

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS

2.1 Penelitian Terdahulu

Dalam proses penyusunan penelitian ini, peneliti merujuk pada beberapa studi sebelumnya yang relevan. Sebanyak enam penelitian yang berfokus pada topik yang serupa telah dikumpulkan untuk memperkuat kerangka penelitian ini. Studi-studi tersebut akan digunakan sebagai referensi dan sebagai bahan perbandingan. Penelitian-penelitian tersebut telah dikelompokkan berdasarkan konteks permasalahan yang diangkat, seperti berikut.

2.1.1 Penelitian tentang Toxic Relationship

Dalam penelitian ini, penulis akan menjelajahi perilaku manipulatif yang sering muncul dalam interaksi sosial di antara teman-teman Gen Z. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hubungan sosial yang tidak sehat, seperti pertemanan toksik, dapat memiliki dampak serius pada kesehatan mental individu. Studi oleh Praptiningsih & Putra (2021) menyebutkan bahwa pertemanan yang melibatkan manipulasi emosional dapat meningkatkan kecemasan dan depresi, serta memicu ledakan emosi yang berpotensi mengarah pada tindakan kekerasan di kalangan remaja. Diperkuat oleh Julianto (2020) yang mencatat bahwa hubungan toksik, ditandai dengan interaksi yang tidak sehat, dapat menimbulkan berbagai konflik internal.

Hubungan semacam ini bisa mengganggu produktivitas dan kesejahteraan mental, serta memicu emosi yang sulit dikendalikan, yang berisiko menyebabkan perilaku kekerasan. Selain itu, beberapa remaja menghadapi berbagai tantangan dalam hubungan interpersonal mereka. Banyak di antara mereka mengaitkan gejala depresi yang dialami dengan faktor kemiskinan. Sebagai contoh, kemiskinan bisa muncul sebagai perubahan dari kondisi keuangan yang stabil menjadi tidak stabil, atau sebagai konflik ketika seseorang membandingkan kondisi finansialnya dengan orang lain, yang dikenal sebagai konflik tidak langsung. Mereka juga dapat mengalami diskriminasi terkait status ekonomi rendah yang dimiliki, yang disebut

sebagai konflik langsung (Ruvalcaba-Romero et al., 2017)(Rose-Clarke et al., 2021).

Komunikasi yang efektif sangat penting dalam interaksi sosial dan harus dijalankan dengan baik agar tidak ada proses yang terlewat. Dalam era disrupsi ini, berbagai platform media sosial telah mempermudah dan mempercepat komunikasi antara individu dari beragam latar belakang. Namun, manipulasi emosional, seperti memperburuk suasana hati seseorang atau menggunakan cara yang tidak jujur, hanya melibatkan satu orang sebagai pelaku dan satu orang sebagai target. Dalam konteks agresi relasional, tidak perlu ada kepercayaan atau hubungan dengan orang lain. Karena sifatnya yang rahasia, tindakan ini menjadi sulit untuk dideteksi oleh target maupun orang lain. Dengan menggunakan manipulasi emosional, seseorang dapat mengurangi risiko terputusnya hubungan, menjaga reputasi, dan menghindari kesulitan dalam mencari teman baru (Abell et al., 2016).

Namun, hubungan yang tidak sehat sering kali menjadi kenyataan yang sulit untuk dihindari. Dengan meningkatnya tuntutan dalam masyarakat saat ini, banyak orang yang terperangkap dalam hubungan toksik. Jika kondisi ini terus dibiarkan, perilaku negatif dapat muncul, seperti hilangnya prinsip saling melengkapi antara individu. Ini menunjukkan bahwa pola perilaku tersebut dapat membuat korban mengembangkan sikap yang berlawanan terhadap orang lain, seperti dominasi dan penyerahan (Wilde & Dozois, 2019).

2.1.2 Penelitian tentang Komunikasi Manipulatif

Dalam konteks komunikasi manipulatif di kalangan Gen Z, penelitian menunjukkan bahwa perilaku manipulatif dapat memiliki dampak negatif pada interaksi sosial mereka dan merusak hubungan. Abel (2016) menjelaskan bahwa ketika seseorang menggunakan manipulasi emosional dalam suatu hubungan, kemungkinan hubungan tersebut akan terputus dapat berkurang, sekaligus menjaga reputasi individu tersebut. Namun, pendekatan ini juga dapat membawa risiko serius bagi kesehatan mental, terutama saat komunikasi yang tidak jujur menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari (Abell et al., 2016).

