseorang mencari identitasnya, menentukan siapa mereka, dan menemukan tujuan hidupnya, dan mempelajari peran mereka. Remaja juga mengalami banyak perubahan, termasuk perubahan emosi, fisik, minat, dan pola perilaku, mereka juga menghadapi masalah masa remaja (Hurlock, 2011).

Remaja Indonesia terbagi dalam tiga kelompok usia yaitu remaja awal dari 12-15 tahun, remaja pertengahan dari 15-18 tahun, dan remaja akhir 18-21 tahun (Sarwono, 2012). Awal pubertas atau perkembangan seksual pada remaja laki-laki terjadi antara usia 12 dan 16 tahun, sedangkan pada remaja perempuan terjadi antara usia 11 dan 15 tahun. Bagi remaja perempuan, menstruasi pertama kali menandakan awal pubertas, namun bagi remaja pria, perubahan suara atau tumbuhnya jakun menandakan pubertas. Masa remaja akhir atau batas dewasa awal, biasanya berusia antara 18 dan 21 tahun. Walaupun fakta bahwa banyak anak yang berusia lebih dari 21 tahun masih berada di bawah pengawasan orang tuanya dan belum memiliki kemampuan untuk hidup secara mandiri.

### 2.2.3.2 Tahapan Remaja

Menurut Sarwono (2012) dan Hurlock (2011) tahap perkembangan remaja dibagi menjadi 3, yaitu:

1. Masa remaja perkembangan awal dimulai antara usia 12-15 tahun. Pada remaja awal belum memahami transformasi fisik yang ada pada dirinya. Remaja memiliki ide-ide baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang oleh seksual. Maka, banyak orang dewasa sulit untuk memahami dan memahami remaja di usia mereka karena remaja mulai berpikir abstrak dan menginginkan kebebasan.
2. Remaja Madya atau masa pertengahan remaja yaitu berusia antara 15-18 tahun sangat membutuhkan teman-teman. Pada masa ini remaja senang jika mereka memiliki banyak teman yang menyukai mereka. Dia memiliki kecenderungan "*narcistic*", yang berarti dia mencintai diri sendiri dan menyukai teman-teman yang memiliki karakteristik yang sama. Namun, pada masa ini remaja biasanya bingung akibat tidak tahu apa yang harus dilakukan. Remaja pada tahap ini mulai mengalami dan merasa perlu pacaran dengan lawan jenis serta berfantasi tentang seksual yang mereka inginkan, sehingga dapat memicu mereka untuk melakukan keinginan mereka.
3. Masa remaja akhir ini remaja antara usia 18-21 tahun. Ini adalah fase terakhir masa remaja sebelum transisi ke masa dewasa yang dijelaskan sebagai berikut:
  - a. Minat yang lebih kuat terhadap fungsi-fungsi kemauan diri sendiri.
  - b. Memiliki ego yang tinggi untuk mencari kesempatan agar bersatu dengan orang lain dan mengalami pengalaman baru.
  - c. Memiliki sifat yang sangat egois atau terlalu egois yang menciptakan "tembok" untuk memisahkan diri pribadi dari

diri publik.

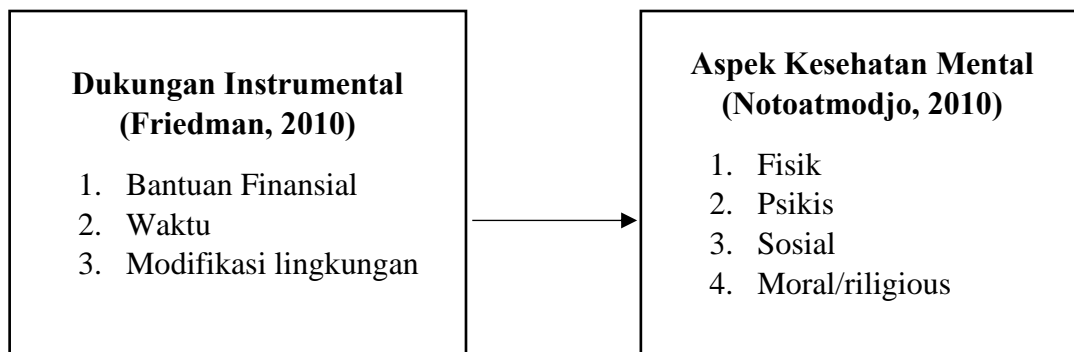
### **2.2.3.3 Karakteristik Perkembangan Remaja**

Sifat remaja menurut Ali (2011) karakteristik perkembangan sifat remaja yaitu:

1. Kelelahan. Remaja, sesuai dengan tahap pertumbuhan mereka, memiliki banyak tujuan dan aspirasi yang ingin mereka penuhi dalam waktu dekat. Namun, mereka merasa gelisah karena pemikiran idealis mereka tidak sebanding dengan kemampuan mereka yang sebenarnya.
2. Konflik: Konflik antara remaja dan orang tua mereka adalah penyebab umum disorientasi pada kelompok usia ini.
3. Menghayal: Remaja akan melamun, mencari kepuasan, dan bahkan menyalurkan imajinasinya ke dalam dunia fantasi ketika keinginan dan angan-angannya tidak terpenuhi. Tidak semua remaja memiliki fantasi yang tidak menyenangkan. Terkadang, imajinasi remaja dapat membantu-misalnya, membantu mereka menemukan aktivitas.
4. Kegiatan kelompok: Orang tua terkadang memaksakan aturan yang berbeda pada anak remaja mereka, yang membuat mereka jengkel dan terkadang bahkan mematahkan semangat mereka. Sebagian besar remaja menggunakan bergaul dengan teman sekelas mereka sebagai sarana untuk keluar dari masalah. Mereka akan mengambil bagian dalam kegiatan kelompok yang kooperatif untuk mengatasi rintangan.
5. Keinginan untuk mencoba segala sesuatu: Remaja secara alami memiliki rasa ingin tahu, yang mendorong kebutuhan mereka akan pengetahuan dan mendorong mereka untuk mencoba segala sesuatu.



### 2.3 Kerangka Konsep



**Gambar 2.2 Kerangka Konsep**

Kerangka konsep merupakan hubungan yang secara konseptual akan menghubungkan variabel independen dan variabel dependen yang akan dilihat atau diukur selama penelitian yang direncanakan. Kerangka konseptual dalam penelitian ini mencoba menjelaskan efek dukungan instrumental pada kesehatan mental remaja dalam kaitannya dengan aspek-aspek yang digunakan.

### 2.4 Hipotesis

Jawaban sementara dari sebuah penelitian disebut hipotesis, maka hipotesis didasarkan pada latar belakang yang diuraikan dan didukung oleh kajian teoritis sebagai berikut:

H<sub>0</sub>: tidak adanya pengaruh Dukungan Instrumental Terhadap Remaja Korban *Toxic Relationship*.

H<sub>a</sub>: adanya pengaruh Dukungan Instrumental Terhadap Remaja Korban *Toxic Relationship*.