

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka dalam penyusunan skripsi ini berisi definisi atau tinjauan yang berkaitan dengan komunikasi secara umum, dan pendekatan yang digunakan dalam penelitian.

2.1.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah referensi yang berkaitan dengan penelitian. Penelitian terdahulu yang dijadikan sebagai bahan acuan antara lain sebagai berikut:

Tabel 2. 1
Penelitian Terdahulu

| No | Nama Peneliti | Judul | Metode Penelitian | Hasil | Perbedaan |
|----|--|--|--|--|--|
| 1 | Fernandi 2022 Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh (Fernandi, n.d.) | Dampak Komunikasi <i>Toxic Friendship</i> Dengan Teman Sebaya Terhadap Prestasi Pendidikan di Geulangang Gampong, Bireuen | Kualitatif dengan desain penelitian deskriptif | Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kondisi yang dialami masing-masing remaja dalam menanggapi respon yang diberikan <i>toxic friendship</i> | Variabel penelitian Fernandi adalah prestasi siswa sedangkan variable yang digunakan peneliti yaitu <i>toxic communication</i> |

| | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|
| 2 | Ilham Zaini Ridla 2020 UNIKOM (Ridla, n.d.) | Perancangan Informasi Mengenai <i>Toxic People</i> Melalui <i>Feed</i> Media Sosial Instagram | Kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif | Hasil dari penelitian ini memberikan informasi mengenai perilaku <i>toxic</i> <i>people</i> untuk diketahui karakteristiknya agar dapat dilakukan pencegahan melalui poster informasi di media sosial | Penelitian Ilham Zaini menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif |
| 3 | Sherina Riza Chairunnisa 2021 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta(Charinu nnisa, n.d.) | Pengaruh <i>Toxic</i> <i>Parenting</i> Terhadap Perilaku Emosional Anak Usia Dini di Kecamatan Pondok Aren Tahun 2021 | Kuantitatif dengan metode korelasional dengan menggunakan teknik simpler random sampling | Hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan antara <i>toxic parenting</i> dengan perilaku emosional anak usia dini di Kecamatan Pondok Aren | Subjek penelitian Sherina berfokus pada skala umur anak usia dini sedangkan subjek peneliti usia remaja |
| 4 | Muhammad Rizqi Aditya Firdaus 2022 Universitas Muhammadiyah Surakarta (Firdaus, n.d.) | Perilaku <i>Toxic</i> Dalam Berkomunika si Di Game Online Counter Strike Global Offensive | Kualitatif dengan desain penelitian deskriptif | Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku <i>toxic</i> yang muncul di dalam gim CSGO dan forum berhubungan dengan ritme permainan yang kompetitif dan faktor anonimitas dan pengguna menggunakan CMC sebagai media untuk melakukan perilaku <i>toxic</i> | Wawancara penelitian Muhammad Rizqi menggunakan CMC (<i>Computer</i> <i>Mediated</i> <i>Communication</i>) sedangkan peneliti melakukan wawancara secara langsung |

Sumber: Peneliti 2023

2.1.2 Tinjauan Komunikasi

2.1.2.1 Definisi Komunikasi

Komunikasi merupakan satu hal yang penting dalam kehidupan manusia. Komunikasi merupakan kegiatan berinteraksi antara dua pihak atau lebih melalui media atau saluran tertentu. Komunikasi bisa dilakukan secara verbal maupun non-verbal, serta dapat dilakukan dengan berbagai media seperti lisan, tulisan, atau media elektronik. Proses komunikasi melibatkan komunikator yang menyampaikan pesan kepada komunikan yang langsung memberikan respons secara langsung maupun tidak langsung secara aktif, dinamis, dan timbal balik.

Mulyana (Rismawaty & Desayu Eka Surya S. J. P., 2014, p. 65), komunikasi adalah proses sosial yang kompleks, dinamis, dan melibatkan interaksi antara pihak-pihak yang terlibat. Konsep komunikasi sebagai proses satu arah memfokuskan pada penyampaian pesan secara efektif dan menjelaskan bahwa kegiatan komunikasi bersifat persuasif.

2.1.2.2 Fungsi Komunikasi

Menurut William I. Gordon dalam (Mulyana, 2007, p. 6) Fungsi Komunikasi dibagi menjadi 4 bagian yaitu:

1. Komunikasi Sosial

Fungsi komunikasi sosial sebagai proses interaksi antara individu atau kelompok dalam suatu system sosial yang melibatkan pertukaran informasi, gagasan, menunjukkan bahwa komunikasi penting untuk membangun konsep diri, eksistensi dan aktualisasi diri, kelangsungan hidup, menumpuk hubungan, dan mencapai kebahagiaan.

2. Komunikasi Ekspresif

Komunikasi ekspresif adalah bentuk komunikasi yang digunakan untuk mengekspresikan perasaan dan emosi. Komunikasi ekspresif dapat membantu seseorang mengurangi tekanan dan meningkatkan kesehatan psikologis. Selain itu, komunikasi ekspresif juga dapat mempererat ikatan sosial dan kebersamaan.