Komunikasi yang bersifat manipulatif sering kali berlangsung secara rahasia, sehingga sulit untuk dideteksi oleh orang yang menjadi sasaran. Penelitian yang dilakukan oleh (Ruvalcaba-Romero et al., 2017) dan (Rose-Clarke et al., 2021) mengungkapkan bahwa manipulasi dalam komunikasi dapat menyebabkan ketidakpercayaan dalam suatu hubungan, memicu konflik yang berkepanjangan, dan meningkatkan kemungkinan keretakan hubungan. Hal ini menekankan pentingnya kesadaran terhadap perilaku manipulatif, terutama di era ketika media sosial sangat mempengaruhi interaksi antarindividu.

Dalam kondisi masyarakat modern yang penuh tekanan, banyak individu dari Gen Z yang terperangkap dalam hubungan tidak sehat, termasuk hubungan toksik yang melibatkan manipulasi emosional. Praptiningsih dan Putra (2021) dalam bukunya menunjukkan bahwa hubungan semacam ini tidak hanya berdampak buruk pada kesejahteraan mental, tetapi juga dapat memicu perilaku negatif seperti ledakan emosi dan agresi. Temuan ini menunjukkan perlunya edukasi mengenai komunikasi yang sehat agar Gen Z dapat menghindari hubungan yang merugikan (Praptiningsih & Putra, 2021).

Dengan mempertimbangkan semua hasil penelitian ini, sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung komunikasi yang terbuka dan jujur di kalangan Gen Z, sehingga risiko manipulasi dalam hubungan sosial dapat diminimalkan.

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu

No	Item	Jurnal 1	Jurnal 2	Jurnal 3	Jurnal 4	Jurnal 5	Jurnal 6
1.	Judul Artikel Ilmiah	<i>Machiavellianism, emotional manipulation, and friendship functions in women's friendships</i>	<i>A cross-cultural interpersonal model of adolescent depression: A qualitative study in rural Nepal</i>	<i>Positive emotions, self-esteem, interpersonal relationships and social support as mediators between emotional intelligence and life satisfaction</i>	<i>A dyadic partner-schema model of relationship distress and depression: Conceptual integration of interpersonal theory and cognitive-behavioral models</i>	Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis	<i>Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja</i>
2.	Nama Lengkap Peneliti, Tahun	Loren Abel, Gayle Brewel, Pamela Qualter, Elizabeth	Kelly Rose-Clarke, Eliz Hassan, Prakash Bk, Jananee Magar,	Ruvalcaba-Romero N, Fernández-Berrocal P,	Wilde J, Dozois D	Julianto V, Cahayani R, Sukmawati S, Aji E	Praptiningsih, Novi Andayani, Putra Gilang Kumari

Terbit, dan Penerbit	Austin, 2016, Abell et al.	Delan Devakumar, Nagendra P Luitel, Helen Verdeli, Brandon A Kohrt	Salazar-Estrada J, Gallegos-Guajardo J			
3. Fokus Penelitian	Meneliti bagaimana kecenderungan Machiavellian mempengaruhi manipulasi emosional dalam hubungan pertemanan di kalangan perempuan.	Memahami faktor interpersonal yang berkontribusi terhadap depresi pada remaja dalam konteks lintas budaya, khususnya di daerah pedesaan Nepal.	Mengeksplorasi peran mediasi dari kecerdasan emosional terhadap kepuasan hidup melalui emosi positif, harga diri, dan hubungan interpersonal.	Mengintegrasikan teori interpersonal dan model kognitif-perilaku untuk memahami masalah dalam hubungan yang menyebabkan tekanan emosional dan depresi.	Meneliti hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan serta kesehatan psikologis pada individu yang mengalami hubungan toxic.	Mengeksplorasi hubungan toxic dalam komunikasi interpersonal di kalangan remaja.
4. Teori	Teori Machiavellianism, yang menjelaskan bagaimana sifat manipulatif muncul	Teori interpersonal depresi dengan fokus pada perbedaan budaya dan bagaimana hal	Teori kecerdasan emosional dan hubungannya dengan kesejahteraan	Teori Kognitif dan Interpersonal untuk menjelaskan bagaimana pikiran atau anggapan	Teori harga diri dan harapan sebagai prediktor kesejahteraan psikologis,	Teori komunikasi interpersonal dalam konteks hubungan remaja.

