https://conference.untag-sby.ac.id/index.php/semakom E-ISSN: 3032-1190
Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Komunikasi (SEMAKOM) Juli 2026, Vol.04, No. 02, Hal: 363 – 368

Makna Cinta pada Pengalaman Hubungan Asmara Korban Halodek: Studi Fenomenologi

[1]Chintya Nirmala Sari, [2]Moh. Dey Prayogo, [3]Jupriono
[1,2,3]Ilmu Komunikasi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
chintya.nirmala@gmail.com

Abstrak
Fenomena halodek merupakan bentuk komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh oknum aparat negara kepada perempuan melalui media sosial maupun interaksi personal dengan memanfaatkan sapaan tertentu yang berkembang menjadi relasi emosional dan hubungan romantis. Dalam beberapa kasus, hubungan tersebut menghadirkan pengalaman emosional yang kompleks bagi korban karena diwarnai relasi kuasa, manipulasi emosional, serta ketergantungan afektif. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman emosional korban halodek dalam menjalin hubungan romantis dan bagaimana korban memaknai hubungan tersebut. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk menggali pengalaman subjektif korban secara mendalam. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam. Informan penelitian terdiri dari dua perempuan yang pernah menjalin hubungan romantis dengan oknum aparat negara melalui jalur perkenalan yang berbeda, yaitu melalui pihak ketiga dan media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan romantis korban halodek diawali dengan komunikasi interpersonal yang intens, perhatian yang konsisten, serta pendekatan emosional yang membuat korban memaknai pelaku sebagai sosok yang romantis, perhatian, dan memberikan rasa aman secara emosional. Namun, seiring berkembangnya hubungan, korban mulai mengalami berbagai bentuk manipulasi emosional seperti perilaku posesif, silent treatment, pengabaian emosional, kontrol terhadap aktivitas pribadi, hingga perselingkuhan. Penelitian ini juga menemukan adanya relasi kuasa yang dipengaruhi oleh status pelaku sebagai aparat negara sehingga korban cenderung lebih mudah percaya dan sulit menolak perilaku pelaku. Hubungan tersebut memberikan dampak terhadap kesehatan mental korban berupa overthinking, kecemasan emosional, penurunan rasa percaya diri, dan trauma emosional. Melalui proses refleksi, korban memahami bahwa hubungan romantis yang sehat seharusnya dibangun atas rasa aman, komunikasi yang jujur, dan penghargaan terhadap perasaan pasangan.
Kata kunci: Kata Kunci: halodek, Makna Cinta, fenomenologi, relasi kuasa, manipulasi emosional.

Abstract
The halodek phenomenon is a form of interpersonal communication carried out by state officials with women through social media and personal interactions using certain greetings that develop into emotional and romantic relationships. In some cases, these relationships present complex emotional experiences for victims because they are colored by power relations, emotional manipulation, and affective dependency. This study aims to understand the emotional experiences of halodek victims in establishing romantic relationships and how they interpret these relationships. The study used a qualitative method with a phenomenological approach to explore the victims' subjective experiences in depth. Data collection techniques were carried out through in-depth interviews, participant observation, and documentation. The research informants consisted of two women who had been in romantic relationships with state officials through different channels of introduction, namely through a third party and social media. The results showed that the romantic relationships of halodek victims began with intense interpersonal communication, consistent attention, and an

emotional approach that led the victims to interpret the perpetrator as a romantic, caring figure, and providing a sense of emotional security. However, as the relationship progressed, the victims began to experience various forms of emotional manipulation such as possessive behavior, the silent treatment, emotional neglect, control of personal activities, and even infidelity. This study also found a power relationship influenced by the perpetrator's status as a state official, making victims more likely to trust and find it difficult to resist the perpetrator's behavior. This relationship impacted the victim's mental health, resulting in overthinking, emotional anxiety, decreased self-confidence, and emotional trauma. Through reflection, the victim understood that a healthy romantic relationship should be built on a sense of security, honest communication, and respect for the partner's feelings.
Keyword: *Keywords: halodek, meaning of love, phenomenology, power relationship, emotional manipulation.*

Pendahuluan

Hubungan romantis merupakan bentuk keterikatan emosional yang dibangun melalui kasih sayang, kedekatan, perhatian, dan komitmen antara dua individu (Sternberg, 1986). Dalam hubungan yang sehat, kedua pihak memiliki posisi yang setara, saling menghargai, dan mampu membangun komunikasi interpersonal yang terbuka(Bowlby, 1973). Namun, tidak semua hubungan romantis berkembang secara sehat. Beberapa hubungan menunjukkan ketimpangan relasi yang ditandai oleh dominasi, manipulasi emosional, dan ketergantungan afektif yang berdampak pada kondisi psikologis individu.

