

SKRIPSI

**FENOMENA *GASLIGHTING* DALAM HUBUNGAN ASMARA
PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA**



RAMA TANJUNG ANATASYA

07021282126066

JURUSAN SOSIOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025

SKRIPSI

FENOMENA *GASLIGHTING* DALAM HUBUNGAN ASMARA PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
S1 Sosiologi (S.Sos)
Pada
Program Studi S1 Sosiologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya



RAMA TANJUNG ANATASYA

07021282126066

**JURUSAN SOSIOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

FENOMENA *GASLIGHTING* DALAM HUBUNGAN ASMARA PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Menempuh Dcrajat
Sarjana S-1

Oleh :

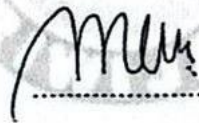
RAMA TANJUNG ANATASYA
07021282126066

Pembimbing I

Tanda Tangan

Tanggal

Merv Yanti, S.Sos. MA
NIP. 197705042000122001



27-Februari-2025

Mengetahui,
Ketua Jurusan.



Dr. Diana Dewi Sartika, M.Si
NIP. 198002112003122003

HALAMAN PENGESAHAN

FENOMENA GASLIGHTING DALAM HUBUNGAN ASMARA PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi

RAMA TANJUNG ANATASYA
07021282126066

Telah dipertahankan di depan penguji
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Pada tanggal 5 Maret 2025

Pembimbing :

1. Mery Yanti, S.Sos., MA

NIP. 197705042000122001

Tanda Tangan



Penguji :

1. Dra. Yusnaini, M.Si

NIP. 196405051993022001

Tanda Tangan



2. Yulasteriyani, S.Sos., M.Sos

NIP. 199206062019032025



Mengetahui,





KEMENTERIAN PENDIDIKAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
JURUSAN SOSIOLOGI

Alamat : Jalan Palembang-Prabumulih, KM 32 Inderalaya Kabupaten Ogan Ilir 30662
Telepon (0711) 580572 Faksimile (0711) 580572 Laman : www.fisip.unsri.ac.id

PERNYATAAN ORISIONALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rama Tanjung Anatasya
Nim : 07021282126066
Jurusan :Sosiologi

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Fenomena *Gaslighting* dalam hubungan asmara pada mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya” ini benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi saya di atas merupakan jiplakan karya orang lain (plagiarism), terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, 27 Februari 2025

Yang buat pernyataan,



Rama Tanjung Anatasya
NIM 07021282126066

KATA PENGANTAR

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat, anugerah, dan kesempatan yang diberikan, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul "Fenomena *Gaslighting* dalam Hubungan Asmara pada Mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya." Tak lupa, shalawat dan salam senantiasa kita persembahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai teladan hidup kita, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh cahaya. Skripsi ini disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosiologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya.

Dalam proses penulisan dan penyusunan skripsi ini, penulis sangat terbantu oleh bimbingan, dukungan, semangat, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini. Melalui kesempatan ini, dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang memudahkan serta melancarkan segala urusan dalam penulisan
2. Bapak Prof. Dr. Taufik Marwa, S.E., M.Si, selaku Rektor Universitas Sriwijaya beserta jajarannya.
3. Bapak Prof. Dr. Alfitri, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya beserta jajarannya.
4. Ibu Dr. Diana Dewi Sartika, M.Si selaku Ketua Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Gita Isyanawulan, S.Sos., MA selaku Sekretaris Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya.
6. Ibu Mery Yanti, S.Sos, MA selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah banyak membantu dan mengarahkan penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

7. Seluruh Dosen, staff dan karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya yang telah memberikan banyak ilmu, motivasi dan bantuan yang sangat berarti selama proses perkuliahan.
8. Kedua orangtua penulis yang selalu memberikan dukungan tanpa henti dalam setiap aktivitas perkuliahan, baik secara materi maupun doa. Tanpa kasih sayang dan doa mereka, penulis tidak akan sampai pada titik ini.
9. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Farhan Nugraha, S.Kom, yang tak kalah penting peranannya. Terima kasih telah setia menemani penulis sejak awal perkuliahan di semester 1 hingga saat ini. Terima kasih atas segala kebersamaan yang telah terjalin selama masa kuliah. Semoga kita selalu bisa bersama di setiap langkah yang akan datang.
10. Teman-teman seperjuangan saya Bunga dan Al, yang selalu setia menemani sepanjang proses bimbingan dan penulisan skripsi ini.
11. Teman-teman Sosiologi Fisip Unsri angkatan 2021 atas keseruan nya di kelas selama masa perkuliahan.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan terlibat dalam proses penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam karya ini, yang disebabkan oleh keterbatasan diri penulis. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif untuk perbaikan penelitian ini di masa mendatang.