	dalam hubungan dekat.	ini memengaruhi kesehatan mental remaja.	serta hubungan interpersonal	seseorang tentang pasangannya bisa menyebabkan masalah dalam hubungan dan bikin salah satu atau keduanya merasa tertekan atau sedih.	meskipun dalam lingkungan yang toxic.	
5. Metode Penelitian	Kualitatif	Kualitatif	Kualitatif	Kualitatif	Kualitatif	Kualitatif
6. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan	- Keduanya meneliti manipulasi emosional dalam konteks pertemanan. - Sama-sama melihat bagaimana ciri kepribadian (Machiavellianism)	- Sama-sama fokus pada dampak interaksi interpersonal terhadap kesehatan mental remaja. - Keduanya mempertimbangkan	- Keduanya mengeksplorasi peran faktor afektif-kognitif (emosi positif/harga diri vs. skema manipulatif) sebagai jembatan	- Keduanya menggunakan teori skema kognitif untuk menjelaskan bagaimana cara berpikir memicu konflik atau distress dalam relasi.	- Sama-sama meneliti dampak pola pikir (harapan/harga diri vs. asumsi manipulatif) pada kesejahteraan psikologis dalam konteks hubungan	- Topik hampir identik: bahasan tentang komunikasi merusak dalam persahabatan / pertemanan remaja.

	vs. gaya manipulatif Gen Z) memengaruhi pola komunikasi dan fungsi persahabatan	konteks budaya/sosial (rural Nepal vs. subkultur Gen Z) dalam memahami proses psikologis.	antara komunikasi dan kesejahteraan psikologis. - Sama-sama melihat hubungan timbal balik antara pola pikir dan kualitas relasi.	- Sama-sama menekankan dinamika dua arah (bagaimana satu pihak memengaruhi pihak lain) dalam hubungan interpersonal.	yang merugikan (“toxic”). - Keduanya melihat hubungan antara keyakinan internal dan reaksi emosional saat menghadapi perilaku negatif.	- Sama-sama mengeksplorasi tanda, bentuk, dan akibat “toxic” dalam percakapan sehari-hari di antara teman sebaya.	
7.	Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan	- Penelitian ini berfokus pada karakter individu yang manipulatif dan bagaimana sifat ini memengaruhi hubungan interpersonal. - Berbeda dari penelitian lain, karya	- Berbeda dari karya yang lain, penelitian ini lebih menyoroti konteks keluarga dan tekanan sosial , bukan persahabatan langsung. - Fokusnya pada dampak lingkungan sosial	- Fokusnya pada faktor positif dalam hubungan sosial, yaitu bagaimana kecerdasan emosional dapat menjadi pelindung dari hubungan toxic.	- Fokus pada cara berpikir individu dalam hubungan dan bagaimana hal tersebut memengaruhi kesehatan mental. - Penelitian ini berbeda dari yang lain karena	- Penelitian ini lebih fokus pada cara mengatasi efek negatif dari hubungan toxic. - Berbeda dari karya lain yang berfokus pada penyebab, karya ini memberikan solusi	- Fokus pada komunikasi yang tidak sehat dalam hubungan, khususnya di kalangan remaja. - Penelitian ini membahas dampak langsung dari pola

ini secara khusus membahas manipulasi sebagai strategi dalam persahabatan toxic.	yang membentuk kondisi mental remaja, yang dapat menjadi latar belakang munculnya hubungan toxic.	- Berbeda dengan penelitian lain yang berfokus pada aspek negatif, karya ini membahas cara meningkatkan kesejahteraan mental melalui harga diri.	membahas aspek kognitif dalam hubungan toxic.	atau strategi coping.	komunikasi buruk pada kesehatan mental dan emosional.
---	---	---	--	------------------------------	---

8. Hasil Penelitian	Penelitian ini kemungkinan memberikan wawasan tentang aspek negatif dari persahabatan, di mana manipulasi emosional terjadi akibat	Menyoroti isu-isu interpersonal tertentu, seperti dinamika keluarga atau ekspektasi sosial, yang berkontribusi terhadap depresi pada remaja.	Penelitian ini menyatakan bahwa kecerdasan emosional yang tinggi berdampak positif pada kepuasan hidup melalui peningkatan harga	Penelitian ini menjelaskan bagaimana distorsi kognitif dalam hubungan berkontribusi pada tekanan emosional dan psikologis	Membahas bagaimana mempertahankan harapan dan harga diri dapat mengurangi dampak negatif dari hubungan toxic terhadap	Menyoroti bagaimana pola komunikasi yang toxic mempengaruhi persahabatan remaja dan kesehatan
----------------------------	--	--	--	---	---	---

kecenderungan
Machiavellian.

diri dan dukungan
sosial.

kesehatan
psikologis

emosional
mereka.