Perkembangan media sosial turut mengubah pola interaksi interpersonal dan memungkinkan terbentuknya kedekatan emosional secara cepat melalui komunikasi digital (Prastiti & Mujahid, 2023). Intensitas komunikasi yang tinggi sering kali menciptakan kedekatan emosional yang berkembang menjadi hubungan romantis. Dalam beberapa kasus, hubungan tersebut berubah menjadi relasi yang tidak sehat dan menimbulkan tekanan psikologis bagi salah satu pihak. Salah satu fenomena yang menjadi perhatian publik adalah fenomena halodek, yaitu bentuk pendekatan interpersonal yang dilakukan oleh oknum aparat negara terhadap perempuan muda melalui sapaan “halo dek” yang kemudian berkembang menjadi komunikasi personal dan hubungan yang lebih intim.

Fenomena halodek tidak hanya berkaitan dengan komunikasi interpersonal, tetapi juga melibatkan relasi kuasa. Menurut (Foucault & Gordon, 1980), kekuasaan hadir dalam berbagai relasi sosial dan memengaruhi cara individu bertindak serta memaknai hubungan. Status aparat negara memberikan legitimasi simbolik yang dapat menciptakan ketimpangan posisi antara pelaku dan korban. Dalam kondisi tersebut, korban cenderung lebih mudah memberikan kepercayaan, merasa segan untuk menolak, dan mengalami kesulitan dalam menetapkan batasan hubungan. Relasi yang awalnya dipahami sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang dapat berkembang menjadi hubungan yang diwarnai manipulasi emosional, perilaku posesif, pengabaian emosional, hingga perselingkuhan.

Penelitian terdahulu banyak membahas toxic relationship, kekerasan dalam pacaran, maupun manipulasi emosional dalam hubungan romantis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa korban sering mengalami ketergantungan emosional dan memaknai perilaku manipulatif sebagai bentuk perhatian atau kasih sayang. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji pengalaman korban halodek dalam hubungan asmara masih relatif terbatas, terutama yang berfokus pada bagaimana korban memaknai cinta setelah mengalami hubungan yang diwarnai

relasi kuasa. Dengan demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian terkait pengalaman subjektif korban dalam memaknai cinta pada konteks fenomena halodek.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami makna cinta yang terbentuk dari pengalaman hubungan asmara korban halodek. Penelitian menggunakan pendekatan fenomenologi karena memungkinkan peneliti memahami pengalaman subjektif individu secara mendalam berdasarkan perspektif mereka sendiri. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian komunikasi interpersonal dan relasi kuasa, sekaligus meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya hubungan romantis yang sehat dan setara.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi (Moustakas, 1994). Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif korban dalam menjalani hubungan romantis dengan oknum aparat negara (Creswell, 2013,et. al). Subjek penelitian terdiri dari dua perempuan yang pernah menjalin hubungan romantis dengan oknum aparat negara. Informan dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yaitu memiliki pengalaman hubungan romantis yang berkaitan dengan fenomena halodek dan bersedia menceritakan pengalaman secara mendalam., dengan teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara semi terstruktur agar peneliti tetap memiliki fleksibilitas dalam menggali pengalaman emosional informan, dan analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Peneliti juga melakukan proses refleksi untuk memahami makna pengalaman yang disampaikan informan.

Hasil dan Pembahasan

1. Awal Hubungan dan Pembentukan Kedekatan Emosional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan romantis korban halodek diawali melalui komunikasi interpersonal yang intens dan penuh perhatian. Pelaku membangun kedekatan melalui pesan pribadi, telepon, serta keterlibatan dalam kehidupan sehari-hari korban. Perhatian yang konsisten membuat korban merasa dihargai, dipahami, dan memperoleh rasa aman secara emosional. Kedekatan tersebut berkembang menjadi keterikatan emosional yang kuat sehingga korban mulai memaknai pelaku sebagai sosok yang dewasa, perhatian, dan dapat diandalkan.

