

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Kekerasan dalam relasi interpersonal masih menjadi permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian di Indonesia. Menurut laporan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA), hingga 1 Januari 2025 tercatat sebanyak 21.995 kasus kekerasan, dengan jumlah korban terdiri atas 4.624 laki-laki dan 18.859 perempuan. Selanjutnya, data KemenPPPA hingga 1 Januari 2026 menunjukkan adanya peningkatan jumlah kasus kekerasan menjadi 35.131 kasus, dengan korban terdiri atas 7.359 laki-laki dan 30.013 perempuan (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2026).

Permasalahan kekerasan juga ditemukan dalam konteks hubungan interpersonal dan hubungan intim. Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) dalam Catatan Tahunan (CATAHU) 2025 melaporkan sebanyak 376.529 kasus Kekerasan Berbasis Gender terhadap Perempuan (KBGtP) selama tahun 2025, yang mengalami peningkatan sekitar 14,07% dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Berdasarkan informasi pengaduan yang diterima oleh Komnas Perempuan, jenis kekerasan yang paling sering dilaporkan adalah kekerasan seksual, kemudian disusul oleh kekerasan psikis, fisik, dan ekonomi (Komnas Perempuan, 2025).

Permasalahan kekerasan juga ditemukan dalam hubungan pacaran. Berdasarkan informasi dari Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni PPA) tahun 2022, tercatat 11.266 insiden kekerasan terhadap perempuan dengan total 11.538 korban. Dari jumlah tersebut, 45,28% merupakan kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), sebanyak 1.151 kasus dilakukan oleh pacar, dan 2.062 korban tercatat sebagai korban kekerasan seksual (Hukumonline, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa hubungan pacaran juga dapat menjadi

konteks terjadinya kekerasan, sehingga permasalahan dalam hubungan romantis perlu mendapatkan perhatian, khususnya pada kelompok usia muda.

Permasalahan tersebut juga relevan dengan kelompok usia dewasa awal. Jurnal Perempuan dalam pemberitaan mengenai peluncuran CATAHU 2025 menyebutkan bahwa sebagian besar korban berada pada rentang usia 18–24 tahun. Lingkungan pribadi menjadi salah satu area yang rentan terhadap kekerasan, dengan bentuk kekerasan yang banyak ditemukan antara lain kekerasan terhadap istri, kekerasan oleh mantan pasangan, dan kekerasan dalam hubungan pacaran (Jurnal Perempuan, 2026). Temuan tersebut menunjukkan bahwa individu pada rentang usia dewasa awal merupakan salah satu kelompok yang perlu mendapatkan perhatian dalam pembahasan mengenai kekerasan dan hubungan romantis.

Fenomena kekerasan dalam hubungan intim juga menjadi perhatian secara global. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 31,6% perempuan di dunia pernah mengalami kekerasan fisik dan/atau seksual sepanjang hidupnya. Pada perempuan yang pernah memiliki pasangan, sebanyak 25,8% mengalami kekerasan fisik dan/atau seksual oleh pasangan saat ini maupun mantan pasangan (World Health Organization, 2026)

Meskipun perempuan tercatat sebagai kelompok yang terdampak secara signifikan, kekerasan dalam hubungan intim juga dapat dialami oleh laki-laki. Data Centers for Disease Control and Prevention (CDC) menunjukkan bahwa sekitar 17% laki-laki di Amerika Serikat pernah mengalami kekerasan seksual, kekerasan fisik, atau *stalking* oleh pasangan intim sepanjang hidupnya (CDC, 2024). Dengan demikian, pengalaman kekerasan dalam hubungan romantis tidak terbatas pada satu kelompok gender tertentu.

Selain kekerasan, hubungan romantis yang tidak sehat dapat ditandai oleh berbagai bentuk perilaku yang merugikan individu. Berdasarkan survei Jakpat (2023, dalam Dini, 2024),

sebanyak 64,3% dari 750 responden di Indonesia dilaporkan pernah mengalami *toxic relationship* dalam hubungan berpacaran. Karakteristik *toxic relationship* yang paling umum meliputi sikap egois, tidak mau mengakui kesalahan, perilaku manipulatif, kekerasan verbal, menciptakan drama atau konflik, tidak berlaku adil, perilaku mengontrol, tidak memberikan dukungan positif, dan kekerasan fisik. Meskipun survei tersebut tidak secara khusus membatasi responden pada Generasi Z, temuan ini memberikan gambaran bahwa pengalaman hubungan yang tidak sehat cukup banyak ditemukan pada kelompok usia muda di Indonesia.