Untuk memahami konsep *toxic relationship* dalam konteks yang lebih luas, peneliti melihat adanya relevansi antara teori dan konsep yang dapat digunakan sebagai landasan analisis yang kuat dalam memperdalam kajian ini. Meskipun telah ada sejumlah penelitian sebelumnya, kajian terkait hubungan toksik masih terbatas dalam menggali perspektif korban secara mendalam terutama dalam hal bagaimana mereka mengalami dan menghadapi manipulasi dalam interaksi sosial. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara komprehensif menyoroti dampak jangka panjang dari pengalaman manipulatif terhadap kesehatan mental korban, serta strategi penanganan yang dapat mendukung proses pemulihan secara psikologis dan sosial.

2.2 Landasan Teori

2.2.1 *Interpersonal Deception Theory*

Interpersonal Deception Theory (IDT) pertama kali dikembangkan oleh David B. Buller dan Judee K. Burgoon pada tahun 1996. Teori ini menjelaskan bagaimana individu secara sadar dapat menyesatkan atau memanipulasi orang lain dalam interaksi sosial, baik melalui pesan verbal maupun nonverbal. Dalam konteks hubungan interpersonal, IDT memusatkan perhatian pada dinamika komunikasi antara pelaku dan penerima pesan saat proses penipuan berlangsung (Buller & Burgoon, 1996).

Fokus utama IDT adalah pada interaksi interpersonal, di mana pelaku penipuan harus menjaga kredibilitas dan konsistensi selama komunikasi agar kebohongannya tidak terdeteksi. Teori ini juga menekankan bahwa penipuan dalam komunikasi memerlukan usaha kognitif yang tinggi, karena pelaku harus menyesuaikan ekspresi, nada suara, bahasa tubuh, dan isi pesan agar tetap meyakinkan.

Dalam hubungan pertemanan yang bersifat toksik, pelaku manipulasi sering kali menggunakan teknik kebohongan atau memutarbalikkan fakta untuk mengendalikan persepsi orang lain demi keuntungan pribadi. Mereka menciptakan realitas semu yang menguntungkan bagi diri sendiri, misalnya dengan membangun citra yang positif melalui narasi yang dikonstruksi secara sepihak. Di era digital,

praktik manipulatif ini semakin kompleks dengan adanya media sosial yang memungkinkan penyebaran informasi secara cepat dan luas. Pelaku bisa menggunakan media sosial untuk menyebarkan informasi yang keliru, merusak reputasi korban, dan menciptakan ilusi citra ideal (Cooper, 2019).

Perilaku manipulatif semacam ini dapat mengarah pada gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan menurunnya rasa percaya diri pada korban. Dalam banyak kasus, korban merasa terisolasi karena manipulasi tersebut juga melibatkan tekanan dari lingkungan sosial sekitar, seperti teman sebaya yang ikut serta dalam menyebarkan gosip atau menjauhi korban karena pengaruh pelaku (Khalaf et al., 2023; Twenge, 2017). Ketika korban kehilangan dukungan sosial, mereka terjebak dalam siklus relasi yang tidak sehat dan penuh ketidakpercayaan. Penelitian ini menggunakan IDT untuk menganalisis bagaimana pelaku manipulatif membangun narasi atau citra tertentu agar dipercaya oleh orang-orang di sekitarnya. Dalam lingkungan sosial Gen Z, praktik manipulasi sering kali dilakukan melalui interaksi sehari-hari dan diperkuat oleh faktor kontekstual seperti tekanan sosial atau kebutuhan akan validasi. Dengan memahami IDT, peneliti dapat menguraikan pola-pola komunikasi manipulatif yang terjadi dalam relasi yang tampak akrab, namun menyimpan agenda tersembunyi yang merugikan pihak lain secara emosional maupun sosial.