3. Komunikasi Ritual

Komunikasi ritual sering dilaksanakan secara bersama-sama, bertujuan untuk komitmen mereka terhadap tradisi keluarga, komunitas, suku, bangsa, negara, ideologi, atau agama mereka.

4. Komunikasi Instrumental

Komunikasi instrumental sering ditujukan untuk menginformasikan, mengajar, mendorong, mengubah sikap dan keyakinan, mengubah perilaku atau menggerakkan tindakan, serta menghibur.

2.1.2.3 Tujuan Komunikasi

Menurut Dan B Curtis dalam (Solihat et al., 2015, p. 9), menyebutkan tujuan komunikasi sebagai berikut:

1. Memberikan informasi, kepada para klien, kolega, bawahan dan penyelia (supervisor).
2. Menolong orang lain, memberikan nasihat kepada orang lain, ataupun berusaha memotivasi orang lain dalam mencapai tujuan.
3. Menyelesaikan masalah dan membuat keputusan.
4. Mengevaluasi secara efektif.

2.1.2.4 Unsur – unsur Komunikasi

Dalam proses komunikasi, pada setiap unsur komunikasi memiliki hubungan yang erat dan saling ketergantungan satu dengan yang lainnya, keberhasilan komunikasi ditentukan oleh unsur-unsur tersebut. Unsur-unsur komunikasi tersebut menurut Canggara dalam (Solihat et al., 2015, pp. 11–12) adalah sebagai berikut:

1. Sumber

Sumber peristiwa komunikasi akan melibatkan sumber sebagai pembuat atau pengirim informasi. Sumber bisa terdiri dari satu orang, tetapi bisa juga dalam bentuk kelompok, partai, organisasi atau lembaga.

2. Pesan

Pesan adalah sesuatu yang disampaikan pengirim kepada penerima. Pesan dapat disampaikan dengan cara tatap muka atau melalui media komunikasi yang isinya dapat berupa ilmu pengetahuan, nasihat, hiburan, informasi, atau propaganda.

3. Media

Media yang dimaksud adalah alat yang digunakan untuk memindahkan pesan dari sumber ke penerima. Dalam komunikasi antarpribadi panca indera dan berbagai saluran komunikasi seperti telepon, telegram digolongkan sebagai media komunikasi.

4. Penerima

Penerima adalah pihak yang menjadi sasaran pesan yang dikirim oleh sumber, Penerima bisa terdiri dari satu orang atau lebih, bisa berbentuk

kelompok, partai, atau negara.

5. Pengaruh

Pengaruh atau efek adalah perbedaan atau apa yang dipikirkan, dirasakan, dan dilakukan oleh penerima sebelum dan sesudah penerima pesan.

6. Tanggapan balik

Umpan balik adalah salah satu bentuk dari pengaruh yang berasal dari penerima, tetapi sebenarnya umpan balik juga bisa berasal dari unsur lain seperti pesan dan media, meski pesan belum sampai pada penerima.

7. Lingkungan

Lingkungan atau situasi adalah faktor tertentu yang dapat mempengaruhi jalannya komunikasi. Faktor ini digolongkan dalam empat macam yakni lingkungan fisik, lingkungan sosial budaya, lingkungan psikologis dan lingkungan dimensi waktu.

2.1.3 Tinjauan Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi yaitu komunikasi yang terjadi antara dua orang atau lebih dalam lingkungan yang pribadi atau intim. Komunikasi antarpribadi menempatkan interaksi tatap muka diantara dua individu tersebut dalam kondisi khusus.

Komunikasi antarpribadi juga dapat diartikan suatu proses pertukaran informasi, gagasan, dan perasaan individu yang terlibat. Komunikasi antarpribadi bisa dilakukan secara langsung atau tidak langsung.

Sedangkan Komunikasi Antarpribadi menurut definisi Joseph A Devito adalah:

“Komunikasi antarpribadi adalah penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang, dengan berbagai dampaknya dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera”(Effendy, 2003, p. 30)

Dari definisi diatas, komunikasi antarpribadi yaitu merupakan komunikasi yang terjadi antara dua orang yang memungkinkan terjadinya komunikasi itu sendiri. Komunikasi ini bisa terjadi secara langsung atau tidak langsung.

2.1.3.1 Tujuan Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi merupakan suatu tindakan yang berorientasi pada tujuan-tujuan yang berhubungan dengan interaksi antar individu tau kelompok kecil. Komunikasi antarpribadi bisa terjadi dalam berbagai konteks, baik dalam hubungan pribadi, pekerjaan, maupun di masyarakat.

Tujuan komunikasi antarpribadi itu bermacam-macam, beberapa diantaranya yaitu:

1. Mengetahui diri sendiri

Komunikasi antarpribadi memberikan kesempatan, bagi kita untuk memperbincangkan tentang diri kita sendiri kepada orang lain. Kita akan mendapatkan perspektif baru mengenai diri kita dan memahami lebih mendalam tentang sika dan perilaku kita.

2. Mengetahui dunia luar

Komunikasi antarpribadi memungkinkan kita untuk menjelajahi dan memahami lingkungan kita secara baik yakni tentang objek, kejadian-kejadian, dan orang lain.

3. Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis

Komunikasi antarpribadi yang kita lakukan bertujuan untuk membangun

dan memelihara hubungan yang harmonis. Hubungan yang terjalin tersebut bisa membantu mengurangi rasa kesepian dan kecemasan serta membuat diri kita lebih positif.

4. Mengubah sikap dan perilaku

Dalam mengubah sikap dan perilaku, penting untuk menghindari sikap *defensif* atau menyalahkan orang lain. Sebaliknya, fokus pada solusi dan bekerja sama dengan orang lain untuk mencapai tujuan.

5. Bermain dan mencari hiburan

Bermain mencakup semua kegiatan untuk memperoleh kesenangan. Pembicaraan-pembicaraan lain yang hampir sama merupakan kegiatan untuk memperoleh hiburan.

6. Membantu orang lain

Memberikan nasihat dan saran kepada teman atau orang lain yang mengalami persoalan dan mencoba membantu menyelesaikan persoalannya.

2.1.3.2 Model Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi merupakan proses komunikasi yang terjadi antara dua orang atau lebih, yang melibatkan pertukaran pesan secara langsung dan saling berinteraksi satu sama lain secara interpersonal.

Komunikasi antarpribadi menurut Woods dalam buku *Interpersonal communication: Everyday encounters* mengatakan bahwa:

Komunikasi interpersonal adalah pusat atau jantung dari hubungan personal. Keberlangsungan dan keberhasilan suatu hubungan personal tergantung dari kemampuan kita dalam melakukan komunikasi secara efektif. (Wood, 2015:205)

Dalam proses komunikasi antarpribadi, komunikator dan komunikan memiliki mempunyai kesempatan yang sama. Keduanya memiliki hak yang sama untuk saling memberikan pesan, memberikan respon, dan berpartisipasi aktif dalam proses komunikasi. Dalam komunikasi antarpribadi yang efektif, komunikator dan komunikan sebaiknya saling mendengarkan, saling menghargai pandangan dan perasaan satu sama lain, dan berusaha memahami sudut pandang masing masing.

Menurut (DeVito, 2007:10) komponen-komponen komunikasi antarpribadi adalah sebagai berikut:

1. Pengirim - Penerima

Komunikasi antarpribadi paling tidak melibatkan dua orang, setiap orang terlibat dalam komunikasi antarpribadi memfokuskan serta mengirimkan pesan dan juga sekaligus memahami pesan. Istilah pengirim-penerima ini digunakan untuk menekankan bahwa, fungsi pengirim dan penerima dilakukan oleh setiap orang yang terlibat dalam komunikasi antarpribadi, contohnya seperti komunikasi antar siswa dengan siswa, atau siswa dengan gurunya.

2. *Encoding-Decoding*

Encoding adalah tindakan menghasilkan pesan, artinya pesan-pesan yang akan disampaikan dikode atau diformulasikan terlebih dahulu dengan menggunakan kata-kata, symbol dan sebagainya. Sebaliknya tindakan untuk menginterpretasikan dan memahami pesan-pesan yang diterima, disebut juga sebagai *decoding*. Dalam proses komunikasi antarpribadi, *encoding* dan *decoding* berperan penting. Pengirim bertanggung jawab untuk

mengodekan pesan secara efektif, sedangkan penerima bertanggung jawab untuk mendekodekan pesan dengan pemahaman yang akurat, maka fungsi *encoding-decoding* dilakukan oleh setiap orang yang terlibat dalam komunikasi antarpribadi.

3. Pesan-Pesan

Informasi atau ide yang disampaikan oleh pengirim kepada penerima dalam interaksi komunikasi antarpribadi. Pesan dapat berupa verbal dan nonverbal.

4. Saluran (*channel*)

Saluran ini berfungsi sebagai sarana atau media yang digunakan untuk mengirimkan pesan dari pengirim ke penerima. Saluran komunikasi personal yang baik bersifat langsung maupun kelompok lebih persuasif dibandingkan dengan saluran media massa. Hal ini disebabkan pertama, penyampaian pesan melalui saluran komunikasi persona dapat dilakukan secara langsung kepada khalayak. Contoh dalam komunikasi antarpribadi kita berbicara dan mendengarkan (saluran indra pendengar dengan suara. Isyarat visual atau sesuatu yang nampak (seperti gerak tubuh, ekspresi wajah dan lain sebagainya).

5. Gangguan atau *Noise*

Segala hal yang mengganggu atau menghalangi proses komunikasi, baik itu gangguan fisik maupun psikologis. Contohnya seperti suara bising, gangguan teknis atau distraksi mental.

6. Umpan balik

Umpan balik memainkan peran yang sangat penting dalam proses

komunikasi antarpribadi, karena pengirim dan penerima secara terus menerus dan bergantian memberikan umpan balik dalam berbagai cara, baik secara verbal maupun non verbal. Umpan balik membantu dalam memahami apakah pesan telah disampaikan dengan baik dan dapat membantu penyempurnaan komunikasi. Umpan balik bersifat positif apabila dirasa menguntungkan dan bersifat negatif apabila merugikan.