Palembang, 27 Februari 2025

Penulis

Rama Tanjung Anatasya

07021282126066

ABSTRAK

FENOMENA *GASLIGHTING* DALAM HUBUNGAN ASMARA PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Gaslighting merupakan suatu teknik manipulasi psikologis yang dilakukan dengan cara membuat korban merasa lemah, bingung, dan meragukan kenyataan atau diri mereka sendiri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bentuk-bentuk *gaslighting* yang terjadi dalam hubungan asmara yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Sriwijaya dan untuk mengetahui alasan mengapa korban *gaslighting* dalam hubungan asmara ini memilih tetap mempertahankan hubungan asmara mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teori Kekerasan Simbolik yang dikemukakan oleh Pierre Bourdieu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk-bentuk *gaslighting* yang dialami mahasiswa dalam hubungan asmaranya yakni *trivialization*, *blame-shifting*, distorsi realitas, isolasi sosial dan pelemahan kemandirian. Alasan korban *gaslighting* memilih tetap mempertahankan hubungan asmaranya adalah karena harapan untuk perubahan, perasaan sulit meninggalkan, ketakutan memperburuk keadaan, dan beban emosional.

Kata Kunci : *Gaslighting*, Hubungan Asmara, Mahasiswa

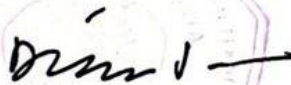
Palembang, 20 Maret 2025

Disetujui oleh,
Dosen Pembimbing



Mery Yanti, S.Sos., MA
NIP. 197705042000122001

Ketua Jurusan Sosiologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Sriwijaya



Dr. Diana Dewi Sartika, M.Si
NIP.196006251985032002

ABSTRACT

FENOMENA GASLIGHTING DALAM HUBUNGAN ASMARA PADA MAHASISWA FISIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Gaslighting is a psychological manipulation technique that causes victims to feel weak, confused, and doubt their own reality or self-worth. The aim of this research is to understand the forms of gaslighting that occur in romantic relationships experienced by students from the Faculty of Social and Political Sciences (FISIP) at Universitas Sriwijaya and to explore why the victims of gaslighting in these relationships choose to remain in the relationship. This study uses a qualitative approach with data collection techniques including observation, in-depth interviews, and documentation. The research is based on Pierre Bourdieu's theory of Symbolic Violence. The findings reveal that the forms of gaslighting experienced by students in their romantic relationships include trivialization, blame shifting, reality distortion, social isolation, and undermining independence. The main reasons why gaslighting victims choose to stay in their relationships are hope for change, the difficulty of leaving, fear of worsening the situation, and emotional burdens.

Keywords : *Gaslighting, Romantic Relationship, Students*

Palembang, 20 Maret 2025

*Approved by,
Advisor*

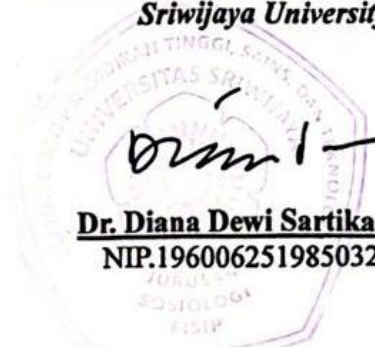


Mery Yanti, S.Sos., MA
NIP. 197705042000122001

***Head of Department of Sociology
Faculty of Social and Political Science
Sriwijaya University***



Dr. Diana Dewi Sartika, M.Si
NIP.196006251985032002



DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	11
2.1 Penelitian Terdahulu.....	11
2.2 Kerangka Pemikiran	17
2.2.1 Konsep <i>Gaslighting</i>	17
2.2.2 Definisi Hubungan asmara	20
2.2.3 Definisi Mahasiswa	21
2.2.4 Teori Kekerasan Simbolik (Pierre Bourdieu)	22
2.2.5 Bagan Kerangka Pemikiran	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Desain Penelitian.....	30
3.2 Lokasi Penelitian	31
3.3 Strategi Penelitian	31
3.4 Fokus Penelitian	32

3.5 Jenis dan Sumber Data	33
3.6 Penentuan Informan	34
3.7 Peranan Peneliti.....	35
3.8 Unit Analisis Data	35
3.9 Teknik Pengumpulan Data	36
3.10 Teknik Pemeriksaan dan Keabsahan Data.....	38
3.11 Teknik Analisis Data.....	39
3.12 Jadwal Kegiatan Penelitian	42
BAB IV GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	43
4.1 Sejarah Serta Visi, Misi dan Tujuan Universitas Sriwijaya.....	43
4.1.1 Sejarah Universitas Sriwijaya.....	43
4.1.2 Letak Geografis Universitas Sriwijaya.....	45
4.1.3 Visi, Misi dan Tujuan Universitas Sriwijaya	47
4.1.4 Struktur Organisasi Universitas Sriwijaya.....	49
4.2 Sejarah, Visi, Misi, dan Tujuan Pembentukan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.....	49
4.2.1 Sejarah Pembentukan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.....	49
4.2.2 Visi, Misi, dan Tujuan Dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.....	50
4.2.3 Struktur Organisasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya	52
4.3 Jurusan di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.....	53
4.3.1 Jurusan Administrasi Publik	53
4.3.2 Jurusan Sosiologi	53
4.3.3 Jurusan Ilmu Komunikasi	54
4.3.4 Jurusan Hubungan Internasional.....	55
4.4 Gambaran Umum Informan Penelitian	55
4.4.1 Informan Utama.....	56
4.4.2 Informan Pendukung	60
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	63
5.1 Bentuk-bentuk <i>Gaslighting</i> dalam Hubungan Asmara Pada Mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya	64
5.1.1 <i>Trivialization</i>	64
5.1.2 <i>Blame-Shifting</i>	67
5.1.3 Distorsi Realitas.....	70