Fenomena hubungan romantis yang tidak sehat juga relevan dengan perkembangan teknologi digital, khususnya pada kelompok Generasi Z. Salah satu dinamika hubungan romantis yang berkembang dalam lingkungan digital adalah *ghosting*, yaitu penghentian komunikasi secara tiba-tiba tanpa memberikan penjelasan kepada pasangan. Survei Thriving Center of Psychology (2026) menunjukkan bahwa 84% responden Generasi Z dan Milenial pernah menjadi korban *ghosting*, sedangkan 77% Generasi Z dilaporkan pernah melakukan *ghosting*. Pengalaman *ghosting* dapat menimbulkan dampak emosional, seperti perasaan sedih dan terluka, serta berpotensi memengaruhi kondisi psikologis individu (Pancani dkk., 2022). Meskipun *ghosting* tidak selalu dapat dikategorikan sebagai *toxic relationship*, fenomena tersebut menunjukkan adanya dinamika hubungan romantis yang berkembang seiring dengan perubahan pola komunikasi pada era digital.

Selain *ghosting*, perkembangan teknologi juga memungkinkan munculnya bentuk kontrol terhadap pasangan melalui media digital. Penelitian Ellyson dkk. (2021) terhadap 696 remaja dan dewasa muda berusia 16–22 tahun menunjukkan bahwa 58,3% responden pernah mengalami *digital monitoring and control* dalam hubungan pacaran. Bentuk yang paling banyak dialami meliputi pasangan yang menuntut respons cepat terhadap pesan atau panggilan (39,4%),

memantau lokasi atau aktivitas pasangan (28,7%), serta memantau dengan siapa pasangan berkomunikasi atau berteman (28,7%). Temuan tersebut menunjukkan bahwa teknologi digital tidak hanya menjadi sarana untuk membangun dan mempertahankan hubungan romantis, tetapi juga dapat digunakan sebagai sarana untuk melakukan pemantauan dan kontrol terhadap pasangan.

Berbagai data tersebut menunjukkan bahwa hubungan romantis pada kelompok usia muda, khususnya Generasi Z, tidak selalu berlangsung secara sehat. Perkembangan teknologi dan penggunaan media digital turut menghadirkan berbagai bentuk dinamika dalam hubungan romantis, termasuk *ghosting*, pemantauan digital, perilaku posesif, dan kontrol terhadap pasangan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hubungan romantis yang tidak sehat pada Generasi Z merupakan fenomena yang perlu mendapatkan perhatian.

Generasi Z umumnya merujuk pada individu yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012. Kelompok ini tumbuh dalam lingkungan yang ditandai oleh perkembangan pesat teknologi digital, penggunaan media sosial, dan konektivitas yang tinggi. Kondisi tersebut turut memengaruhi pola pikir, gaya hidup, serta cara Generasi Z membentuk hubungan sosial, termasuk hubungan romantis. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa Generasi Z berusia 18–25 tahun yang berada pada periode dewasa awal. Pada periode ini, individu mengalami transisi dari remaja menuju dewasa yang ditandai dengan meningkatnya tanggung jawab, tuntutan kemandirian, serta proses pencarian dan pembentukan identitas diri. Hubungan interpersonal, termasuk hubungan romantis, memiliki peran penting dalam kehidupan individu pada tahap perkembangan tersebut (Erikson dalam Humairoh & Safitri, 2025).

Hubungan romantis dapat memberikan pengalaman positif bagi perkembangan individu. Hubungan yang sehat dapat membantu perkembangan emosi, meningkatkan perasaan positif

terhadap diri, serta memperkuat ikatan dengan orang lain. Kemampuan untuk menjalin dan mempertahankan hubungan romantis juga berpengaruh terhadap kesehatan mental, fisik, dan kesejahteraan individu. Namun, hubungan romantis juga dapat memberikan dampak negatif, seperti kekerasan, kesedihan, kecemasan, dan gangguan terhadap kesehatan mental maupun sosial, terutama ketika hubungan tersebut diwarnai konflik. (Gómez-López dkk., 2019).