7. Bidang pengalaman

Bidang pengalaman merupakan faktor yang paling penting dalam sebuah komunikasi antarpribadi. Komunikasi akan terjadi apabila para pelaku yang terlibat dalam komunikasi mempunyai bidang pengalaman yang sama.

8. Efek

Dibandingkan dengan bentuk komunikasi lainnya, komunikasi antarpribadi dinilai paling ampuh untuk mengubah sikap, perilaku, kepercayaan, dan opini komunikan. Hal ini disebabkan komunikasi dilakukan secara tatap muka.

2.1.4 Tinjauan Toxic Communication

Toxic communication merujuk pada jenis interaksi verbal dan nonverbal yang merusak hubungan dan dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik individu yang terlibat. Penggunaan *toxic communication* dapat memiliki dampak yang negatif dan serius pada individu dan masyarakat secara keseluruhan.

Menurut (Evans, 2009) *toxic communication* merupakan sebuah pola komunikasi yang bertujuan mengontrol, memanipulasi, atau menyerang orang lain. Toxic communication dapat merusak hubungan dan kesehatan mental seseorang.

Sangat penting untuk membatasi atau menghindari kontak dengan orang yang menggunakan *toxic communication*, serta memperkuat hubungan dengan orang-orang yang memberikan dukungan positif.

Toxic communication dan *bullying* adalah dua hal yang berbeda. Menurut Riauskina, Djuwita, dan Soesetio (2005), mendefinisikan *bullying* adalah sebagai perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut. Sedangkan *toxic* ialah kondisi di mana hubungan ditandai oleh perilaku secara emosional dilampiaskan oleh seseorang bahkan tak jarang melukai pasangan. (McGruder, J.A, 2018)

Penggunaan *toxic communication* pada siswa dapat memicu dampak negatif yang signifikan pada kesehatan mental dan emosional mereka, serta pada hubungan mereka dengan guru, teman sekelas, dan orang dewasa lainnya di sekitar mereka. Penggunaan *toxic communication* pada siswa dapat mengakibatkan tekanan, kecemasan, dan gangguan emosional yang merugikan bagi kesehatan mental dan emosional mereka. Penggunaan teknologi modern dan media sosial bisa memperburuk dampak dari *toxic communication* pada siswa bisa memperburuk dampak *toxic communication* pada siswa.

2.1.4.1 Jenis-Jenis Toxic Communication

Toxic communication memiliki beberapa jenis yang berbeda-beda, berikut adalah jenis-jenis *toxic communication*:

1. *Toxic Parenting*

Toxic parenting adalah perilaku orang tua yang merugikan anak mereka

secara emosional, psikologis, atau bahkan fisik. Pola asuh *toxic* dapat mengakibatkan gangguan mental dan emosional pada anak-anak, termasuk gangguan kecemasan, depresi, kecanduan, dan masalah perilaku lainnya.(Forward, 2002)

2. *Toxic Friendship*

Toxic friendship adalah hubungan persahabatan yang merugikan, dimana ada pola komunikasi dan perilaku yang tidak sehat dan merugikan. Persahabatan yang *toxic* dapat mencakup perilaku manipulatif, iri hati, pengabaian kebutuhan, dan perilaku yang tidak bermanfaat bagi kedua belah pihak.(Levine, 2009)

3. *Toxic Relationship*

Toxic relationship adalah hubungan interpersonal yang merugikan, dimana terdapat pola komunikasi dan perilaku pelaku yang merugikan salah satu atau kedua belah pihak. Tanda-tanda dari hubungan *toxic* antara lain adanya penyalahgunaan kekuasaan, pengendalian, kekerasan fisik atau emosional, pemaksaan kehendak, penolakan, dan manipulasi. Pola komunikasi yang merugikan dan perilaku yang tidak sehat dalam hubungan dapat menyebabkan stres, kecemasan, depresi, dan kerusakan pada mental dan emosional.(Glass, 2001)

4. *Self-Sabotage*

Self-sabotage atau sabotase diri adalah perilaku yang merusak dan menghalangi diri sendiri dalam mencapai tujuan atau kesuksesan. Orang yang melakukan *self-sabotage* seringkali tidak sadar bahwa mereka

melakukan tindakan yang merusak diri dan dapat mengalami perasaan tidak berdaya dan tidak mampu mengubah perilaku tersebut.(Firestone, 2016)

5. *Trashtalking*

Trashtalking atau penggunaan bahasa kotor atau provokatif dalam suatu situasi kompetitif atau konflik sosial. Biasanya *trashtalking* terjadi dalam olahraga, *game online*, media sosial, dan konflik interpersonal.

2.1.4.2 Ciri -Ciri Toxic Communication

Menurut (Manly, 2022) dalam bukunya yang berjudul *Joy of Fear* mempunyai beberapa ciri, seperti:

1. Sering melakukan kritik dan membandingkan orang lain.
2. Memiliki perilaku yang otoriter, mengendalikan, dan tidak menghargai orang lain.
3. Tidak ada rasa empati atau perhatian terhadap perasaan orang lain.
4. Sering memanipulasi atau mencoba mengendalikan orang lain.
5. Sering menggunakan kata-kata yang memicu emosi dan menciptakan kebingungan.
6. Mengambil kesempatan dari kelemahan atau ketidakpastian orang lain.