5.1.4 Isolasi Sosial dan Pelemahan Kemandirian.....	74
5.2 Alasan Korban <i>Gaslighting</i> Mempertahankan Hubungannya.....	83
5.2.1 Harapan Untuk Perubahan.....	84
5.2.2 Perasaan Sulit Meninggalkan.....	86
5.2.3 Ketakutan Memperburuk Keadaan.....	90
5.2.4 Beban Emosional.....	92
BAB VI PENUTUP.....	100
6.1 Kesimpulan.....	100
6.2 Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Jumlah Mahasiswa Korban <i>Gaslighting</i> Dalam Hubungan Asmara Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya Tahun 2021-2024.....	5
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	16
Tabel 3. 1 Fokus Penelitian.....	32
Tabel 3. 2 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	42
Tabel 4. 1 Data Informan Utama Penelitian.....	60
Tabel 4. 2 Data Informan Pendukung Penelitian.....	62
Tabel 5. 1 Bentuk <i>Gaslighting</i> dalam Hubungan Asmara pada Mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya.....	79
Tabel 5. 2 Alasan Mahasiswa Tetap Mempertahankan Hubungan Asmara.....	94
Tabel 5. 3 Bentuk dan alasan korban <i>gaslighting</i> memilih bertahan.....	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Diagram korban <i>Gaslighting</i> dalam hubungan asmara pada mahasiswa Universitas Sriwijaya Tahun 2024	6
Gambar 1.2 Diagram kapan korban mulai merasakan adanya <i>gaslighting</i>	7
Gambar 3.1 Analisis Model Interaktif.....	39
Gambar 4.1 Universitas Sriwijaya	45
Gambar 4.2 Lokasi Universitas Sriwijaya Indralaya	45
Gambar 4.3 Lokasi Universitas Sriwijaya Palembang.....	46
Gambar 4.4 Struktur Organisasi Universitas Sriwijaya	49
Gambar 4.5 Struktur Organisasi FISIP Universitas Sriwijaya.....	52

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hubungan antarpribadi memegang peranan penting dalam kehidupan manusia, terutama dalam masa transisi menuju dewasa, seperti yang dialami oleh mahasiswa. Di antara berbagai bentuk hubungan antarpribadi, hubungan asmara merupakan hubungan yang paling mempengaruhi psikologis dan kesejahteraan seseorang. Hubungan asmara adalah salah satu bentuk hubungan antarpribadi yang melibatkan rasa cinta dan perhatian satu sama lain. Hubungan asmara terbentuk berdasarkan adanya saling ketertarikan dan saling memiliki. Ketika dua individu merasakan hal tersebut, hubungan asmara mulai terjalin dan menimbulkan perasaan saling memerlukan antara pasangan. Seiring waktu, perasaan tersebut akan berkembang menjadi ikatan yang lebih kuat, yang melibatkan komitmen untuk saling mendukung dan berbagi kehidupan (Rahayu, 2023).

Pada masa transisi menuju dewasa, hubungan asmara sering kali menjadi salah satu aspek penting yang menentukan bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri dan bagaimana dirinya berinteraksi dengan dunia luar. Dalam konteks sosial dan akademis, hubungan asmara yang sehat dapat memberikan dukungan emosional yang kuat dan membantu individu menghadapi berbagai tantangan yang dihadapi (Rahmadewi, 2020). Sebaliknya, tidak semua hubungan asmara berjalan dengan harmonis. Beberapa di antaranya mengandung dinamika kekuasaan yang tidak sehat, salah satunya adalah *gaslighting*. Istilah ini pertama kali diperkenalkan melalui drama *Gas Light* pada tahun 1944 dan sejak itu menjadi topik penting dalam studi psikologi dan sosiologi.

Gaslighting merupakan bentuk manipulasi psikologis di mana pelaku berusaha membuat korban meragukan persepsi dan realitas mereka sendiri melalui tindakan yang halus namun sistematis (Kelley, 2023). “Halus” di sini merujuk pada cara pelaku melakukan manipulasi secara perlahan dan terselubung, sering kali

tanpa disadari oleh korban. Pelaku tidak langsung menyerang secara terbuka, melainkan menggunakan komentar, sikap, atau tindakan kecil yang tampak sepele namun terus berulang, yang bertujuan untuk merusak keyakinan korban terhadap diri sendiri (Dorpat, 1994).

Salah satu bentuk *gaslighting* terjadi ketika pelaku secara konsisten menyangkal fakta atau peristiwa yang telah terjadi, membuat korban meragukan ingatan dan persepsi mereka. Misalnya, pelaku mungkin berkata, "Itu tidak pernah terjadi" atau "Kamu salah ingat," sehingga korban mulai mempertanyakan kenyataan yang mereka alami (Sweet, 2019). Bentuk lain dari *gaslighting* muncul ketika pelaku memutarbalikkan kata-kata korban untuk membuat mereka merasa bersalah atau tidak valid. Ketika korban mengungkapkan kekecewaannya, pelaku mungkin berkata, "Kamu terlalu sensitif" atau "Kamu selalu melebih-lebihkan masalah kecil," yang meremehkan perasaan korban dan memperlemah kepercayaan dirinya (Simon, 2011). Di samping itu, pelaku sering berusaha mengisolasi korban dari orang-orang terdekatnya, seperti keluarga dan teman, dengan meyakinkan mereka bahwa orang-orang tersebut tidak peduli atau bahkan berniat buruk.