Pada kenyatannya, tidak semua hubungan romantis yang dijalani mahasiswa berjalan dengan sehat. Dalam beberapa kasus terjadi adanya ketidakseimbangan relasi seperti manipulasi, pengendalian berlebihan, kekerasan verbal maupun emosional, dan kurangnya rasa saling menghargai (Humairoh & Safitri, 2025). Fenomena ini sering disebut sebagai *toxic relationship*.

Toxic relationship merupakan jalinan interaksi yang menyebabkan kerusakan, ketika satu individu sengaja menggerogoti kondisi batin pasangannya lewat beragam bentuk serangan, contohnya melancarkan cercaan yang merendahkan *self-esteem* serta kehormatan mereka, mengakibatkan seseorang merasa hancur lebur akibat tingkah laku orang tersebut. (Glass, 1995, dalam Putra & Purbaning, 2023). Sejalan dengan itu Lianawati dkk. (2024) menjelaskan bahwa *toxic relationship* adalah hubungan yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Gangguan ini muncul dalam berbagai bentuk, termasuk egoisme, ketidakamanan, perilaku manipulatif, ketidakjujuran, kecemburuan, dan komentar negatif yang menimbulkan perasaan tidak nyaman dan merugikan pada individu yang terkena dampaknya

Sementara itu Fuller (2020) mendefinisikan *toxic relationship* sebagai bentuk hubungan yang ditandai oleh adanya dominasi yang tidak seimbang, perilaku manipulatif, kontrol yang berlebihan, serta ketergantungan emosional antar pasangan. Menurut Fuller, suatu hubungan dapat dikategorikan sebagai *toxic* ketika individu tidak lagi mampu menjaga batasan diri,

cenderung menoleransi perlakuan yang menyakitkan, dan tetap bertahan dalam hubungan karena rasa takut atau keyakinan bahwa dirinya tidak dapat hidup tanpa pasangan.

Adapun bentuk-bentuk *toxic relationship* adalah (1) Kekerasan fisik, seperti memukul dengan tangan atau dengan benda. (2) Kekerasan mental, seperti mengupat, mencela, mengancam, menghina yang membuat korban merasa kehilangan percaya diri dan menderita secara psikis. (3) Kekerasan seksual, seperti melakukan pelecehan seksual, melakukan hubungan seksual dengan paksaan dan ancaman. (4) Kekerasan ekonomi, seperti sengaja memanfaatkan pasangan untuk bekerja dan mengambil hasil usahanya (McGruder, 2018, dalam Lianawati dkk., 2024).

Toxic relationship dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi korban, salah satunya adalah penurunan *self-esteem* (Maharani & Kalifa, 2024). Menurut Coopersmith (1967) *self-esteem* merujuk pada cara individu menilai dirinya sendiri dan menunjukkan seberapa jauh mereka yakin akan kemampuan, arti keberadaan, pencapaian, dan nilai diri mereka. Sejalan dengan hal tersebut, Baron dan Byrne (dalam Indriyani dkk., 2020) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan penilaian yang dibentuk individu mengenai dirinya sendiri dan tercermin dalam sikap terhadap diri, mulai dari positif hingga negatif. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap dirinya. Branden (2010, dalam Indriyani dkk., 2020) menekankan bahwa *self-esteem* merupakan kebutuhan dasar manusia yang berperan penting dalam menghadapi tantangan kehidupan dan mencapai kebahagiaan. Dengan demikian, *self-esteem* menjadi salah satu aspek penting dalam perkembangan pribadi yang sehat dan optimal.

Rosenberg (1965) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi atau penghargaan individu terhadap dirinya sendiri yang terbentuk melalui pengalaman, validasi eksternal, serta

relasi interpersonal yang dijalani. Dengan demikian, pengalaman relasi yang negatif dan merugikan berpotensi memengaruhi cara individu memandang nilai dirinya. Ketika seseorang secara terus-menerus menerima perlakuan yang merendahkan atau tidak menghargai, individu dapat mulai meragukan kompetensi dan keberhargaan dirinya, sehingga *self-esteem* menjadi rentan mengalami penurunan.