2.1.4.3 Bentuk-Bentuk Toxic Communication

Toxic communication memiliki berbagai jenis bentuk *toxic communication*.

Berikut adalah penjelasan mengenai setiap bentuk *toxic communication*, yaitu:

1. *Verbal aggression*

Verbal aggression atau agresi verbal adalah bentuk perilaku yang mengancam, mempermalukan, mengintimidasi, atau memarahi seseorang

secara kasar dan tidak pantas melalui kata-kata. Contoh dari verbal agresi adalah mengatakan kata-kata kasar atau mengancam, seperti mengancam kekerasan fisik atau menggunakan kata-kata yang merendahkan martabat seseorang. (Infante, D. & Wigley, C, 1986)

2. *Gaslighting*

Gaslighting adalah bentuk manipulasi psikologis yang bertujuan untuk membuat seseorang meragukan kewarasan dan mempercayai bahwa apa yang dirasakan, dipikirkan, atau diingatnya tidak benar. Contoh dari *gaslighting* adalah membuat seseorang merasa tidak yakin dengan ingatannya atau persepsinya sendiri, membuat seseorang merasa tidak kompeten atau tidak bisa diandalkan, atau menggambarkan seseorang sebagai orang yang “gila” atau “tidak stabil” dalam rangka memperkuat posisi pihak manipulator. (Stern, R, 2007)

3. *Stonewalling*

Stonewalling adalah perilaku di mana seseorang menolak untuk berinteraksi atau berkomunikasi dengan orang lain sebagai bentuk penghindaran atau penolakan. *Stonewalling* dapat terjadi dalam berbagai konteks, seperti dalam hubungan romantis, keluarga, persahabatan, atau di tempat kerja. Contoh dari *stonewalling* adalah mengabaikan atau menghindari percakapan dengan orang lain, tidak merespon pesan atau panggilan telepon, atau memberikan respons yang sangat singkat atau minim. (Gottman, J, 2013)

4. *Criticism*

Criticism atau kritik adalah suatu pernyataan atau tindakan yang mengevaluasi atau mengancam pelaku, tindakan, atau kualitas seseorang akan suatu hal. Dalam konteks interpersonal, *criticism* dapat menjadi bentuk komunikasi yang beracun jika dilakukan dengan tidak pantas atau terlalu berlebihan. Contoh dari *criticism* yang beracun adalah ketika seseorang terus-menerus mengkritik pasangan atau rekan kerjanya, tanpa memberikan umpan balik yang konstruktif atau solusi alternatif yang membantu dalam memperbaiki masalah. (Gottman, J, 2013)

5. *Defensiveness*

Defensiveness adalah respons emosional atau perilaku yang muncul ketika seseorang merasa diserang atau dikecam secara verbal ataupun nonverbal. Ketika seseorang merasa diserang atau mengalami kritik, maka timbul perasaan defensif sebagai bentuk pertahanan diri atau proteksi terhadap perasaan negatif. Contoh dari *defensiveness* adalah ketika seseorang berusaha mempertahankan diri atau menghindari tanggung jawab dalam sebuah situasi, dengan cara menyalahkan orang lain atau menyangkal kesalahan. (Gottman,J, 2013)

6. *Contempt*

Contempt atau perasaan hina atau jijik adalah salah satu bentuk komunikasi yang beracun yang dapat merusak hubungan antar pribadi. *Contempt* dapat terlihat dalam bentuk bahasa, kata-kata, dan perilaku yang merendahkan atau meremehkan orang lain, atau menganggap diri sendiri lebih baik dari orang lain. Contoh dari *contempt* adalah ketika seseorang secara terang-

terangan mengejek atau merendahkan pasangannya atau rekan kerjanya, dengan menggunakan kata-kata atau bahasa tubuh yang meremehkan, seperti menggelengkan kepala, menyorotkan mata, atau menggerutu dengan suara yang tidak sopan. Bentuk komunikasi ini dapat merusak kepercayaan diri atau harga diri seseorang, serta menghambat komunikasi yang efektif. (Gottman,J, 2013)

7. *Nonverbal aggression*

Nonverbal aggression adalah bentuk agresi atau perilaku beracun yang dilakukan melalui bahasa tubuh, ekspresi wajah, atau perilaku nonverbal lainnya. Agresi nonverbal dapat memperburuk komunikasi antarpribadi dan merusak hubungan, bahkan tanpa kata-kata yang kasar atau penghinaan langsung. Contoh dari *nonverbal aggression* adalah ketika seseorang memalingkan wajah atau menghindari kontak mata selama percakapan, atau bahkan mengancam dengan tindakan fisik yang tidak langsung, seperti menunjukan jari tengah atau mengacungkan jari telunjuk. Bentuk-bentuk nonverbal aggression lainnya termasuk gerakan tubuh yang mengintimidasi, seperti menunjukkan kekuatan fisik atau mengambil sikap defensif yang mengancam. Nonverbal aggression seringkali terjadi dalam situasi ketegangan atau konflik, dan dapat merusak komunikasi yang efektif. (Supriyo, 2008:67)

2.1.4.4 Fenomena Toxic Communication

Fenomena *toxic communication* dapat terjadi karena faktor yang

mempengaruhi cara orang berinteraksi satu sama lain. Perbedaan persepsi, nilai-nilai dan latar belakang dapat menyebabkan ketidaksepahaman dalam suatu topik atau situasi. (Gudykunst, W. B., & Ting-Toomey, S. (Eds.). 2016).