Bentuk lain *gaslighting* juga dapat muncul dalam *emotional gaslighting*, di mana pelaku membuat korban meragukan reaksi emosional mereka sendiri. Pelaku sering menuduh korban bereaksi berlebihan, membuat mereka mempertanyakan apakah perasaan mereka valid (Sodoma, 2022). Selain itu, pelaku menggunakan *trivialization*, yaitu meremehkan kekhawatiran korban, membuat korban merasa bahwa mereka tidak penting atau layak diperhatikan. Hal ini semakin memperkuat ketergantungan emosional korban terhadap pelaku (Kukreja & Pandey, 2023).

Meskipun berbagai bentuk *gaslighting* ini jelas merugikan korban, banyak dari mereka yang tetap mempertahankan hubungan dengan pelaku. Ketergantungan emosional dan psikologis yang terbentuk akibat manipulasi membuat korban merasa tidak berdaya. Dalam banyak kasus, korban percaya bahwa pelaku adalah satu-satunya orang yang memahami mereka, sehingga mereka merasa tidak memiliki pilihan lain. Harapan bahwa pelaku akan berubah atau bahwa situasi akan membaik sering kali memperkuat keputusan korban untuk

tetap bertahan dalam hubungan tersebut. Hal ini diperparah dengan siklus kekerasan yang diikuti oleh fase "*honeymoon*," di mana pelaku menunjukkan sikap manis dan penuh kasih sayang, memberikan harapan palsu bahwa keadaan akan membaik (Dutton & Painter, 1993).

Ketakutan dan intimidasi juga sering menjadi faktor yang mengikat korban dalam hubungan *gaslighting*. Ancaman fisik atau emosional dari pelaku membuat korban merasa lebih aman untuk bertahan, ketimbang menghadapi risiko yang mungkin terjadi jika mereka memilih untuk meninggalkan hubungan. Selain itu, stigma sosial dan budaya dapat mempengaruhi keputusan korban untuk tetap bertahan, terutama di masyarakat di mana meninggalkan pasangan dianggap tabu dan dapat berdampak negatif pada reputasi atau pandangan keluarga terhadap mereka (Anderson, 2017).

Faktor sosial dalam *gaslighting* tidak hanya terjadi pada tingkat individu, tetapi juga berkaitan dengan kesenjangan sosial yang lebih luas, terutama terkait gender. Konsep habitus dari Pierre Bourdieu menjelaskan bagaimana norma-norma sosial yang tertanam mendalam membuat kekerasan simbolik ini tampak wajar bagi korban. Habitus, sebagai pola pikir dan perilaku yang terbentuk dari pengalaman sosial, menyebabkan korban menerima tindakan manipulatif ini sebagai hal yang normal dalam hubungan, sehingga mereka tidak menyadari bahwa mereka sedang menjadi korban *gaslighting*. Pelaku *gaslighting* memanfaatkan stereotip gender dan kekuasaan untuk memperkuat kontrol mereka atas korban, yang membuat korban merasa bahwa posisi mereka sebagai pihak yang dikendalikan adalah sesuatu yang tidak bisa diubah (Bourdieu, 1977). *A qualitative analysis of gaslighting in romantic relationships* (Klein et al., 2023) menunjukkan bahwa manipulasi psikologis ini memiliki dampak yang merusak, terutama bagi perempuan, dengan mayoritas korban yang disurvei berusia antara 18 hingga 69 tahun. Mereka melaporkan peristiwa *gaslighting*, dinamika hubungan mereka, serta dampak buruknya terhadap kesehatan mental.

Pada masa transisi menuju kedewasaan, individu dihadapkan pada berbagai tantangan baru yang menguji kestabilan emosi dan identitas diri. Mahasiswa, sebagai bagian dari kelompok usia dewasa muda (18-25 tahun), mengalami fase perkembangan yang unik, di mana mereka menghadapi tekanan untuk membuat keputusan penting terkait karir, hubungan jangka panjang, dan tanggung jawab sosial. Ketidakstabilan emosional, yang ditandai dengan fluktuasi emosi, kebingungan, dan kegelisahan, sering kali muncul karena ketidakpastian dalam menentukan peran dan identitas diri mereka di masyarakat (Rogers & Heckhausen, 2020). Dalam konteks ini, dinamika *gaslighting* dapat diperburuk oleh ketidakstabilan emosional mahasiswa saat mencari jati diri. Mahasiswa yang baru memasuki lingkungan sosial baru, seperti dunia kampus, biasanya berada dalam proses adaptasi terhadap norma-norma sosial, sehingga mereka lebih rentan terhadap manipulasi. Tekanan akademis dan sosial yang tinggi, membuat mereka lebih mudah dipengaruhi dalam hubungan pribadi.

Gaslighting tidak hanya merusak kesehatan mental korban, tetapi juga mengganggu perkembangan identitas, terutama pada usia rentan 18-25 tahun. Usia 18-25 tahun merupakan fase di mana individu mengalami perkembangan kognitif yang signifikan, termasuk kemampuan untuk berpikir abstrak dan mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka. Namun, kestabilan emosional mereka masih berkembang, sehingga mereka lebih rentan terhadap tekanan (Rogers & Heckhausen, 2020). Tekanan dari pendidikan dan hubungan sosial memperburuk kerentanan ini, membuat mereka lebih mudah terpengaruh oleh *gaslighting* (Schwartz & Zamboanga, 2019). Meskipun anak-anak di SD, SMP, dan SMA juga mengalami perkembangan identitas, pengalaman sosial mereka juga lebih terbatas dan ketergantungan pada orang tua lebih besar (Beyers & Goossens, 2020). Namun, pada mahasiswa, kompleksitas hubungan dan keputusan hidup lebih signifikan, yang meningkatkan risiko mereka terkena *gaslighting*.