Temuan empiris turut memperkuat teori tersebut. Penelitian Azaria & Aliza (2024) menunjukkan bahwa *toxic relationship* memberikan pengaruh terhadap *self-esteem* mahasiswa. Individu yang mengalami kekerasan emosional, seperti *verbal abuse*, dominasi, posesif, dan manipulasi psikologis seperti *gaslighting*, *guilt-tripping*, dan *love-bombing*, melaporkan kehilangan kontrol atas diri mereka, berkurangnya penerimaan diri, serta kesulitan dalam membuat pilihan. Dalam beberapa situasi, bahkan ditemukan kecenderungan untuk melakukan tindakan menyakiti diri sebagai respons terhadap beban emosional yang dirasakan.

Sejalan dengan itu, Ramadhani & Herdiana (2022) menegaskan bahwa hubungan romantis memainkan peran penting dalam pembentukan *self-esteem* pada mahasiswa. Relasi yang suportif dapat memperkuat *self-esteem*, sedangkan *toxic relationship* justru berpotensi memperburuk *self-esteem* individu. Temuan Garnasih & Zahara (2023) juga menunjukkan bahwa penelantaran dalam rumah tangga sebagai salah satu jenis hubungan yang tidak sehat berkaitan dengan rendahnya *self-esteem* pada perempuan akibat kurangnya dukungan emosional dan pengalaman pengabaian. Temuan ini memperkuat bahwa *toxic relationship*, termasuk dalam bentuk penelantaran, dapat berdampak negatif terhadap *self-esteem* individu.

Penelitian Kurniawati & Ariyati (2025) menunjukkan bahwa *toxic relationship* berdampak pada penurunan *self-esteem* perempuan dewasa. Tekanan emosional, kontrol pasangan, dan kurangnya dukungan afektif menyebabkan partisipan mengalami penurunan *self-*

esteem dan kepuasan hidup. Meskipun dampak tersebut bersifat sementara, pengalaman *toxic relationship* terbukti memengaruhi cara individu memandang nilai dan keberhargaan dirinya. Namun, setelah hubungan berakhir, partisipan mampu membangun kembali *self-esteem* melalui proses refleksi diri.

Berdasarkan temuan-temuan tersebut, dapat dipahami bahwa *toxic relationship* berperanan signifikan terhadap kondisi psikologis individu, khususnya dalam aspek *self-esteem*. Namun demikian, tidak semua individu yang mengalami *toxic relationship* menunjukkan tingkat penurunan *self-esteem* yang sama. Perbedaan respons tersebut mengindikasikan adanya faktor protektif yang dapat memengaruhi kuat atau lemahnya dampak pengalaman relasional negatif terhadap kondisi psikologis individu. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah resiliensi.

Connor & Davidson (2003) menjelaskan bahwa Resiliensi berkaitan dengan kapasitas seseorang untuk mempertahankan stabilitas psikologis ketika menghadapi stres dan pengalaman traumatis. Sejalan dengan itu, Masten (2001) menyebutkan bahwa resiliensi merupakan proses protektif yang memungkinkan individu tetap berfungsi secara adaptif meskipun berada dalam situasi yang merugikan. Dengan demikian, individu yang memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi cenderung mampu mempertahankan *self-esteem* meskipun menghadapi berbagai tekanan dalam hubungan romantis.

Dalam Novita dkk. (2023) resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam menghadapi keadaan yang sulit, menekan, bahkan traumatis. Seseorang yang memiliki resiliensi tinggi umumnya mampu mengatur emosi secara positif, berpikir rasional, serta memandang situasi sulit sebagai tantangan yang dapat diatasi. Sebaliknya, dalam Savitri dkk. (2022) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat resiliensi rendah cenderung mengalami kesulitan

dalam merespons secara adaptif pengalaman kekerasan yang dialami, sehingga menjadi lebih rentan terhadap dampak psikologis negatif.

Temuan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa resiliensi juga berkaitan dengan *self-esteem*. Ghaisani dan Indrijati (2024) menemukan hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan *self-esteem* pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Resiliensi membantu individu menghadapi tekanan secara adaptif dan mempertahankan penilaian positif terhadap dirinya. Dalam konteks *toxic relationship*, mahasiswa dengan resiliensi yang lebih tinggi diduga lebih mampu mengelola tekanan dan mempertahankan *self-esteem*, sedangkan mahasiswa dengan resiliensi lebih rendah diduga lebih rentan mengalami dampak negatif terhadap *self-esteem*.