Selain itu perkembangan teknologi dan juga sosial media dapat memicu kemunculan fenomena *toxic communication*. Seringnya penggunaan sosial media membuat orang lebih cenderung untuk mengekspresikan pendapat dengan cara yang kurang sopan dan kasar.

Fenomena *toxic* saat ini sering dibahas oleh beberapa psikolog di Indonesia, selain itu sudah banyak lembaga-lembaga peduli kesehatan mental di Indonesia yang juga aktif mengkampanyekan mengenai bahaya dari *toxic*. Psikolog Analisa Widyaningrum (*Analisa Channel*), Adji Santoso Putro (*Praktisi Mindfulness*) kerap membagikan konten di kanal *youtube* mereka seputar *toxic*. Selain itu, beberapa lembaga juga turut aktif menyebarkan pengetahuan mengenai *toxic* dengan cara membuat webinar ataupun konten-konten mengenai *toxic*. Beberapa diantaranya adalah lembaga dengan akun *instagram* dengan nama: @Menjadimanusia.id, @rumahberbagiid, @lenterajiwa_plg, lembaga-lembaga ini secara aktif ikut mengkampanyekan mengenai bentuk, dampak, ciri-ciri dan cara untuk bisa keluar dari *toxic communication*.

Fenomena *toxic communication* juga terjadi dalam *game online*, biasanya *toxic communication* dalam game terjadi karena faktor perbedaan keterampilan, kecemburuan atau iri hati, atau merasa lebih kuat atau superior dibandingkan pemain lain. Dapat disadari bahwa perilaku perilaku *toxic* dapat mengganggu keberlangsungan dari permainan yang dimana permainan yang ditujukan untuk

bersenang-senang, tetapi dengan adanya perilaku *toxic* memberikan efek yang dapat memperburuk permainan. (Kordyaka et al, 2020)

Faktor lingkungan keluarga dan lingkungan sosial juga mempengaruhi kemampuan seseorang dalam berkomunikasi yang efektif karena lingkungan tersebut berperan dalam membentuk pola komunikasi, mempengaruhi perkembangan bahasa, dan keterampilan sosial individu, serta mempengaruhi cara individu berinteraksi dengan orang lain. (Elwood, T. D, 1995)

2.1.4.5 Dampak Toxic Communication

Toxic communication dapat memiliki dampak yang merugikan, baik pada individu maupun lingkungan sosial di mana lingkungan itu terjadi. Berikut dampak dari *toxic communication* yang terjadi:

1. Stress dan kecemasan

Toxic communication dapat menyebabkan stress dan kecemasan bagi individu yang menjadi sasaran. Hal ini dapat mengganggu mental dan fisik, serta mengurangi kinerja dan produktivitas seseorang. (Bowling, N. A., & Beehr, T. A. 2006)

2. Menurunnya kesehatan mental

Toxic communication menjadi faktor resiko dalam perkembangan gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, insecure dan PTSD. (Bowling, N. A., & Beehr, T. A. 2006)

3. Kerusakan hubungan interpersonal

Toxic communication dapat merusak hubungan interpersonal, baik itu hubungan romantis, persahabatan, atau hubungan kerja. Hal ini dapat

menyebabkan isolasi dan sosial dan kesepian. (Bowling N. A., & Beehr, T. A. 2006)

4. Kehilangan reputasi atau kepercayaan

Toxic communication dapat merusak reputasi seseorang, terutama di era media sosial dimana komunikasi dapat menyebar dengan cepat. Hal ini dapat berdampak pada karir dan kesempatan lainnya. (Melewar, T. C., & Karaosmanoglu, E. 2006).

2.1.4.6 Pesan Toxic Communication

Pesan *toxic communication* merujuk pada komunikasi yang merugikan, merendahkan, atau menyakiti orang lain secara emosional atau psikologis. Pesan dapat disampaikan melalui kata-kata, tindakan, atau bahasa tubuh yang dapat merusak hubungan, menciptakan konflik, atau mengganggu keharmonisan lingkungan.

Komunikasi yang *toxic* tidak hanya merugikan penerima pesan, tetapi juga dapat memiliki efek negatif pada orang yang mengirimnya. Hal ini dapat memperburuk hubungan interpersonal atau antarpribadi, menciptakan lingkungan yang tidak sehat, merusak rasa saling percaya dan menghambat komunikasi yang efektif. (Rotter, J.B, 1980)

Memiliki pemahaman tentang pesan *toxic communication* membantu kita mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang dampaknya kepada orang lain, sehingga memungkinkan kita untuk bersikap menjadi lebih berempati terhadap mereka yang mungkin mengalami efek negatif dari komunikasi yang tidak sehat. (Davis, M. H. 1996).