Berikut adapun data beberapa mahasiswa Universitas Sriwijaya yang pernah mengalami tindakan *gaslighting* dalam hubungan asmara, data diperoleh melalui survei dan observasi awal peneliti yang dilakukan di Universitas Sriwijaya dengan

menggunakan Google Form yang dapat diakses mulai tanggal 3 September hingga 18 September 2024.

Tabel 1. 1
Jumlah Mahasiswa Korban *Gaslighting* Dalam Hubungan Asmara Pada
Mahasiswa Universitas Sriwijaya Tahun 2021-2024
Berdasarkan Fakultas Tahun 2021-2024

No	Fakultas	Jumlah Korban <i>Gaslighting</i>	Persen (%)
1	Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	21	50%
2	Fakultas Hukum	3	7,1%
3	Fakultas Ekonomi dan Bisnis	2	4,8%
4	Fakultas Pertanian	1	2,4%
5	Fakultas Teknik	2	4,8%
6	Fakultas Kedokteran	3	7,1%
7	Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan	3	7,1%
8	Fakultas Kesehatan Masyarakat	1	2,4%
9	Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	1	2,4%
10	Fakultas Ilmu Komputer	5	11,9%
Jumlah		42	100%

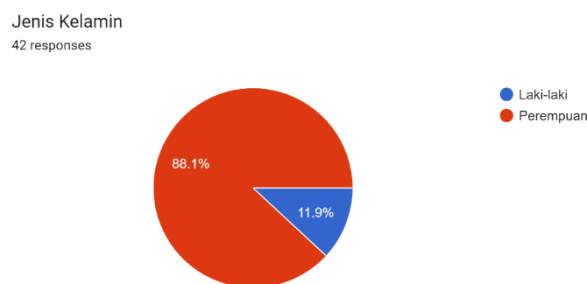
Sumber : Diolah oleh Peneliti (2024)

Pada Tabel 1.1 menunjukkan bahwa dari 10 Fakultas yang ada di Universitas Sriwijaya dan yang mengisi *google form* sebagai korban *gaslighting* dalam hubungan asmara berjumlah 42 orang (100%). Korban *gaslighting* terbanyak berasal dari fakultas ilmu sosial dan ilmu politik sebanyak 21 orang (50%), Tindakan *gaslighting* dalam hubungan asmara juga terjadi di Fakultas hukum yakni dengan jumlah 3 orang (7,1%), kemudian pada Fakultas ekonomi dan bisnis terdapat 2 orang (4,8%), lalu korban *gaslighting* pada Fakultas pertanian berjumlah 1 orang (2,4%), pada Fakultas teknik korban *gaslighting* dalam hubungan asmara berjumlah 2 orang (4,8%), selanjutnya korban *gaslighting* dalam hubungan asmara juga terjadi pada Fakultas kedokteran sebanyak 3 orang (7,1%), kemudian pada

Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan sebanyak 3 orang (7,1%), pada Fakultas kesehatan masyarakat terdapat 1 orang (2,4%), pada Fakultas matematika dan ilmu pengetahuan alam terdapat 1 orang (2,4%), dan korban *gaslighting* dalam hubungan asmara juga terjadi di Fakultas ilmu komputer dengan jumlah 5 orang (11,9%). Berdasarkan pada tabel diatas Fakultas dengan jumlah korban *gaslighting* terbanyak ada pada Fakultas ilmu sosial dan ilmu politik. Oleh karena itu, peneliti akan memfokuskan penelitian ini pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya untuk mempelajari bagaimana gambaran *gaslighting* diterima oleh para korban. *Gaslighting* sendiri terkesan sepele dan masih belum banyak yang membahas tentang ini, namun para pelaku akan sangat membahayakan karena mampu dalam mengendalikan orang lain dengan menutupi realitas.

Berdasarkan temuan survei dan observasi awal, yakni dengan menyebar *Google Form* yang didalamnya meliputi penjelasan mengenai apa itu *gaslighting*, contoh-contoh dari *gaslighting*, bagaimana fenomena *gaslighting* dalam hubungan asmara, identitas korban yang mengalami *gaslighting* seperti jenis kelamin dan kapan korban mulai merasakan adanya *gaslighting*. Berikut merupakan gambaran data dari hasil survei, yakni sebagai berikut:

Gambar 1. 1
Diagram korban *Gaslighting* dalam hubungan asmara pada mahasiswa Universitas Sriwijaya Tahun 2024



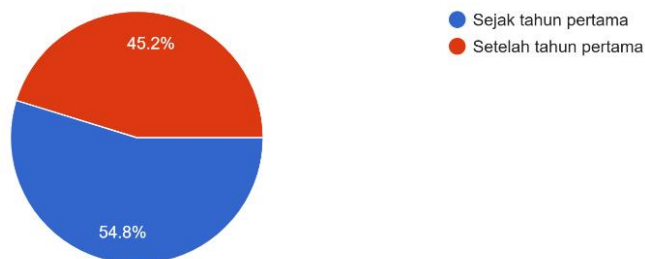
Sumber : Diolah oleh Peneliti (2024)

Berdasarkan analisis terhadap gambar 1.1 dari keseluruhan survei awal yang telah dilakukan melalui *google form*, didapati bahwa 88,1% (37 orang) korban *gaslighting* berjenis kelamin perempuan dan sisanya 11,9% (5 orang) berjenis

kelamin laki-laki. Dilihat dari gambar 1.1, hal ini terjadi karena adanya asumsi yang keliru bahwa perempuan lebih mudah dipengaruhi secara emosional dan tidak mampu berpikir secara rasional dibandingkan dengan laki-laki.

