

## **Gambaran Kecenderungan *Cinderella Complex* Pada Perempuan Dalam *Toxic Relationship***

**Nabila Ikram<sup>1</sup>, Rohmah Rifani<sup>1</sup>, Eka Sufartianinsih Jafar<sup>1\*</sup>**

<sup>1</sup>Psikologi, PSikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia  
Email: <sup>1</sup>[ikram.nabila4@email.com](mailto:ikram.nabila4@email.com), <sup>2\*</sup>[rohmah.rifani@unm.ac.id](mailto:rohmah.rifani@unm.ac.id), <sup>3</sup>[ekasjafar@unm.ac.id](mailto:ekasjafar@unm.ac.id)

**Abstrak** – Pandangan bahwa wanita yang memiliki kecenderungan *Cinderella complex* yang mengalami *toxic relationship* akan sulit untuk menjauh atau terlepas dari hubungan yang tidak sehat karena adanya sifat ketergantungan terhadap pasangannya. Berdasarkan observasi dan wawancara awal, masih banyak wanita yang terjebak di hubungan yang sudah tidak sehat atau *toxic relationship* namun tetap bertahan karena alasan bergantung pada pasangannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kecenderungan *Cinderella complex* pada perempuan dalam *toxic relationship*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 3 orang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga responden memiliki gambaran *Cinderella complex* berupa selalu mengharapkan dukungan dan bantuan dari orang lain. Dua diantara responden tersebut sangat mengandalkan pasangannya dalam menghadapi kesulitan yang dialami dalam hidupnya. Selain itu ketiga responden sama-sama memperlihatkan kurangnya kemampuan percaya terhadap diri mereka. Namun perbedaan ketiga responden ditinjau dari banyaknya gambaran yang terlihat berbeda-beda antar setiap responden. Ketiga responden sama-sama dipengaruhi oleh aspek kontrol diri eksternal dan rendahnya harga diri. Adapun implikasi dari penelitian ini yaitu sebagai referensi dan refleksi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji *cinderella complex* pada perempuan.

**Kata Kunci:** *Cinderella Complex*, Perempuan, *Toxic Relationship*

**Abstract** – The view that women who have *Cinderella complex* tendencies who experience *toxic relationships* will find it difficult to move away or escape from unhealthy relationships because of their dependence on their partners. Based on initial observations and interviews, there are still many women who are trapped in unhealthy or toxic relationships but still survive for reasons of dependence on their partners. This study aims to determine the tendency of *Cinderella complex* in women in *toxic relationships*. Respondents in this study amounted to 3 people. The method used in this research is a case study with a qualitative approach. Based on the results of the study, it shows that the three respondents have a picture of the *Cinderella complex* in the form of always expecting support and help from others. Two of the respondents relied heavily on their partners in facing the difficulties experienced in their lives. In addition, the three respondents both showed a lack of ability to believe in themselves. However, the differences between the three respondents in terms of the number of images seen vary between each respondent. The three respondents were equally influenced by aspects of external self-control and low self-esteem. The implications of this research are as a reference and reflection for further researchers in studying the *cinderella complex* in women.

**Keywords:** *Cinderella Complex*, Women, *Toxic Relationship*

### **1. PENDAHULUAN**

Perempuan merupakan makhluk yang diciptakan dengan penuh kelembutan, kasih sayang dan memiliki perasaan yang halus. Secara umum, perempuan dipandang sebagai sosok yang identik dengan keindahan, rendah hati, lemah dan hal lainnya yang berkaitan dengannya. Salah satu keistimewaan perempuan adalah mampu melahirkan keturunan. Dalam Islam, perempuan diibaratkan sebagai perhiasan dunia yang mempunyai keindahan dari ujung kepala sampai ujung kaki. Hal ini karena perempuan memiliki ketenangan, kenyamanan secara lahir batin, bisa memberikan kasih sayang, cinta, motivasi hidup serta memberikan energi positif (Afriani, 2021).

Posisi perempuan yang berada di taraf sosial rendah dapat menjerumuskan perempuan kedalam *toxic relationship*. *Toxic relationship* bisa dikatakan sebagai sebuah hubungan yang tidak saling menghubungkan, karena adanya dominasi dari salah satu pihak sehingga pihak lain merasa tertekan dan tidak nyaman. Nurifah (2013) menjelaskan bahwa *toxic relationship* adalah hubungan dimana di dalam hubungan itu terdapat perilaku beracun yang dilakukn oleh salah satu pasangan dalam hubungan tersebut, peritu itu bisa mengganggu kesehatan fisik bahkan psikis dari seseorang.