2.1.5 Tinjauan Tentang Siswa

Siswa adalah individu yang sedang belajar di suatu lembaga pendidikan formal atau nonformal, dengan tujuan memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang baik untuk dapat hidup mandiri dan berguna bagi masyarakat. Seorang siswa dapat berada pada tingkatan pendidikan yang berbeda seperti, SD, SMP, SMA, maupun perguruan tinggi. Selain itu, siswa juga dapat memiliki berbagai kegiatan dan aktivitas di dalam maupun luar sekolah yang mendukung proses pembelajaran dan pengembangan dirinya secara holistik.

Definisi mengenai siswa dijelaskan oleh (Djamarah et al., 2013) dalam bukunya yang berjudul Strategi Belajar Mengajar, yang mengatakan bahwa:

Siswa adalah peserta didik yang sedang menjalani proses pembelajaran di suatu lembaga pendidikan formal, dan memiliki karakteristik sebagai individu yang mengalami tahap perkembangan fisik, psikologis, dan sosial yang sangat penting dalam pembentukan kepribadian dan pribadi yang berkualitas.

Ketika seorang siswa berada di sekolah, biasanya akan menghabiskan sebagian besar waktu mereka di dalam kelas dengan berbagai macam pelajaran. Di samping itu, siswa juga berinteraksi dengan teman sekelas dan guru dalam lingkungan sekolah. Selama disekolah, siswa diharapkan untuk mematuhi peraturan dan tata tertib sekolah, serta menjaga etika dan sopan santun saat berinteraksi dengan orang lain di lingkungan sekolah.

2.2 Kerangka Pemikiran

Remaja memiliki emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak. Masa ini disebut pencarian identitas karena memiliki rasa keingintahuan yang besar, mencoba segala cara untuk mencari jati dirinya. Untuk menampilkan identitas

dirinya agar diakui oleh teman sebaya atau lingkungan pergaulannya, biasanya menggunakan simbol atau status dalam bentuk kemewahan atau kebanggaan lainnya agar dirinya diperhatikan atau tampil berbeda.

Sikap dan perilaku remaja dapat bervariasi tergantung faktor-faktor seperti latar belakang, pengalaman hidup, dan lingkungan sosial. Namun, secara umum remaja atau siswa memiliki ciri umum dari sikap dan perilaku remaja seperti, identitas yang berkembang, emosi yang bergejolak, sosialisasi, cenderung terpengaruh, mempunyai hasrah belajar, perilaku berisiko.

Hal ini menunjukkan bahwa remaja atau siswa adalah kelompok yang unik dan berbeda dari kelompok lainnya, dan memerlukan bimbingan, dukungan, dan pengawasan yang tepat dari orang dewasa untuk membantu mereka tumbuh dan berkembang secara sehat.

Pada saat menjalani hubungan antar siswa seperti, pertemanan, persahabatan atau pacaran. Di dalamnya pasti terjadi perbedaan pemahaman atau persepsi yang membuat tidak terjadinya komunikasi yang efektif, yang dapat membuat perilaku agresif muncul karena kesal atau marah. Kurang berani mengambil sikap asertif apabila mendapat kekerasan, takut hidup tanpa pendamping, tidak berani menolak atau berkata “tidak”, dan cenderung menutup diri yang apabila terus dipertahankan akan membuat individu menjadi korban dari *toxic communication*. Selain itu berdampak bagi diri korban salah satunya dampak psikologis seperti: rasa tertekan, rasa tidak percaya diri, cemas, takut mengungkapkan kebenaran.

Toxic communication itu sendiri memiliki dampak yang berbeda-beda

tergantung seperti apa bentuk *toxic communication* yang terjadi pada korbannya, pada beberapa kasus *toxic communication* yang terjadi, dampaknya tergantung pada beberapa faktor, termasuk karakteristik individu, kepekaan emosional, pengalaman sebelumnya, dan dukungan sosial yang tersedia. Seperti bentuk *toxic communication* penghinaan atau ejekan akan memiliki dampak penurunan harga diri, depresi atau isolasi sosial. Pesan *toxic communication* tidak hanya merugikan individu yang menerimanya, tetapi merusak lingkungan secara keseluruhan. Penting untuk memahami dampak negatif yang mungkin timbul dari komunikasi yang merugikan ini, dan berusaha untuk mempromosikan komunikasi yang sehat, saling menghormati, dan membangun dalam interaksi kita sehari-hari.