2.3 Landasan Konsep

2.3.1 Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi merupakan proses pertukaran pesan antara dua individu yang saling berinteraksi dan memiliki hubungan timbal balik. Komunikasi ini hanya dapat berlangsung apabila kedua pihak terlibat secara aktif. Apabila salah satu pihak menarik diri dari komunikasi, maka hubungan tersebut bisa terputus. Inilah yang membedakan komunikasi antarpribadi dari bentuk komunikasi lainnya (Adler & Rodman, 2006).

Peran komunikasi antarpribadi sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi ini tidak hanya menciptakan kedekatan emosional, tetapi juga dapat menghadirkan rasa bahagia, memperkuat relasi, serta meningkatkan kualitas hidup

seseorang. Komunikasi antarpribadi juga memiliki unsur-unsur penting yang menjadi fondasi terbentuknya komunikasi yang efektif. Menurut DeVito (2016), terdapat enam elemen utama komunikasi antarpribadi, yaitu:

- 1) *Source-receiver* (pengirim dan penerima pesan),
- 2) *Message* (isi pesan),
- 3) *Channel* (saluran komunikasi),
- 4) *Noise* (gangguan atau hambatan),
- 5) *Context* (konteks situasi), dan
- 6) *Ethics* (nilai dan norma komunikasi yang dijunjung).

Dengan demikian, komunikasi antarpribadi bukan hanya sekadar proses penyampaian pesan, tetapi juga merupakan keterampilan penting yang berdampak besar dalam kehidupan pribadi, sosial, maupun profesional. Komunikasi ini tidak hanya membantu individu membina hubungan yang sehat, tetapi juga meningkatkan pemahaman, kesejahteraan mental, dan kualitas interaksi dalam berbagai aspek kehidupan.

Dengan memahami dinamika komunikasi antarpribadi secara mendalam, peneliti dapat menelaah lebih jauh bagaimana komunikasi digunakan sebagai alat untuk membentuk, mempertahankan, atau bahkan merusak suatu hubungan. Dalam konteks penelitian ini, pemahaman terhadap proses komunikasi antarpribadi menjadi kunci untuk mengidentifikasi ciri-ciri manipulatif dalam pertemanan toksik serta dampaknya terhadap kesejahteraan emosional individu yang terlibat.

2.3.2 Manipulasi Sosial

Manipulasi sosial adalah praktik di mana individu menggunakan taktik tertentu untuk memengaruhi pikiran, perasaan, atau perilaku orang lain demi kepentingan pribadi. Dalam pertemanan toksik, manipulasi dapat muncul dalam bentuk kebohongan, pemutarbalikan fakta, atau pengendalian emosi. Dalam konteks Gen Z, hubungan toksik sering kali tercipta melalui komunikasi yang dipicu oleh tekanan sosial, terutama yang berasal dari media sosial. Pelaku menuntut dukungan dari teman sebaya dan/atau teman karena mengharuskan mereka untuk mendengarkan gosip, membantu menyebarkan rumor, mengucilkan

individu target, sambil juga menyampaikan pemikiran mereka sendiri tentang target. Oleh karena itu, hal ini melibatkan kepercayaan dari orang lain untuk berpartisipasi dan kepercayaan bahwa mereka tidak akan mengkhianati mereka kepada target (Abell et al., 2016).

Remaja, khususnya Gen Z, mungkin tidak selalu memiliki keterampilan untuk mengenali atau menghadapi manipulasi ini, sehingga mereka dapat terjebak dalam hubungan yang tidak sehat. Penelitian menunjukkan bahwa manipulasi emosional, seperti menggunakan taktik untuk mengubah suasana hati atau strategi yang tidak jujur, hanya memerlukan satu pelaku dan satu target. Dalam kasus ini, tidak diperlukan kepercayaan atau hubungan dengan orang lain. Taktik ini biasanya dilakukan secara diam-diam, sehingga sulit untuk dideteksi oleh target atau orang lain di sekitarnya. Dengan menggunakan manipulasi emosional, risiko putusnya hubungan, kerusakan reputasi, dan kesulitan dalam menemukan teman baru dapat diminimalkan (Abell et al., 2016).

Dalam konteks ini, individu yang menjadi korban manipulasi emosional sering kali tidak menyadari bahwa mereka sedang terjebak dalam pola yang merugikan. Mereka mungkin merasa bingung tentang perasaan mereka sendiri dan mulai meragukan nilai diri mereka. Hal ini dapat mengarah pada ketidakstabilan emosional yang lebih dalam, di mana mereka terus-menerus mencari validasi dari pelaku manipulasi, yang pada gilirannya semakin memperkuat kontrol pelaku.