Dukungan empiris mengenai peran protektif tersebut ditunjukkan dalam penelitian longitudinal oleh Wang dkk. (2024) yang menemukan bahwa resiliensi secara signifikan memoderasi hubungan antara stres dan berbagai dimensi gejala depresi pada remaja dengan riwayat maltreatment. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu dengan tingkat resiliensi tinggi memperlihatkan hubungan yang lebih lemah antara stres dan gejala depresi dibandingkan individu dengan resiliensi rendah. Temuan ini mengindikasikan adanya efek *buffering*, yaitu kemampuan resiliensi dalam meredam dampak negatif pengalaman interpersonal yang menyakitkan terhadap kondisi psikologis individu. Meskipun penelitian Wang dkk. (2024) menguji variabel yang berbeda, temuan tersebut memberikan dasar empiris bahwa resiliensi dapat mengubah kekuatan hubungan antara pengalaman negatif dan kondisi psikologis individu.

Hasil serupa ditemukan oleh Liviana (2025) yang menunjukkan bahwa resiliensi mampu memperlemah pengaruh negatif *adverse childhood experiences* terhadap regulasi emosi pada Generasi Z. Selain itu, Muslimah dkk. (2025) menemukan bahwa resiliensi dapat memperkuat

hubungan antara *career adaptability* dan *self-perceived employability* pada karyawan Generasi Z. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa resiliensi memiliki potensi sebagai variabel moderator yang dapat mengubah kekuatan hubungan antarvariabel psikologis. Oleh karena itu, dalam penelitian ini resiliensi diduga dapat memoderasi hubungan antara *toxic relationship* dan *self-esteem*.

Berdasarkan kerangka teoritis dan temuan empiris tersebut, resiliensi dalam penelitian ini diposisikan sebagai variabel moderator yang diduga memengaruhi kekuatan hubungan antara *toxic relationship* dan *self-esteem*. Artinya, pada individu dengan resiliensi tinggi, pengaruh negatif *toxic relationship* terhadap *self-esteem* diperkirakan menjadi lebih lemah. Sebaliknya, pada individu dengan resiliensi rendah, pengalaman *toxic relationship* diduga memiliki dampak yang lebih kuat terhadap penurunan *self-esteem*.

Gambaran fenomena *toxic relationship* pada mahasiswa Generasi Z diperkuat melalui studi awal yang dilakukan menggunakan *Google Form* terhadap 31 mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung berusia 18–25 tahun yang pernah atau sedang *mengalami toxic relationship*. Studi awal dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai bentuk pengalaman *toxic relationship*, kondisi *self-esteem*, serta kondisi resiliensi pada mahasiswa yang menjadi responden. Responden diminta mengidentifikasi pengalaman dan kondisi yang sesuai dengan aspek-aspek yang digunakan dalam penelitian berdasarkan teori dan konsep dari masing-masing variabel.

Hasil studi awal menunjukkan bahwa bentuk yang paling dominan adalah kekerasan emosional yang dialami oleh 22 responden (71%), seperti dihina, direndahkan, dicaci maki, mengalami *body shaming*, hingga menerima ancaman. Selain itu, 20 responden (65%) mengalami perilaku kontrol dan pembatasan, 17 responden (55%) mengalami manipulasi

psikologis, 4 responden (13%) mengalami kekerasan fisik, 5 responden (16%) mengalami kekerasan seksual, serta 6 responden (19%) mengalami kekerasan ekonomi. Temuan ini menunjukkan bahwa adanya indikasi tinggi fenomena *toxic relationship* pada mahasiswa Generasi Z.

Ditinjau dari *self-esteem* berdasarkan teori Coopersmith, ditemukan bahwa 13 responden (41,9%) menunjukkan kehilangan kendali atas diri dan arah hidup, 14 responden (45,1%) mengindikasikan perasaan kurang berharga, dan 17 responden (54,8%) menunjukkan kecenderungan menyalahkan diri serta evaluasi diri negatif saat konflik. Selain itu, 12 responden (38,7%) merasa kurang mampu dalam menghadapi tekanan dan menyelesaikan masalah. Data ini menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga hingga setengah responden mengalami indikasi penurunan *self-esteem* ketika berada dalam *toxic relationship*.

Sementara itu, hasil pengukuran resiliensi dengan aspek-aspek menurut Connor & Davidson (2003), ditemukan 17 responden (55%) menunjukkan kemampuan mengelola diri dalam situasi sulit, namun 14 responden (45%) masih kesulitan memanfaatkan pengalaman sebagai pembelajaran. Sebanyak 26 responden (85%) cenderung menutup diri dan tidak mencari dukungan sosial, 15 responden (50%) masih terfokus pada emosi negatif ketika menghadapi masalah, 12 responden (40%) berisiko membuat keputusan emosional, dan 23 responden (75%) tidak memanfaatkan keyakinan sebagai sumber kekuatan. Temuan ini menunjukkan adanya variasi kemampuan mahasiswa dalam menghadapi dan beradaptasi terhadap tekanan *toxic relationship*.

Dengan demikian, hasil studi awal menunjukkan adanya pengalaman *toxic relationship*, berbagai indikasi yang berkaitan dengan rendahnya *self-esteem*, serta variasi kemampuan resiliensi pada mahasiswa Generasi Z. Kondisi tersebut memperkuat pentingnya mengkaji

keterkaitan antara ketiga variabel tersebut. Berdasarkan teori dan penelitian terdahulu, mahasiswa dengan resiliensi yang lebih tinggi diduga memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan *toxic relationship*, sehingga pengaruh negatif *toxic relationship* terhadap *self-esteem* dapat menjadi lebih lemah. Sebaliknya, mahasiswa dengan resiliensi yang lebih rendah diduga lebih rentan mengalami dampak negatif terhadap *self-esteem*. Oleh karena itu, resiliensi ditempatkan sebagai variabel moderator untuk menguji apakah tingkat resiliensi dapat mengubah kekuatan pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem*.

Meskipun penelitian terdahulu telah mengkaji *toxic relationship*, *self-esteem*, dan resiliensi secara terpisah, kajian yang mengintegrasikan ketiga variabel tersebut dalam satu model penelitian masih relatif terbatas, khususnya pada populasi mahasiswa di Indonesia. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menekankan pada hubungan langsung antara *toxic relationship* dan *self-esteem* atau antara *self-esteem* dan resiliensi pada korban *toxic relationship*, tanpa menguji bagaimana ketiganya saling berinteraksi dalam satu kerangka konseptual. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya menguji pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem* dengan menempatkan resiliensi sebagai variabel moderator, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis mahasiswa yang mengalami *toxic relationship*.

Keterbaruan penelitian ini terletak pada pengujian model tersebut pada mahasiswa Generasi Z UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang hingga saat ini masih terbatas dalam kajian empiris. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam memahami faktor-faktor psikologis yang berperan dalam fenomena *toxic relationship* pada mahasiswa.

Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Generasi Z?
2. Apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Generasi Z?
3. Apakah resiliensi memoderasi pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Generasi Z?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Generasi Z.
2. Untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Generasi Z.
3. Untuk mengetahui apakah resiliensi memoderasi pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem* pada mahasiswa Generasi Z.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan dewasa awal yang membahas dinamika hubungan interpersonal pada mahasiswa Generasi Z. Secara khusus, penelitian ini memperkaya literatur mengenai pengaruh *toxic relationship* terhadap *self-esteem* dengan mengintegrasikan resiliensi sebagai variabel moderator. Dengan demikian, penelitian ini membantu menjelaskan mekanisme psikologis yang dapat memperkuat atau melemahkan dampak hubungan tidak sehat terhadap evaluasi diri individu.

Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program preventif dan intervensi psikologis bagi mahasiswa Generasi Z yang mengalami dinamika hubungan romantis tidak sehat. Resiliensi sebagai faktor pelindung khususnya dalam konteks pengaruh *toxic relationship* terhadap *self esteem* diharapkan dapat mendorong penguatan kemampuan regulasi emosi, penetapan batasan interpersonal yang sehat, serta pengembangan strategi *coping* adaptif. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya memahami dampak *toxic relationship* terhadap *self-esteem*, tetapi juga memiliki kapasitas psikologis untuk meminimalkan dampak negatif tersebut.