Pada tahap ini korban belum menyadari adanya relasi kuasa maupun manipulasi emosional. Perhatian yang diberikan dipahami sebagai bentuk kasih sayang dan ketulusan. Temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berperan penting dalam membangun kedekatan emosional sekaligus menjadi dasar munculnya ketergantungan psikologis dalam hubungan romantis (Nomleni, 2023).

2. Dominasi Hubungan dalam Kerangka Relasi Kuasa Simbolik

Status pelaku sebagai aparat negara memberikan pengaruh besar terhadap dinamika hubungan. Korban memandang pelaku sebagai figur yang berwibawa, disiplin, dan mampu memberikan perlindungan sehingga lebih mudah memberikan kepercayaan. Kondisi tersebut menciptakan

ketimpangan relasi yang membuat korban cenderung mengikuti keinginan pasangan dan merasa segan untuk menolak.

Relasi kuasa tidak muncul dalam bentuk kekerasan fisik, tetapi melalui dominasi simbolik dan psikologis. Pelaku mengontrol komunikasi, menentukan aturan dalam hubungan, serta memengaruhi cara korban mengambil keputusan. Dalam perspektif (Foucault & Gordon, 1980), kekuasaan bekerja melalui relasi sosial, simbol, dan praktik komunikasi sehari-hari. Status aparat negara menjadi simbol otoritas yang memengaruhi cara korban memandang hubungan sehingga korban kesulitan menetapkan batasan dan mempertahankan posisi yang setara.

3. Manipulasi Emosional dalam Hubungan

Seiring berkembangnya hubungan, korban mulai mengalami berbagai bentuk manipulasi emosional seperti perilaku posesif, silent treatment, pengabaian emosional, dan kontrol terhadap aktivitas pribadi. Silent treatment menjadi bentuk manipulasi yang paling sering dialami, ditandai dengan perilaku menghilang, tidak merespons pesan, atau menghindari komunikasi ketika terjadi konflik. Kondisi tersebut membuat korban merasa cemas, terus menyalahkan diri sendiri, dan berusaha mempertahankan hubungan meskipun tidak memahami sumber masalah yang sebenarnya.

Manipulasi juga terlihat melalui perubahan pola komunikasi. Pada awal hubungan komunikasi berlangsung hangat dan intens, namun kemudian menjadi tidak stabil. Pelaku sering menghilang tanpa penjelasan dan hanya hadir ketika membutuhkan perhatian dari korban. Komunikasi akhirnya berfungsi tidak hanya sebagai sarana membangun kedekatan, tetapi juga sebagai alat kontrol emosional. Temuan ini sejalan dengan konsep toxic relationship yang menjelaskan bahwa hubungan manipulatif sering menciptakan ketergantungan emosional sehingga korban sulit melepaskan diri dari hubungan yang merugikan (Prastiti & Mujahid, 2023).

4. Dampak Emosional dan Refleksi Korban

Manipulasi emosional yang berlangsung dalam hubungan memberikan dampak psikologis yang signifikan. Kedua informan mengalami overthinking, kecemasan emosional, penurunan rasa percaya diri, dan kelelahan mental. Korban terus mempertanyakan perilaku pasangan serta menyalahkan diri sendiri atas konflik yang terjadi. Selain itu, ketergantungan emosional membuat korban sulit mengakhiri hubungan karena masih berharap pasangan akan kembali seperti pada fase awal hubungan.

Dampak tersebut tidak berhenti ketika hubungan berakhir. Korban mengalami trauma emosional, kesulitan mempercayai orang lain, serta menjadi lebih tertutup dalam menjalin hubungan baru. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa hubungan romantis yang tidak sehat dapat memengaruhi kesehatan mental dan kehidupan sosial korban dalam jangka panjang.
Pengalaman relasi kuasa, manipulasi emosional, dan berbagai dampak psikologis yang dialami korban kemudian mendorong proses refleksi terhadap hubungan yang pernah dijalani. Melalui proses refleksi tersebut, informan membangun pemahaman baru mengenai cinta dan hubungan romantis yang sehat.