Penelitian ini dilakukan dengan bertujuan untuk mengetahui penggunaan *toxic communication* pada siswa sekolah menengah atas 4 kota Sukabumi. Dimana pada penelitian ini peneliti mengamati hubungan antar siswa serta tentang bentuk, pesan, dan dampak dari *toxic communication* selain itu sikap asertif dan behavioral yang terjadi di lingkungan sekolah. Peneliti ingin mengangkat persoalan tentang *Toxic Communication* Pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMAN) 4 Kota Sukabumi dengan fokus penelitian diantaranya sebagai berikut:

1. Bentuk

Bentuk *toxic communication* yang terjadi antara para siswa tidak hanya terbatas pada komunikasi verbal, tetapi juga dapat terjadi dalam bentuk komunikasi nonverbal. Beberapa bentuk *toxic communication* yang terjadi

diantara siswa seperti caci maki, manipulasi, fitnah, ekspresi wajah yang mengancam, dan bahasa tubuh yang agresif.

2. Pesan

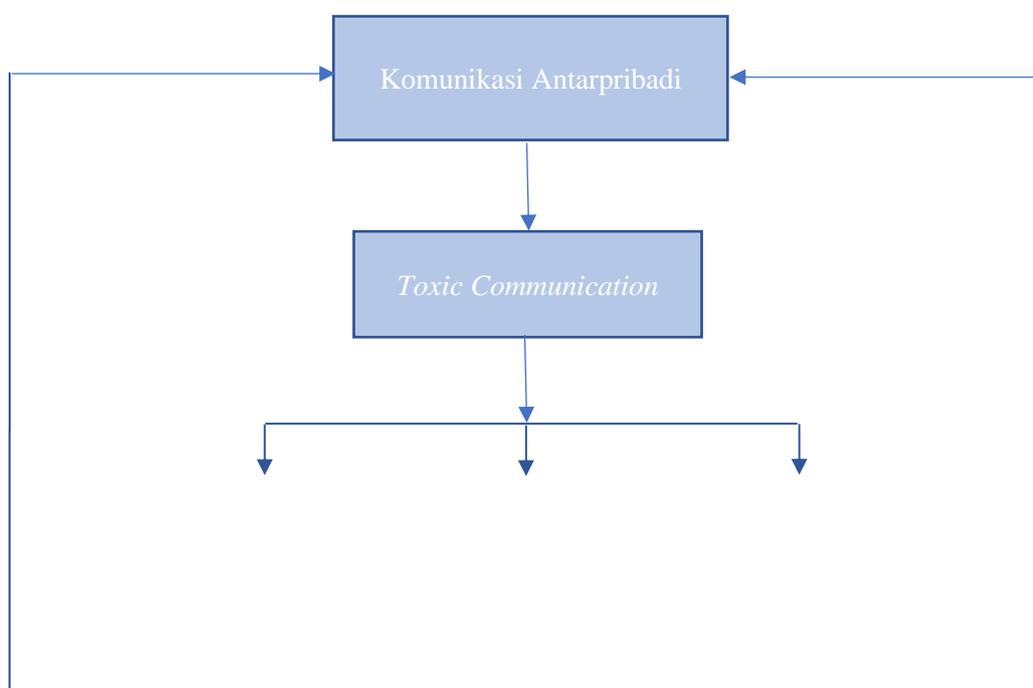
Pesan *toxic communication* menimbulkan dampak yang negatif bagi siswa yang menerimanya, selain itu pesan *toxic* itu membuat siswa yang menerimanya tidak nyaman, merasa terhina, diserang dan tidak dihargai. Pesan *toxic communication* yang disampaikan ini bisa berupa verbal dan nonverbal.

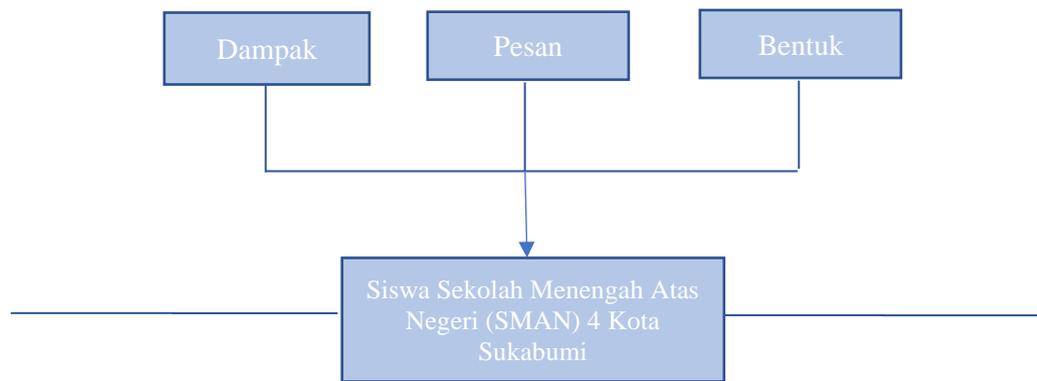
3. Dampak

Dampak yang dihasilkan *toxic communication* yang terjadi diantara siswa, bisa menjadikan seorang siswa menjadi pendiam, takut, tidak percaya diri, kecemasan, stress dan menyebabkan perasaan tidak dihargai. Dimana dalam kasus yang ekstrem ini bisa menyebabkan seorang siswa bisa sampai mengalami gangguan mental dan emosional.

Gambar 2. 1

Kerangka Pemikiran





Sumber: Peneliti, 2023