Sedangkan Carruthers (2011) menyebutkan bahwa hubungan yang tidak sehat bisa menjadi racun bagi pasangan, hubungan yang disebut dengan *toxic relationship* (Wulandari, 2021).

Peran perempuan dalam masyarakat sejatinya sangat diharapkan karena banyaknya kesempatan bagi perempuan untuk berperan dalam masyarakat sehingga akan banyak tantangan yang harus dihadapi. Untuk menghadapi tantangan tersebut, perlu adanya peningkatan kualitas dalam kepribadian perempuan salah satunya yaitu kemandirian. Karena sikap mandiri adalah modal dasar manusia dalam menentukan perbuatannya terhadap lingkungan (Nurhafizah, 2020).

Kemandirian dipengaruhi oleh berbagai faktor misalnya usia, jenis kelamin, pendidikan, keluarga atau interaksi sosial. Menurut Harlock (1989) perbedaan kemandirian bisa terjadi antara laki-laki dan perempuan karena perbedaan pola asuh orangtua. Laki-laki cenderung mempunyai banyak kesempatan untuk berdiri sendiri dan dituntut untuk banyak menunjukkan inisiatif dari pada perempuan. Hal ini dikarenakan, kebanyakan orang tua cenderung memberikan perlindungan besar terhadap anak perempuan sehingga membuat perempuan menjadi lebih sensitif dan bergantung dengan orang lain (Mardotillah & Rahmi, 2022).

Anggriany dan Astuti (2003) mengemukakan bahwa tidak semua perempuan bisa mandiri dalam menjalani kehidupannya. Hal ini disebabkan karena perempuan itu mengalami ketergantungan, takut akan kemandirian serta mempunyai keinginan yang mendalam untuk dirawat dan dilindungi oleh orang lain. Selain itu, adanya budaya patriarki juga mempengaruhi perempuan diasuh dan dibesarkan dengan menganggap mereka sebagai makhluk yang lemah (Ananda, 2021).

Perempuan pada akhirnya akan diberikan pilihan bahwa mereka akan mempunyai sandaran hidup untuk tidak mandiri sehingga memunculkan perilaku ketergantungan. Adapun ketakutan perempuan akan kemandirian dalam hidupnya disebut dengan *Cinderella complex* atau dikenal dengan *Cinderella syndrome*. *Cinderella complex* ditemukan oleh Colette Dowling pada tahun 1980-an (Zahrawaany & Siti, 2019).

Dowling (1989) menyatakan bahwa *Cinderella complex* merupakan sikap atau ketakutan yang dialami oleh perempuan, diwujudkan sebagai keinginan yang kuat untuk dirawat dan dilindungi orang lain dan keyakinan bahwa hal-hal eksternal akan membantunya. Sedangkan Saha & Safri (2016) menjelaskan *Cinderella complex* adalah kecenderungan perempuan yang merasa tergantung secara psikis dan sudah membentuk baha mereka mempunyai keinginan untuk diselamatkan, dilindungi, dan disayangi. Kecenderungan ini juga menekan sikap mereka untuk mencapai kemampuan maksimal mereka dalam berpikir dan bertindak lebih hanya untuk menunggu seseorang atau sesuatu dari luar untuk mengubah hidupnya (Zahrawaany & Siti, 2019).

Dowling (1989) *Cinderella complex* biasanya mulai menyerang perempuan berusia 16 atau 17 tahun yang terkadang menghalangi mereka untuk melanjutkan pendidikan atau mempercepat pernikahan muda mereka. Sedangkan menurut Zain (2016) *Cinderella complex* juga menyerang perempuan yang menempuh pendidikan tinggi, perempuan yang memiliki banyak pengetahuan atau skill (Abidah, 2021).

Pendapat di atas sesuai dengan hasil penelitian oleh Wang dan Liao (2015) dengan judul *The Psychological Dependency Syndrome In Women Of Taiwan – An Exploration Of Cinderella Complex* terhadap 408 siswi di Taiwan tentang *Cinderella complex*. Hasil penelitiannya yaitu remaja usia 19-21 tahun dengan sengaja membatasi potensi mereka dan memilih mencari seseorang atau sesuatu dari luar untuk memberi makna pada kehidupan mereka. Beberapa siswi tersebut mengaku bahwa mereka takut untuk memiliki kemandirian karena hal itu akan membuat mereka sulit dalam mendapatkan perhatian dari lawan jenis dan sulit dalam mencari pasangan (Ananda, 2021).

Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2019) menunjukkan kecenderungan *Cinderella complex* pada subjek pertama, SA, di mana dia melihat dirinya sebagai seseorang yang kurang dalam penampilan, mental dan kecerdasan dan menyebabkan dia berharap seseorang dengan kepribadian stabil menjadi suaminya. Subjek kedua, JM, menunjukkan kecenderungan dengan memandang dirinya sebagai wanita rapuh, dan kurang percaya diri serta berharap seseorang dengan kepribadian stabil sebagai suaminya yang bertindak sebagai panduan dan dukungan psikologis.

Subjek ketiga, RW menunjukkan cara dia megandalkan almarhum ayah dan pacarnya untuk menyelesaikan masalahnya dan menyukai pria yang kepribadiannya persis seperti mendiang ayahnya. Subjek keempat, SM menunjukkan dengan cara mematuhi dan mengikuti semua keputusan ayahnya dan membuatnya tunduk serta berharap seseorang yang secara finansial stabil sebagai suaminya (Aulia, 2019).

Kecenderungan *Cinderella complex* dalam diri perempuan muncul karena berbagai faktor. Misalnya faktor dari luar seperti gaya hidup yang modern dan instan serta peran ganda perempuan yang semakin umum muncul yaitu sebagai pekerja atau pengasuh. Zain (2016) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi *Cinderella complex* adalah pola asuh orang tua, konsep diri, dan kematangan pribadi. Pendapat ini didukung oleh Allport (2007) yang menjelaskan bahwa pribadi yang tidak mampu memaksimalkan atau menyalurkan potensi yang dimiliki, maka akan memiliki harga diri yang rendah (Zahrawaany & Siti, 2019).

Selain itu, menurut Aulia (2019) *Cinderella complex* bisa memunculkan perilaku dependensi yang ekstrim dan membuat penderitanya bisa terjebak dalam *toxic relationship*. Pada jenis hubungan *toxic relationship* komunikasi cenderung satu arah, adanya posesif yang berlebihan, salah satu pihak tidak diberi kesempatan untuk berkembang menjadi lebih baik.

*Toxic relationship* bisa berujung pada kekerasan bahkan juga menyebabkan kematian. Sesuai penelitian dari Murray (2009) di mana ada fakta menyebutkan di Amerika Serikat yaitu 8 juta anak perempuan pertahunnya mengalami pelecehan dan kekerasan secara verbal, emosional, seksual ataupun fisik. Sedangkan menurut data dari CATAHU (Catatan Tahunan Komnas Perempuan) tahun 2017-2019 menyajikan bentuk kekerasan terhadap istri sebanyak 16.065 kasus, bentuk kekerasan dalam pacaran sebanyak 6.117 kasus, dan bentuk kekerasan terhadap anak sebanyak 5443 kasus (Wulandari, 2021). Yeni Roslaini Izi mengatakan pihaknya mengkategorikan bentuk kekerasan menjadi tiga jenis yaitu, kekerasan seksual berupa lepas tanggung jawab setelah mengalami pasangan, kekerasan fisik seperti melakukan pemukulan dan kekerasan ekonomi seperti laki-laki yang berhutang kepada pasangannya lalu pergi begitu saja tanpa membayarnya (Wulandari, 2021).

Gejala *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* bisa diketahui dari hasil wawancara terhadap subjek SR, gejala yang muncul seperti dia merasa takut, kurang yakin serta pesimis terhadap kemampuan diri sendiri dan juga sering meminta bantuan dari orang terdekat terutama laki-laki seperti ayahnya, abangnya bahkan dia lebih dulu merasa cemas dan takut serta memiliki untuk bercerita dan meminta pendapat kepada orang tersebut sebelum ia mencoba memikirkan jalan keluarnya. Hal ini termasuk dalam aspek *Cinderella complex* bergantung pada orang lain dan mengharapkan pengarahan dari orang lain.

Fenomena yang penulis temui di lapangan, *Cinderella complex* dialami oleh para wanita baik yang sudah bekerja atau yang tidak bekerja. Dalam penelitian ini, penulis tertarik untuk meneliti kecenderungan *Cinderella complex* pada perempuan yang mengalami *toxic relationship*. Salah satu alasan mengambil subjek yang mengalami *toxic relationship* karena adanya pandangan bahwa wanita yang mengalami *toxic relationship* akan sulit untuk menjauh karena adanya sifat ketergantungan terhadap pasangan.

## 2. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mendalami sebuah makna dari individu maupun kelompok yang dianggap bersumber pada masalah sosial ataupun kemanusiaan (Creswell, 2016).

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan studi yang mendalami suatu masalah dengan Batasan-batasan terperinci, melakukan pengambilan data dengan mendalam dan mendetail (Rahmat, 2009).

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik purposive sampling, yang merupakan Teknik pengambilaninforman sumber data dengan pertimbangan tertentu Sugiyono (Mukhsin,dkk, 2017). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa Teknik pengumpulan data diantaranya adalah wawancara dan observasi.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis yang dikemukakan oleh Creswell (2016) seperti : Mempersiapkan data, memahami dan merefleksikan data secara keseluruhan, koding data, membagi hasil koding dan kasus yang telah diteliti menjadi beberapa deskripsi yang sinkron, Menafsirkan hasil data, Interpretasi data. Pengujian validitas pada penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Hal ini bertujuan untuk mengecek kebenaran data yang didapatkan dari berbagai sumber, cara dan waktu.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini terdapat tiga responden, dengan kriteria merupakan perempuan berusia 18-25 tahun, dan pernah atau sedang berada dalam *toxic relationship*. Berdasarkan hasil wawancara yang telah diperoleh oleh peneliti, terdapat perempuan yang mengalami *Cinderella complex* yang masih terjebak didalam *toxic relationship* dan juga ada perempuan yang telah berhasil keluar dari *toxic relationship*. Responden JG dan VY menyatakan bahwa ia masih bertahan dengan hubungannya karena ia sangat bergantung dan mengandalkan pasangannya. Sedangkan AW telah berhasil keluar dari hubungan tersebut walaupun dengan beberapa pertimbangan yang besar.

Responden JG masih berada dalam hubungan yang tidak sehat atau bisa dikatakan *toxic relationship*. Perilaku *toxic* yang pertama kali muncul dalam hubungan responden JG adalah kebohongan yang dilakukan oleh pasangannya, namun responden JG masih memaafkan pasangannya. Selain itu responden JG juga mengalami beberapa perilaku yang *toxic* dari pasangannya. Kekerasan fisik yang dilakukan oleh pasangan dari responden JG adalah dalam bentuk mennecekek leher responden sehingga responden tidak dapat bernafas, responden juga diseret dengan keras pada saat berjalan, hingga menjambak rambut responden dengan keras. Responden JG mendapatkan perilaku tersebut pada saat pasangannya dengan berada disituasi marah dan emosi. Selain itu kekerasan verbal juga sering terjadi dalam hubungan responden JG dengan melontarkan kata-kata yang memiliki arti yang tidak bagus seperti, *anjing, tolol, bego, tai*, sampai *cewek murahan*. Responden mengaku perilaku tersebut muncul apabila pasangannya sedang marah dan ketahuan sedang berbohong. Perlakuan yang diterima oleh responden JG terkadang dilakukan melalui *vidio call, telepon, chat* ataupun *secara langsung*. Responden JG juga menyebutkan bahwa ia sering bersikap posesif, mengekang dan mengatur kegiatan dari responden. Pembatasan aktivitas yang dirasakan oleh responden seperti melarang responden untuk keluar, berteman dengan lawan jenis, apabila responden melanggar apa yang dikatakan oleh pasangannya ia akan di maki dan mendapatkan kekerasan fisik. ketika pasangan responden bersikap seperti diatas yang dilakukan oleh responden hanyadiam dan menangis. Selain itu responden JG juga menyebutkan bahwa ia mengalami *trust issue* terhadap orang lain. Alasan responden JG bertahan dalam hubungannya yaitu karena masih terdapat rasa sayang dan responden berharap pasangannya dapat berubah menjadi lebih baik.

Responden VY juga masih berada dalam hubungan yang bisa dikatakan tidak sehat atau *toxic*. Perilaku *toxic* yang pertama kali muncul dalam hubungan responden adalah pembatasan aktivitas seperti, tidak boleh menggunakan pakaian yang terbuka, *crop*, tidak boleh menggunakan cat rambut, tidak boleh menggunakan *make up, nail art, extension* bulu mata.