5. Makna Cinta dalam Pengalaman Romantis Korban "Halodek"

Berdasarkan pengalaman yang dialami, kedua informan menunjukkan perubahan dalam memaknai cinta. Pada awal hubungan, cinta dipahami sebagai perhatian, komunikasi

yang intens, kedekatan emosional, dan kehadiran pasangan dalam kehidupan sehari-hari. Namun seiring munculnya manipulasi emosional, kontrol terhadap aktivitas pribadi, serta ketimpangan relasi kuasa, korban mulai mempertanyakan pemahaman tersebut.

Setelah keluar dari hubungan, informan memaknai cinta sebagai hubungan yang harus dibangun atas dasar kejujuran, rasa aman, penghargaan terhadap batasan pribadi, komunikasi yang sehat, dan kesetaraan antar pasangan. Bagi informan, cinta yang sehat tidak menghadirkan rasa takut, tekanan, maupun kehilangan identitas diri.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Kumala, 2022) yang menunjukkan bahwa pengalaman hubungan yang tidak sehat dapat memengaruhi cara individu memaknai cinta. Namun penelitian ini memperlihatkan dimensi tambahan berupa pengaruh relasi kuasa simbolik yang berasal dari status pelaku sebagai aparat negara.

Dengan demikian, esensi pengalaman yang ditemukan dalam penelitian ini adalah perubahan makna cinta yang dialami korban. Cinta yang pada awalnya dimaknai sebagai perhatian, kedekatan, dan rasa aman, kemudian mengalami transformasi menjadi pemahaman bahwa cinta yang sehat harus dibangun atas dasar kesetaraan, penghargaan terhadap batasan pribadi, komunikasi yang jujur, dan rasa aman secara emosional.

Penutup

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman hubungan asmara korban halodek tidak hanya menghadirkan keterikatan emosional, tetapi juga memperlihatkan adanya relasi kuasa yang bekerja melalui status sosial pelaku sebagai aparat negara. Relasi kuasa tersebut memengaruhi dinamika hubungan, proses pengambilan keputusan, serta kemampuan korban dalam menetapkan batasan pribadi. Pengalaman tersebut juga membentuk transformasi makna cinta pada diri korban. Jika pada awal hubungan cinta dimaknai sebagai perhatian dan kedekatan emosional, maka setelah mengalami hubungan yang diwarnai manipulasi emosional dan dominasi simbolik, korban memaknai cinta sebagai hubungan yang dibangun atas dasar rasa aman, kejujuran, penghargaan terhadap batasan pribadi, komunikasi yang sehat, dan kesetaraan antar pasangan.

Daftar Pustaka

Bowlby, John. (1973). Attachment and loss. Volume II. Separation, anxiety and anger. Basic Books, a member of the Perseus Books Group.

Creswell, 2013. (et. al). Https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=id&lr=&id=DLbBDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=creswell+2013+qualitative+inquiry&ots=-It499JUUw&sig=9E9skhRZCyBo7SrG9dwo00DZ0tU&redir_esc=y#v=onepage&q=creswell%202013%20qualitative%20inquiry&f=false.

Foucault, Michel., & Gordon, Colin. (1980). Power/knowledge : selected interviews and other writings 1972-1977. Pantheon Books.

Kumala, R. (2022). Makna Cinta pada Pasangan yang Mendapatkan Kekerasan dalam Pacaran. Acta Psychologia, 3, 111–118. https://doi.org/10.21831/ap.v3i2.40952

Moustakas. (1994). A New Pluralistic Paradigm for Research. Https://Www.Google.Co.Id/Books/Edition/A_New_Pluralistic_Paradigm_for_Research

/IEOREQAAQBAJ?Hl=id&gbpv=1&dq=https://Archive.Org/Details/Phenomenologicalresearchmethods&pg=PT395&printsec=frontcover.

Prastiti, A. D., & Mujahid, D. R. (2023). Pemaknaan Cinta Pada Wanita Yang Pernah Mengalami Toxic Relationship. Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta, 7, 84. https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v7i2.20078

Sailor, J. L. (2013). A phenomenological study of falling out of romantic love. Qualitative Report, 18. https://doi.org/10.46743/2160-3715/2013.1521

Sternberg. (1986). APA PsycNET. Https://Psycnet.Apa.Org/Buy/1986-21992-001.