Tekanan dari teman sebaya juga memainkan peran penting dalam memperkuat dinamika ini. Gen Z, yang tumbuh di era media sosial, sering kali merasa terikat untuk memenuhi ekspektasi kelompok mereka. Mereka mungkin merasa tertekan untuk menyetujui perilaku atau pendapat pelaku manipulasi agar tetap diterima dalam kelompok. Ketika individu terus-menerus berusaha untuk mendapatkan persetujuan, mereka menjadi lebih rentan terhadap pengaruh negatif dan manipulasi, membuat mereka sulit untuk keluar dari situasi yang tidak sehat.

Dengan meningkatnya kesadaran akan masalah ini, penting untuk menyediakan sumber daya yang dapat membantu remaja memahami dan mengenali tanda-tanda hubungan toksik. Pendidikan yang menekankan keterampilan komunikasi yang

sehat dan pengembangan harga diri dapat membantu mereka membangun hubungan yang lebih positif. Dengan demikian, mereka dapat lebih siap untuk menghadapi tantangan sosial dan menghindari terjebak dalam pola hubungan yang merugikan.

2.3.3 Dampak Kesehatan Mental

Hubungan toksik dapat berdampak signifikan pada kesehatan mental individu. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang terjebak dalam pertemanan toksik sering mengalami masalah seperti kecemasan, depresi, dan penurunan harga diri. Keterasingan sosial yang dialami oleh korban manipulasi juga dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental jangka panjang (Twenge, 2017);(Z. Wang et al., 2020).

Dampak psikologis dari pertemanan toksik bisa sangat parah, sering kali mengarah pada perasaan keterasingan yang berkepanjangan dan kesulitan dalam membangun hubungan sehat di masa depan. Oleh karena itu, penting bagi individu, khususnya Gen Z, untuk memiliki kesadaran dan keterampilan yang diperlukan untuk mengenali tanda-tanda hubungan toksik serta dampaknya terhadap kesejahteraan mereka (Uzun et al., 2022).

Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan mental saat ini, tetapi juga dapat berdampak pada kesejahteraan emosional di masa mendatang. Ketika individu terus-menerus mengalami tekanan dalam hubungan yang merugikan, mereka mungkin mulai menginternalisasi pandangan negatif tentang diri mereka sendiri, yang dapat menghambat kemampuan mereka untuk membentuk hubungan yang sehat dan saling mendukung. Ketidakmampuan untuk mempercayai orang lain atau merasa layak untuk dicintai sering kali menjadi hasil dari pengalaman negatif ini.

Dalam banyak kasus, korban merasa terjebak dalam siklus yang sulit diputus, di mana rasa sakit emosional dan ketidakpastian membuat mereka ragu untuk menjalin hubungan baru. Hal ini dapat memperparah rasa kesepian dan menyebabkan individu lebih cenderung menarik diri dari interaksi sosial. Untuk mengatasi masalah ini, penting bagi remaja, terutama Gen Z, untuk memperoleh

pemahaman yang lebih baik tentang dinamika hubungan dan dampak negatif yang dapat timbul dari interaksi sosial yang tidak sehat.

Membangun keterampilan komunikasi yang efektif, menetapkan batasan yang sehat, dan mencari dukungan dari teman atau profesional dapat membantu individu mengatasi dampak pertemanan toksik. Selain itu, pendidikan tentang kesehatan mental dan hubungan yang positif di sekolah atau komunitas juga dapat berkontribusi pada pengembangan kesadaran yang lebih besar di kalangan remaja, sehingga mereka lebih siap menghadapi tantangan dalam hubungan sosial di masa depan.

2.4 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran adalah struktur konseptual yang menghubungkan teori dan konsep dengan masalah yang diteliti. Dalam konteks penelitian ini, kerangka pemikiran akan menggambarkan bagaimana dinamika pertemanan di kalangan Gen Z dapat berkembang menjadi hubungan yang toksik akibat adanya miskomunikasi dan manipulasi sosial, yang dijelaskan melalui *teori Interpersonal Deception Theory (IDT)*.