Selain itu responden JG juga mengalami beberapa kali kekerasan fisik, verbal, hingga seksual. Kekerasan fisik yang dilakukan oleh pasangannya seperti mencengkram tangan responden ketika sedang mengalami konflik ataupun beradu argument. Responden VY menyebutkan sering mendapatkan kekerasan verbal dari pasangannya, melontarkan kata-kata yang tidak baik seperti, *bodoh, cewek tolol, cewek nda punya otak*. Responden terkadang mendapatkan perlakuan seperti itu secara langsung maupun tidak. Selain itu responden juga pernah mengalami kekerasan sexual dari pasangannya yang mengarah kearah seksual, yang dimana apabila responden tidak melakukan yang diinginkan oleh pasangannya maka ia akan mendapatkan kekerasan verbal hingga mendapatkan ancaman melukai diri daripasangannya. Selain itu kekerasan pembatasan yang dialami oleh responden mengekang, mengatur, posesif sering juga didapatkannya. Bentuk pengekangan yang dilakukan oleh responden VY yaitu tidak diperbolehkan untuk keluar bersama teman-teman responden dan juga memegang seluruh akun media sosial yang dimiliki oleh responden. Responden mengaku takut dan *trauma* dengan perilaku-perilaku dari pasangannya. Dan juga responden

menyebutkan bahwa ia bertahan pada hubungannya ini karena alasan masih sayang dan ia tidak bisa lepas daripasanggannya tersebut.

Berbeda dengan kedua responden diatas, responden AW sudah tidak berada di hubungan yang tidak, namun ia pernah mengalami *toxic relationship* yang cukup lama juga. Perilaku *toxic* yang pertama kali muncul dalam hubungannya dahulu yaitu pembatasan aktivitas seperti, tidak boleh keluar bersama teman, harus mengirimkan dokumentasi mengenai baju yang akan dikenakan oleh responden dan memiliki cara bicara yang kasar. Selain itu responden AW juga mengalami kekerasan emosional dan verbal, seperti melontarkan kata-kata *cewek murahan, jalang, lonte*, hingga kata-kata yang kotor. Pasangan responden juga mengontrol dengan siapa responden bisa keluar. Alasan pasangan responden melakukan hal tersebut salah satunya adalah karena alasan peduli, dan pasangan responden ingin menjaga responden. Yang dilakukan oleh responden ketika mendapatkan perlakuan seperti itu adalah diam dan menangis. Bentuk pembatasan aktivitas yang dilakukan oleh pasangan responden AW yaitu melakukan larangan, mengatur pakaian yang akan dikenakan oleh responden, seluruh sosial media responden di pegang juga oleh pasangannya, hingga responden mendownload aplikasi yang dapat memberitahukan lokasi terkini responden kepada pasangannya. Responden AW menyebutkan dampak yang dirasakannya setelah menjalin hubungan yang tidak sehat ini adalah ia tidak mudah percaya dengan laki-laki dan lebih pemilih dalam memilih pasangan. Dan juga responden AW menyebutkan sebelum ia mengakhiri hubungannya ia memilih bertahan karena rasa sayang, sikap perhatian dari pasangannya dan juga merasa bahwa pasangan sangat mengerti responden AW.

## 1. **Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship***

### a. **Responden JG**

Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* pada responden JG cukup terlihat dengan jelas. Responden JG merasa bahwa hanya orang lain dalam hal ini hanya pasangannya yang dapat memberikan kasih sayang dan cinta yang responden butuhkan. Selain itu responden JG menyebutkan bahwa pasangannya selalu berada disamping responden ketika responden membutuhkannya. Sosok laki-laki merupakan sosok yang penting dan sangat dibutuhkan oleh responden.

Responden mengatakan bahwa pasangannya yang sangat baik kepada responden dan juga, responden juga mengutarakan bahwa responden merasa pasangannya tersebut sangat mirip dengan sosok ayahnya yang sangat dekat dengan responden. Hal tersebut menjadi pertimbangan bagi responden dalam mempertahankan hubungannya.

Responden JG kembali mempertegas bahwa pasangannya selalu ada untuk dia saat responden ingin melakukan apapun. Selain itu, responden merasa jika ia harus selalu bersama pasangannya dalam berbagai situasi. Berdasarkan wawancara dengan responden terkait dengan kepribadian dan bagaimana responden memandang dirinya, Responden JG menggambarkan dirinya sebagai pribadi yang extrovert dan senang saat melihat orang lain bahagia. Selain itu, responden juga menggambarkan dirinya sebagai pribadi yang tidak enak kepada orang lain atau dikenal dengan *people pleaser*. Responden lebih mementingkan kepentingan orang lain untuk membuat orang lain senang walaupun responden mengakui dirinya banyak luka dalam artian tidak baik-baik saja. Hal tersebut dilakukan responden dengan alasan karena takut ditinggal oleh orang lain terlebih oleh pasangannya. Hal ini merupakan gambaran *Cinderella complex* yang terjadi pada responden JG.

Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* responden JG terlihat dengan jelas. Berdasarkan hasil wawancara, Responden JG merasa bahwa hanya orang lain dalam hal ini hanya pasangannya yang dapat memberikan responden kasih sayang dan cinta yang responden butuhkan. Responden JG merasa bahwa pasangan responden selalu ada disamping responden kapanpun responden membutuhkannya. Hal ini merupakan gambaran bahwa ia sangat membutuhkan sosok laki-laki ataupun pasangannya. Selanjutnya, responden JG mengutarakan alasan mengapa responden tetap bertahan pada hubungannya yang tidak sehat. Responden memiliki beberapa pertimbangan terkait hal tersebut. Responden mengatakan bahwa responden mempertimbangkan perilaku pasangannya yang sangat baik kepada

responden. Selain itu, responden juga mengutarakan bahwa responden merasa pasangannya tersebut sangat mirip dengan sosok ayahnya yang sangat dekat dengan responden. Kemiripan tersebut responden nilai baik dari segi sifat dan perilaku.

#### **b. Responden VY**

Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* yang dialami responden VY juga terlihat dengan cukup jelas. Berdasarkan hasil wawancara, Responden VY merasa bahwa hanya orang lain dalam hal ini hanya pasangannya yang dapat memberikan responden kasih sayang dan cinta yang responden butuhkan. Responden takut jika kelak tidak ada orang atau sosok laki-laki yang ingin menjalin hubungan dengannya. Hal tersebutlah yang membuat responden takut untuk keluar dari hubungannya tersebut. Selain itu, responden juga takut jika kelak tak ada sosok laki-laki seperti pasangannya saat ini yang dapat memberikan responden kasih sayang dan cintayang sangat dia butuhkan.

Responden menyebutkan terkait dengan pengambilan keputusan dalam hal bertahan dalam hubungan romantisme nya, responden mengatakan bahwa selain pasangannya yang dia dapat percaya, responden lebihsenang untuk merenungi masalah yang dia hadapi. Hal tersebut dikarenakan responden yang sulit untuk berbagi cerita kepada orang lain karena memiliki trust issue pada dirinya. Responden VY mengakui dirinya sangat sulit untuk percaya dengan orang lain terlebih saat menghadapi masalah.

Responden VY mendefinisikan dan menggambarkan suatu keberhasilan apabila responden dapat melalui hal yang dianggapnya sulit. Namun, terjebak dalam hubungan yang tidak sehat menunjukkan bahwa responden VY belum merasa dan belum mengatakan bahwa dirinya berhasil.

Responden VY ketika ditanya mengenai kelebihan dan kekurangannya, responden tidak mengetahui dan cenderung bingung mendefinisikan dan menyebutkan kelebihan dari dirinya. Responden VY mengakui bahwa kekurangan dirinya cukup banyak termasuk kesulitan untuk percaya dengan orang lain.

Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* responden VY terlihat kembali saat diwawancarai terkait dengan sosok ayah dan kedekatan responden dengan sosok ayah. Responden VY mengatakan bahwa dirinya kurang dekat dengan sosok ayah. Hal tersebut membuat responden sangat mengandalkan sosok laki-laki lain dalam hal ini adalah pasangannya. Responden merasa bahwa dia membutuhkan sosok laki-laki lain selain ayahnya yang dapat memberikan dirinya dukungan dan motivasi dalam menjalani hidupnya. Dukungan dan motivasi itu berhasil didapatkan oleh responden VY pada pasangannya sehingga responden sangat mempertahankan hubungannya tersebut.

Berdasarkan wawancara dengan responden terkait dengan bagaimana responden mendefinisikan feminitas dan hal hal yang identik dengan perempuan, responden mengatakan bahwa selalu membersihkan rumah dan cerewet merupakan hal hal yang identik dengan sosok perempuan. Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* responden JG terlihat dengan jelas. Dalam hal ini, responden juga kurang memahami dan cukup bingung untuk menjawab pertanyaan tersebut.