Gambar 1. 2
Diagram kapan korban mulai merasakan adanya *gaslighting*

Ketika hubungan asmara berjalan, kapan anda mulai merasakan adanya *gaslighting* ?
42 responses



Sumber : Diolah oleh Peneliti (2024)

Berdasarkan diagram diatas, terlihat bahwa 54,8% dari responden mulai merasakan *gaslighting* sejak tahun pertama hubungan dan 45,2% dari responden baru merasakan *gaslighting* setelah tahun pertama hubungan. Dapat dilihat bahwa sebagian besar korban (lebih dari setengahnya) mulai merasakan adanya *gaslighting* sejak tahun pertama hubungan mereka. Meskipun korban sudah mengetahui adanya perilaku *gaslighting* dalam hubungan mereka, masih ada yang memilih untuk bertahan. Hal ini menunjukkan bahwa para korban memiliki alasan tertentu untuk tidak segera mengakhiri hubungan, seperti adanya harapan perubahan, rasa sayang, atau ketergantungan emosional yang kuat.

Mahasiswa FISIP dipilih sebagai subjek penelitian karena mereka mempelajari dinamika sosial dan hubungan antarpribadi, termasuk fenomena kekerasan simbolik dan manipulasi dalam hubungan. Meskipun memiliki kesadaran lebih tinggi terhadap isu-isu sosial, mereka tetap rentan terhadap praktik manipulatif seperti *gaslighting* (Susilowati, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk *gaslighting* yang dialami oleh mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya serta memahami alasan di balik keputusan korban untuk

mempertahankan hubungan mereka meskipun mengalami tindakan manipulatif yang merugikan.

Dengan memahami fenomena ini, diharapkan dapat memberikan wawasan tentang dinamika kekuasaan dan ketergantungan emosional dalam hubungan asmara, serta menjadi dasar dalam membantu korban *gaslighting* dengan meningkatkan kesadaran di kalangan mahasiswa mengenai tanda-tanda *gaslighting*. Penelitian ini diharapkan tidak hanya berkontribusi pada pengembangan literatur akademis tetapi juga memberikan panduan praktis untuk melindungi mahasiswa dari bahaya manipulasi yang dapat merugikan kehidupan pribadi dan akademis mereka. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti memutuskan untuk mengambil judul penelitian “Fenomena *Gaslighting* dalam Hubungan Asmara pada Mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ada, maka rumusan masalah pada penelitian ini berjudul “Fenomena *Gaslighting* dalam Hubungan Asmara pada Mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya” dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana bentuk *gaslighting* yang dialami oleh mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya?
2. Mengapa korban *gaslighting* memilih tetap mempertahankan hubungan mereka?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan fenomena korban *gaslighting* dalam hubungan asmara pada mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk menganalisis bentuk *gaslighting* yang terjadi dalam hubungan asmara mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya.
2. Untuk mengetahui alasan korban *gaslighting* memilih tetap mempertahankan hubungan mereka.

1.4 Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang akan didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menganalisis fenomena *gaslighting* yang sering terjadi namun masih jarang diteliti, khususnya dalam hubungan asmara mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya. Temuan penelitian ini akan memperkaya kajian Sosiologi, terutama dalam Sosiologi Gender yang membahas dinamika kekuasaan berbasis gender, serta Psikologi Sosial yang menyoroti pengaruh manipulasi terhadap persepsi dan perilaku korban. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya melanjutkan studi tentang perilaku manipulatif dalam hubungan, tetapi juga dapat menjadi pedoman bagi penelitian serupa di masa depan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini ialah:

1. Bagi Mahasiswa
Penelitian ini dapat membantu mahasiswa untuk lebih efektif dalam menjalani hubungan asmaranya sehingga tidak terjerumus ke dalam hubungan tidak sehat yang dapat merusak mental dan psikologis.
2. Bagi Masyarakat
Penelitian ini dapat memberikan pemahaman dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang apa itu *gaslighting*. Dengan

pemahaman yang lebih baik, individu dapat lebih waspada terhadap tanda-tanda *gaslighting* dalam hubungan mereka.

3. Bagi Pemegang Kepentingan di Universitas Sriwijaya

Penelitian ini dapat digunakan untuk mengurangi tindakan *gaslighting* dalam hubungan asmara yang dialami mahasiswa FISIP Universitas Sriwijaya.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

- Aksara, M., & Akademia, G. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif*. <https://www.researchgate.net/publication/374373839>
- Bourdieu, P. (1977). *Outline of a Theory of Practice*.
- Bourdieu, P. (1991). *Language and Symbolic Power*.
- Bourdieu, P. (2010). *Habitus: A Sense of Place*.
- Kelley, A. (2023). *Gaslighting Recovery for Women*. books.google.com. <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=R1nGEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=gaslighting&ots=JWEyH7VyoZ&sig=4B5sd7u882Tq45H4vO5P15UStc8>
- Koentjaraningrat. (1980). *Metode-Metode Penelitian Masyarakat*, Jakarta: PT Gramedia.
- Kurniasih, D., Rusfiana, Y., Subagyo, A., & Nuradhawati, R. (2021). *Teknik Analisa*.
- Kuswarno, E. (2009). *Fenomenologi: metode penelitian komunikasi : konsepsi, pedoman, dan contoh penelitiannya*.
- Lestari, M. P., Ismail, M. H. Z., Ahmad, M. H., & Psi, S. (2021). *Gaslighting Kisah Cinta Berselimut Luka Sosialisasi Fenomena Kekerasan dalam Relasi*.
- Miles, M., Huberman, M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis : a methods sourcebook*.
- Morrisan. (2017). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Kencana.
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*. Pustaka Ramadhan.
- Semiawan, C. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya*. Grasindo
- Subadi, T. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Surakarta : Muhammadiyah University Press.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Jurnal :

- Akdeniz, B., & Cihan, H. (2024). *Gaslighting and Interpersonal Relationships : Systematic Review*. 146–158.
- American Psychological Association. (2021). *Distorted Thinking Patterns and Mental Health*.
- Anderson. (2017). *Gender, Status, and Domestic Violence : An Integration of Feminist and Family Violence Approaches*.
- Asniah, A., Dalimoenthe, I., & Riskia Fitri, M. (2023). *KEKERASAN DALAM BERPACARAN (Studi Kasus: Lima Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Berpacaran di DKI Jakarta)* (Vol. 3, Issue 1).
- Beauchamp, M. (2024). *What Is Gaslighting in a Relationship? These Are the Warning Signs to Look For*.
- Beyers, & Goossens. (2020). *Social Identity Development in Adolescence and Emerging Adulthood : The Role of Social Context*.
- Cohen, & Wills. (1985). *Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis*. 310–357.
- Devani, M. (2025). *Blame Shifting (13 Ways Blame Shifting Harms A Relationship)*.
- Dody, A., Agustang, M. P., Ridwan, M., Ahmad, S., & Arifin, I. (2024). Analisis Kekerasan Simbolik Pada Film Mrs. Chatterjee Vs Norway. *XII. Issu, 1*. <http://journal.unismuh.ac.id/index.php/equilibrium>
- Dorpat. (1994). *Gaslighting, the Double Whammy, Interrogation, and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis*.
- Dutton, & Painter. (1993). *The Battered Woman Syndrome : Effects of Severity of Abuse and Exposure to Other Wife Abuse*.
- Fitriani, A., Marsidi, S., & Lunanta, L. (2023). *Psikoedukasi : Gaslighting dan Strategi Menghadapinya*.
- Hafizhuddin, M. (2019). *Hubungan Antara Self Disclosure Melalui Status WA dan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surabaya*.
- Hailes, H. P., & Goodman, L. A. (2023). “They’re out to take away your sanity”: A qualitative investigation of gaslighting in intimate partner violence. *Journal of Family Violence*. <https://doi.org/10.1007/s10896-023-00652-1>
- Hasbiansyah, O. (2008). *Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi*.
- Herman. (2015). *Trauma and Recovery : The Aftermath of Violence-From Domestic Abuse to Political Terror*.

- Hulukati, W., & Djibran, M. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik*, 02 Nomor 01, 73–74.
- Jr, K. L. E. (2024). *Rewriting Reality: The Sociological Context of Gaslighting*. stars.library.ucf.edu. <https://stars.library.ucf.edu/hut2024/4/>
- Klein, W., Li, S., & Wood, S. (2023). A qualitative analysis of gaslighting in romantic relationships. *Personal Relationships*, 30(4), 1316–1340. <https://doi.org/10.1111/per.12510>
- Kukreja, P., & Pandey, J. (2023). *Workplace Gaslighting: Conceptualization, Development, and Validation of a Scale*.
- Kurniawan, L., & Limanta, L. S. (2021). *Unwritten Scars: Gaslighting in Relationships*. <https://katakita.petra.ac.id/index.php/sastra-inggris/article/view/11868>
- March, E., Kay, C., Dinic, B., Wagstaff, D., Grabovac, B., & Jonason, P. (2023). *It's All in Your Head: Personality Traits and Gaslighting Tactics in Intimate Relationships*.
- Miawaty, F. (2021). *Mengungkap Dampak Covid-19 Pada UMKM Sektor Kuliner*.
- Moleong. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Moran. (2019). *Gaslighting, Misogyny, and Psychological Oppression*. *The monist*, 102(2), 221-235
- Muflihah, I., & Naqiyah, N. (2022). *Identifikasi Korban Kekerasan Gaslighting Pada Remaja Putri*. 238–247.
- Musarrofa, I. (2015). Mekanisme Kekerasan terhadap Perempuan dalam Rumah Tangga Perspektif Teori Kekerasan Simbolik Pierre Bourdieu. In *Jurnal Ilmu Syaria'ah dan Hukum* (Vol. 49, Issue 2). <http://ajiindonesia.or.id/read/article/berita/163/masih-ada-kekerasan-pada->
- Musdawati. (2018). *Kekerasan Simbolik dan Pengalaman Perempuan Berpolitik di Aceh*.
- Nasari, F., & Darma, S. (2015). *Penerapan K-means Clustering Pada Data Penerimaan Mahasiswa Baru (Studi Kasus : Universitas Potensi Utama)*. 6–8.
- Nguyen, & Patel. (2021). Interventions Against Psychological Manipulation: The Impacts of Gaslighting on Self-Efficacy. *Journal of Clinical Social Work*, 29(2), 178–195.
- Nugraha, D. (2024). *Analisis Fenomena Gaslighting dalam Hubungan Pertemanan pada Remaja Akhir*.

- O'Connor. (2020). Internalized Self-Criticism and Emotional Abuse. *Jurnal Psikologi Abusive*.
- Panjaitan, S., Simanungkalit, M., Wardoyo, Y., Tuerah, F., Roson, N., Pondok, Y., Kelompok, K., Mandiri, B., & Gusti, A. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa* (Vol. 3).
- Pradista, A., Nurjanah, N., & Fitrianingtyas, A. (2024). *Fenomena Gaslighting Sebagai Bentuk Penindasan Kepercayaan Diri Anak*.
- Qonitah, A., Salsabilla, S., Marpaung, P., Mulyana, D., & Safitri, M. (2024). Kekerasan dalam Hubungan Pacaran : Studi Fenomenologi Pengalaman Individu dalam Toxic Relationship. *Communication Student Journal*, 436–451.
- Rahayu, A. (2023). *Ketahui 6 Jenis Hubungan Asmara:dari Platonis hingga Toxic*.
- Rahmadewi, E. (2020). *Pengaruh Gaya Kelekatan Romantis Dewasa terhadap Kecenderungan Mengalami Sindroma Stockholm*.
- Rinaldi. (2006). *Penelitian Kebudayaan*.
- Rogers, & Heckhausen. (2020). *Adaptive Self-Regulation of Goal Setting and Goal Pursuit in Adulthood : The Role of Primary and Secondary Control Strategies*.
- Rohimah, S. (2023). *Tanda Verbal Dan Tanda Non-Verbal Dalam Product Placement Pada Drama "The King : Eternal Monarch."* Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rosaliza, M. (2015). Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Ilmu Budaya, Vol 11, No. 2*, 71–74.
- Sabilla, L., & Yuliana, N. (2024). Komunikasi Keterikatan: Trauma Personal Dalam Hubungan Asmara. *SABER : Jurnal Teknik Informatika, Sains Dan Ilmu Komunikasi*, 2(3), 100–108. <https://doi.org/10.59841/saber.v2i3.1338>.
- Saputra, F. (2015). *Hubungan Harga Diri Dengan Perilaku Menyontek Pada Mahasiswa*.
- Schwartz, & Zamboanga. (2019). *Identity, Culture, and Well - Being in Adolescence and Emerging Adulthood*.
- Simbolon, N. (2024). *Kekerasan Simbolik Dalam Film Ngeri-Ngeri Sedap Sutradara Bene Dion Rajagukguk*.
- Simon. (2011). *In Sheep's Clothing : Understanding and Dealing with Manipulative People*.
- Sodoma, K. (2022). *Emotional Gaslighting and Affective Empathy*.

- Stark, C. A. (2021). Gaslighting, Self-Respect, and the Kingdom of Ends 1. *Human Dignity and the Kingdom of Ends*. <https://doi.org/10.4324/9781003027874-17/gaslighting-self-respect-kingdom-ends-1-cynthia-stark>
- Stosny. (2020). *Empowered Love : Use Your Brain to Be Your Best Self and Create Your Ideal Relationship*.
- Susilowati. (2020). *Pengaruh Hubungan interpersonal dan Media Sosial Terhadap Konflik dalam Hubungan Asmara Mahasiswa FISIP Universitas Indonesia*.
- Sutopo. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif*.
- Sweet, P. L. (2019). The Sociology of Gaslighting. *American Sociological Review*, 84(5), 851–875. <https://doi.org/10.1177/0003122419874843>
- Utomo, K. W., & Mahardhika, A. P. (2022). Faktor-Faktor Terjadinya Asmara di Tempat Kerja. *Jurnal Bisnis, Manajemen, Dan Teknososiopreneur*, 1(1), 50–62. <https://doi.org/10.31326/bimtek.v1i1.1266>
- Yanti, C. (2023). *Toxic Relationship Pada Remaja Yang Berpacaran (Studi Fenomenologi pada Remaja Korban Toxic Relationship di Kota Bandar Lampung)*.
- Yulistiani, I., & Fitriani, A. (2023). MENANGKAL GASLIGHTING DALAM BENTUK INTIMIDASI DAN MANIPULASI KOMUNIKASI. In *Menangkal Gaslighting Dalam Bentuk Intimidasi Dan Manipulasi Komunikasi Jurnal Abdimas* (Vol. 4).
- Yuniarti, R. (2024). *Guilt Tripping dalam Lingkungan Pertemanan pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya*. Universitas Sriwijaya.
- Zarkasi, A. (2017). *Pengembangan Desa Wisata Berbasis Community Based Tourism (Studi Pada Kampung Melon Desa Modangan, Kecamatan Nglegok, Kabupaten Blitar)*.