- **Pertemanan**

Pertemanan menjadi fondasi awal dalam interaksi sosial Gen Z. Hubungan ini biasanya terbentuk karena adanya kesamaan minat, nilai, atau latar belakang. Namun, pertemanan yang sehat dapat berubah menjadi toksik ketika muncul rasa tidak suka, kecemburuan, atau perbedaan nilai yang menyebabkan konflik interpersonal.

- **Komunikasi**

Dalam konteks pertemanan Gen Z yang sangat terhubung dengan dunia digital, komunikasi banyak dilakukan melalui media sosial. Pola komunikasi ini bisa mempercepat penyebaran informasi, tetapi juga rentan menimbulkan miskomunikasi, gosip, dan asumsi yang salah. Komunikasi yang tidak terbuka atau manipulatif dapat memicu konflik dan memperparah ketegangan dalam hubungan.

- ***Interpersonal Deception Theory (IDT)***

Teori IDT menjelaskan bagaimana seseorang menggunakan taktik tertentu untuk menyembunyikan informasi atau memanipulasi kebenaran dalam interaksi sosial. Dalam hubungan pertemanan, hal ini dapat berbentuk kebohongan, gaslighting, atau taktik kontrol emosi yang dilakukan pelaku untuk memengaruhi korban demi keuntungan pribadi.

- **Manipulasi Sosial**

Manipulasi sosial terjadi ketika seseorang secara sadar memengaruhi pikiran, perasaan, atau tindakan orang lain melalui strategi tidak langsung, seperti tekanan sosial, penyebaran isu, atau pencitraan palsu. Dalam relasi pertemanan, manipulasi ini dapat menyebabkan korban merasa terasing, rendah diri, bahkan mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan atau depresi.

2. Hubungan Antar Komponen

- **Pertemanan ↔ Komunikasi:**

Pertemanan menjadi wadah utama terjadinya komunikasi interpersonal. Namun, miskomunikasi yang terjadi dalam proses ini dapat menimbulkan kesalahpahaman dan konflik yang berujung pada hubungan toksik.

- **Komunikasi ↔ IDT:**

Komunikasi manipulatif dijelaskan melalui perspektif IDT, di mana pelaku menggunakan strategi tertentu untuk menyembunyikan kebenaran atau menciptakan citra tertentu. Ini dapat mengubah persepsi korban terhadap realitas dan memperkuat kontrol sosial pelaku.

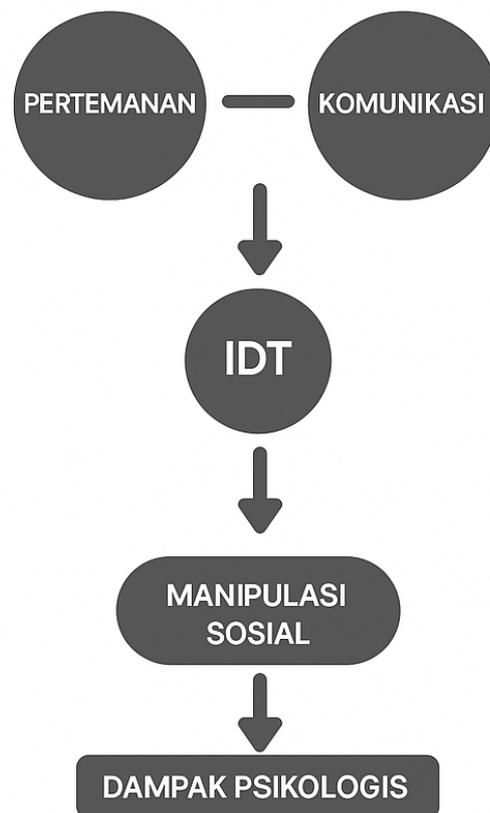
- **IDT ↔ Manipulasi Sosial:**

IDT mendasari cara pelaku melakukan manipulasi sosial dalam hubungan pertemanan. Taktik seperti kebohongan atau penyembunyian informasi digunakan untuk membentuk opini orang lain, menyingkirkan lawan sosial, atau menciptakan dominasi dalam kelompok.

- **Manipulasi Sosial ↔ Dampak Psikologis:**

Manipulasi sosial yang terus berlangsung dapat berdampak pada kondisi psikologis korban, seperti kehilangan kepercayaan diri, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga gangguan kecemasan dan depresi.

MANIPULASI DALAM KOMUNIKASI ANTARPRIBADI DI LINGKUNGAN PERTEMANAN GEN Z



Gambar 2 1 Gambar Kerangka Pemikiran

UIN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA