

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan perancangan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa perempuan yang sedang atau pernah terjebak dalam hubungan beracun pada dasarnya telah mampu mengenali indikasi hubungan yang tidak sehat serta menyadari adanya perlakuan yang menyakiti. Namun, permasalahan utama yang dihadapi bukan terletak pada keterbatasan informasi mengenai gejala hubungan beracun, melainkan pada kesulitan mengidentifikasi faktor psikologis yang membuat mereka tetap bertahan meskipun telah muncul keinginan untuk pergi. Kondisi ini menyebabkan adanya jarak antara kesadaran rasional dan kemampuan untuk mengambil keputusan relasional yang lebih sehat.

Menanggapi permasalahan tersebut, kampanye media sosial yang dirancang dalam perancangan ini tidak berfokus pada penyampaian informasi yang bersifat pemaparan definisi, melainkan mengedepankan pesan yang bersifat reflektif dan validatif. Strategi komunikasi yang diterapkan bertujuan untuk membantu audiens memahami kondisi yang dialami melalui proses refleksi diri, sehingga audiens merasa diwakili, dipahami, dan tidak disalahkan atas pengalaman relasional yang mereka alami.

Secara visual, kampanye ini memanfaatkan gaya risograph dengan karakter tekstur *grainy*, *layering* warna yang tidak presisi, serta nuansa *retro-modern*. Pemilihan gaya visual tersebut digunakan sebagai metafora visual untuk merepresentasikan emosi yang kompleks, luka psikologis yang bertumpuk, serta kebingungan emosional yang sering dialami individu dalam hubungan beracun. Penggunaan efek *misprint*, *overlay*, serta teknik *duotone* dengan dominasi palet warna gelap menghadirkan kesan visual yang dramatis dan reflektif, sehingga pesan dapat diterima tidak hanya secara kognitif, tetapi juga secara emosional.

Sebagai bagian dari penerapan metode *design thinking*, tahap *testing* dilakukan melalui pameran karya yang menampilkan rangkaian desain kampanye

kepada audiens. Berdasarkan hasil pengamatan dan keterlibatan audiens selama pameran berlangsung, diperoleh respon bahwa pesan teks yang digunakan dalam karya kampanye dinilai relevan dan mampu merepresentasikan pengalaman individu yang pernah atau sedang berada dalam hubungan beracun. Hal ini menunjukkan bahwa pesan yang disampaikan berhasil membangun keterhubungan emosional dengan audiens sasaran.

Lebih lanjut, hasil pengisian lembar evaluasi pada seri Melihat ke Luar menunjukkan bahwa audiens merespons karya sebagai medium yang cukup membantu dalam memberikan sedikit kejelasan mengenai apa yang sebenarnya mereka inginkan dan yang perlu mereka lakukan dalam hubungan interpersonal. Sementara itu, pada seri Menyapa ke Dalam, audiens menyampaikan bahwa hasil dari pengisian tersebut justru memunculkan perasaan kebingungan terhadap diri sendiri, namun kebingungan tersebut diiringi dengan proses refleksi diri setelahnya. Respon ini mengindikasikan bahwa karya berperan sebagai medium yang menjembatani pesan kampanye dengan pengalaman personal audiens, sehingga audiens lebih terbuka dalam menerima pesan karena dirasa sesuai dengan kondisi dan dinamika relasional yang mereka alami.

Kebaruan dalam perancangan kampanye ini terletak pada pemanfaatan teknik visual dengan gaya yang konsisten dan berkarakter sebagai medium utama penyampaian pesan, serta pada pengangkatan topik ikatan trauma yang masih jarang ditemui dalam kampanye edukasi hubungan beracun di Indonesia. Berdasarkan hasil pengamatan terhadap kampanye serupa, masih jarang dijumpai kampanye edukasi mengenai hubungan beracun yang secara konsisten mengangkat fenomena ikatan trauma dengan strategi visual yang kuat dan selaras dengan pesan psikologis yang ingin disampaikan. Konsistensi teknik visual ini tidak hanya memperkuat identitas kampanye, tetapi juga meningkatkan daya resonansi pesan terhadap audiens.

B. Saran

Ke depannya, pengembangan topik ini dapat diarahkan pada pendekatan yang lebih menyeluruh dengan tidak hanya berfokus pada korban, tetapi juga memahami perspektif pelaku serta dinamika hubungan yang membentuk pola relasi toksik. Pendekatan ini penting karena perilaku toksik sering kali muncul

dari rangkaian pengalaman psikologis yang kompleks, termasuk luka emosional masa lalu, kurangnya keterampilan regulasi emosi, atau pola relasi yang dipelajari. Kajian yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor tersebut, termasuk pada pelaku yang sebelumnya pernah menjadi korban, dapat memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai bagaimana siklus hubungan tidak sehat terbentuk dan dipertahankan. Pemahaman ini dapat menjadi dasar bagi strategi kampanye yang lebih preventif. Selain itu, pengembangan media edukasi yang lebih interaktif, dapat membuat kampanye di masa mendatang lebih mudah dipahami, lebih personal, dan lebih efektif dalam menjangkau audiens secara emosional.



DAFTAR PUSTAKA

A. Buku

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Carnes, P. J. (1997). *The betrayal bond: Breaking free of exploitive relationships*. Deerfield Beach, FL: Health Communications.
- Dondis, D. A. (1973). *A primer of visual literacy*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Glass, L. (1995). *Toxic people: 10 ways of dealing with people who make your life miserable*. New York, NY: St. Martin's Press.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York, NY: Bantam Books.
- Ibrahim, T. (2021). *Book of toxic relationship*. Jakarta: Bright Publisher.
- Kotler, P., & Lee, N. R. (2008). *Social marketing: Influencing behaviors for good* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Lebah Jingga. (2020). *The art of ending toxic relationship*. Jakarta: Vice Versa.
- Rustan, S. (2013). *Layout dasar dan penerapannya*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (8th ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York, NY: Macmillan.

B. Jurnal

Ananda, R. P., & Firmanto, A. (2021). Dinamika psikologis mahasiswa dengan toxic relationship. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 11(2), 125–138.

Indahwati, L. (2020). Fenomena toxic relationship dalam berpacaran. *Jurnal Psikologi Sanata Dharma*, 6(1), 45–59.

Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 226–239.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.08.002>

Latifah, R., & Suryani, T. (2021). Ikhlas, lepas, tuntas: Interpretative phenomenological analysis tentang pengalaman perempuan korban toxic relationship dalam berpacaran. *Jurnal RAP UNP*, 12(1), 56–70.

Lovejoy, K., & Saxton, G. D. (2012). Information, community, and action: How nonprofit organizations use social media. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 17(3), 337–353.
<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2012.01576.x>

Saputri, A. D., & Prasetyo, R. (2021). Mengenal perilaku toxic relationship dan dampak pada kesehatan mental dan fisik. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 13(3), 300–312.

Sbarra, D. A., & Emery, R. E. (2005). The emotional sequelae of nonmarital relationship dissolution. *Personal Relationships*, 12(2), 213–232.

C. Artikel

Badan Pusat Statistik. (2023). Jumlah perceraian menurut provinsi dan faktor. BPS.
<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>

Badan Pusat Statistik. (2024). Jumlah perceraian menurut provinsi dan faktor. BPS.
<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2024>

[sWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2024](https://www.katadata.co.id/demografi/statistik/3b83cbbe88dc1e1/kasus-perceraian-di-indonesia-turun-pada-2023-pertama-sejak-pandemi#:~:text=Menurut%20laporan%20Statistik%20Indonesia)

Databoks Katadata. (2023). Kasus perceraian di Indonesia turun pada 2023, pertama sejak pandemi. Katadata.
<https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/3b83cbbe88dc1e1/kasus-perceraian-di-indonesia-turun-pada-2023-pertama-sejak-pandemi#:~:text=Menurut%20laporan%20Statistik%20Indonesia>

Databoks Katadata. (2024). 75% kasus perceraian di Indonesia diajukan pihak istri. Katadata.
<https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/e120450c03592e7/75-kasus-perceraian-di-indonesia-diajukan-pihak-istri>

Data Indonesia. (2024). Hasil survei pengalaman masyarakat Indonesia jalani hubungan toksik. DataIndonesia.id.
<https://dataindonesia.id/varia/detail/hasil-survei-pengalaman-masyarakat-indonesia-jalani-hubungan-toksik>

Detik Health. (2023). 1.151 remaja wanita RI jadi korban kekerasan pacar, catat tanda pasangan toxic. Detik.com.
<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-6576723/1-151-remaja-wanita-ri-jadi-korban-kekerasan-pacar-catat-tanda-pasangan-toxic>

Detik.com. (2024). Angka perceraian meningkat, Menag usul UU perkawinan direvisi. Detik.com.
<https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-7882041/angka-perceraian-meningkat-menag-usul-uu-perkawinan-direvisi>

Froyonion. (2023). Mengapa perempuan cenderung mampu bertahan dalam *toxic relationship*. Froyonion.
<https://www.froyonion.com/news/esensi/mengapa-perempuan-cenderung-mampu-bertahan-dalam-toxic-relationship#:~:text=Membuat%20justifikasi%20dalam%20pikiran>

Gramedia. (2023). Pengertian dan contoh manusia sebagai makhluk sosial. Gramedia.com.
<https://www.gramedia.com/literasi/pengertian-dan-contoh-manusia-sebagai-makhluk-sosial>

- Komnas Perempuan. (2023). Catahu 2023: Kekerasan terhadap perempuan di ranah negara meningkat. SuaraKeadilan.org. <https://www.suarakeadilan.org/id/publikasi/publikasi/buletin/36-publikasi/suara-keadilan/283-catahu-komnas-perempuan-2023-kekerasan-terhadap-perempuan-di-ranah-negara-meningkat>
- Komnas Perempuan. (2025). Ringkasan eksekutif dan rekomendasi Catahu Komnas Perempuan 2024: Menata data, menajamkan arah, refleksi pendokumentasian dan tren kasus kekerasan terhadap perempuan 2024 (hlm. 1–50). Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan.
- Kompas.com. (2023). Menyoal kenaikan angka perceraian di Indonesia. Kompas.com. <https://www.kompas.com/konsultasihukum/read/2023/12/31/070435480/menyoal-kenaikan-angka-perceraian-di-indonesia>
- Pijar Psikologi. (2022). Fakta menarik seputar kebutuhan manusia akan rasa cinta dan keinginan untuk dimiliki. PijarPsikologi.org. <https://pijarpsikologi.org/blog/fakta-menarik-seputar-kebutuhan-manusia-akan-rasa-cinta-dan-keinginan-untuk-dimiliki>
- The Conversation. (2024). Mengapa memilih bertahan: Riset temukan bias kognitif di balik kekerasan dalam pacaran. TheConversation.com. <https://www.theconversation.com/mengapa-memilih-bertahan-riset-temukan-bias-kognitif-di-balik-kekerasan-dalam-pacaran-238570>