Pada kasus responden VY, telah terlihat jelas bahwa responden memang masih bergantung pada pasangannya dan takut akan kehilangan pasangannya. Selain itu, responden juga tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal-hal tersebut diatas didukung dengan pernyataan-pernyataan dari hasil wawancara dengan significant others yakni sahabat responden. Berbeda dengan responden sebelumnya, responden VY memiliki kecenderungan yang cukup tinggi terlihat dari beberapa gambaran yang terlihat dari hasil wawancara.

#### **c. Responden AW**

Gambaran *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* responden AW juga tidak terlihat cukup jelas. Responden dalam hal ini pernah menjalani hubungan romantisme yang

tidak sehat namun kini telah mengakhiri hubungan yang tidak sehat tersebut. Berdasarkan hasil wawancara, Responden AW merasa bahwa responden harus mengakhiri hubungannya dengan pasangannya. Hal tersebut karena responden telah mulai sadar bahwa hubungan yang dijalannya tidak baik untuk dirinya.

Responden menyebutkan bahwa tentunya banyak pertimbangan yang responden renungi sebelum memutuskan untuk mengakhiri hubungan yang tidak sehat tersebut. Responden mengatakan bahwa dirinya pernah merasa ragu dan bimbang untuk mengambil keputusan tersebut. Responden takut dan ragu jika keputusan yang dirinya ambil kelak akan dirinya sesali, termasuk pertanyaan pertanyaan dalam kepalanya apakah responden tidak menyesal untuk meninggalkan pasangannya. Responden sangat memperhatikan bahwa dirinya merupakan pribadi yang takut jika nantinya salah dalam mengambil keputusan. Responden AW mengutarakan bahwa responden sangat memiliki ketakutan untuk keluar dari hubungan yang tidak sehat. Hal tersebut dikarenakan responden takut jika kelak tidak ada orang atau sosok laki-laki yang ingin menjalin hubungan dengannya. Selain itu, responden juga takut jika kelak tak adasosok laki-laki seperti pasangannya saat ini yang dapat memberikan responden kasih sayang dan cinta yang sangat dia butuhkan.

Responden AW juga mengatakan bahwa keputusan dirinya mengakhiri hubungan tersebut kenyataannya merupakan suatu hal yang tidak sama sekali dirinya sesali. Responden mengutarakan bahwa dirinya sangat lega setelah memutuskan keluar dari *toxic relationship*. Responden merasa bahagia dan beban seperti kekerasan yang dialaminya yang selama ini dirinya pikul seketika hilang. Responden AW juga mengatakan bahwa dirinya tidak menyangka dapat melewati hal hal berat tersebut.

Saat diwawancarai terkait dengan bagaimana responden menggambarkan dirinya, responden AW mengakui bahwa dirinya merupakan pribadi yang tidak dapat melakukan apapun sendiri karena responden yang kurang percaya dengan dirinya sendiri. Responden membutuhkan orang lain walaupun bukan sosok pasangannya yang dapat menemani dirinya dalam situasi apapun. Selain itu, responden mengatakan bahwa dirinya merupakan sosok yang ceria dan suka bergaul, terlebih saat dirinya telah menemukan yang sefrekuensi dengan dirinya.

Saat diwawancarai terkait bagaimana responden mendefinisikan dan menggambarkan hal hal yang identik dengan perempuan, responden mengatakan bahwa perempuan sangat identik dengan makeup dan aktivitas dapur seperti memasak.

Responden juga mengutarakan bahwa hal hal seperti sikap lemah lembut yang sangat identik dengan sosok perempuan dapat membuat laki laki tidak takut dan segan dengan perempuan. Responden mengatakan bahwa perempuan dapat diinjak injak oleh sosok laki-laki jika terlalu menunjukkan feminitasnya.

Pada kasus responden AW, cukup terlihat jelas beberapa gambaran *Cinderella complex* dimana responden masih kurang percaya diri dengan dirinya. Gambaran *Cinderella complex* pada responden sangat terlihat jelas saat sebelum responden memutuskan untuk mengakhiri hubungannya. Berbeda dengan responden sebelumnya, responden AW memiliki kecenderungan yang tidak tinggi terlihat dari beberapa gambaran yang terlihat dari hasil wawancara. Berdasarkan hasil wawancara, kecenderungan tersebut lebih ditunjukkannya kepada orang sekitarnya bukan spesifik kepada pasangannya.

## 2. Aspek-aspek *cinderella complex* dalam *toxic relationship*

### a. Responden JG

Berdasarkan hasil wawancara terhadap responden JG, responden mengutarakan bahwa dalam pengambilan keputusan, dirinya membutuhkan bantuan orang lain terlebih pasangannya dalam pengambilan keputusan yang akan diambilnya. Responden JG mengakui bahwa dirinya terkadang kurang percaya diri dengan keputusan yang akan dibuat dan membutuhkan pertimbangan baik buruknya suatu keputusan. Hal tersebut sangat menunjukkan kecenderungan *Cinderella complex* dalam aspek mengharapkan pengarahan dari orang lain.

Responden JG juga mengatakan bahwa dirinya sangat kesulitan dalam membuat keputusan dengan dirinya saja. Namun, disisi lain responden mengakui bahwa keputusan yang dimulai dengan pertimbangan pertimbangan yang matang nantinya akan sangat berdampak baik bagi kesehatan mental responden. Responden terkadang merasa keberhasilan dalam mengambil keputusan ataumelakukan suatu hal bersumber dari orang orang disekitarnya bukan dari kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut mencerminkan aspek dalam *Cinderella complex* yakni aspek kontrol diri eksternal.

Responden JG mendefinisikan rasa berhasilnya jika responden dapat menyanggah dirinya tanpa harus bergantung dengan orang lain lagi. Namun, saat ini responden merasa belum berhasil untuk menyanggah dirinya sendiri.

Selain itu, responden JG mengakui bahwa dirinya merupakan pribadi yang kurang percaya diri. Responden sangat merasa perlu untuk diberikan dukungan terlebih oleh pasangannya. Respondentidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga sangat menunjukkan bahwa responden memiliki harga diri yang rendah. Hal tersebut masuk dalam salah satu aspek dalam *cinderella complex*.

Responden JG sangat mengandalkan sosok laki laki yakni pasangannya dalam hal apapun. Dalam hal ini, responden merasa bahwa pasangannya adalah rumah ternyaman bagi dirinyayang selalu ada kapanpun dan dimanapun. Hal tersebut sangat mencerminkan aspek mengandalkan sosok laki laki dalam *cinderella complex*, dimana dirinya lebih berani melakukan sesuatu apabila terdapat sosok laki laki yang menyertai serta mendukungnya. Namun, hal tersebut mengurangi keinginan mereka untuk mandiri.

Hasil wawancara terhadap responden mengenai hal hal yang identik dengan perempuan, responden mengatakan bahwa perempuan adalah sosok yang identik dengan perasaan yang lembut dan lemah. Responden mengakui bahwa dirinya terkadang takut hal hal tersebut hilang pada dirinya. Responden JG seringkali dilarang untuk melakukan aktivitas aktivitas yang identik dengan perempuan. Namun, hal tersebut tanpa alasan yang jelas. Responden JG mengakui bahwadirinya sebenarnya dapat melakukan hal tersebut. Hal diatas termasuk dalam aspek ketakutan kehilangan feminitas dalam *cinderella complex*, dimana perempuan menganggap bahwa ketika bekerja dan mendapatkan kesuksesan serta kemandirian, hal tersebuttidak mencerminkan sisi feminitas dalam dirinya. Responden mengakui bahwa dirinya merupakan pribadi yang oenuh kasih sayang, hangat, dan cukup cengeng terhadap orang orang disekitarnya. Hal-hal tersebut diatas didukung dengan pernyataan- pernyataan dari hasil wawancara dengan significant others yakni sahabat responden.

#### **b. Responden VY**

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden VY, responden mengakui bahwa dirinya sangat senang jika dirinya mendapat dukungan dan motivasi dari orang orang yang disayanginyaterlebih oleh pasangannya. Selain itu, responden juga merasa bahwa masih ada yang peduli dengan dirinya dengan memberikan peetimbangan dan pengarahan tersebut. Responden akhirnya sangat membutuhkan pengarahan dan bimbingan dari orang lain agar tidak salah dalam mengambil keputusan dalam hidupnya. Hal ini berarti mengindikasikan aspek mengharapkan pengarahan dari orang lain dalam *cinderella complex*, dimana perempuan selalu merasa ragu untuk bertindak dan melakukan sesuatu apabila tekah mendapat persetujuan dari lingkungan sosialnya.

Responden VY mengatakan bahwa dirinya akan sangat merasakecewa berat jika tidak mendapat pengarahan dari pasangannya. Selain itu, responden juga merasa jika tidak ada orang yang menyanggahnya jika hal tersebut terjadi.

Resoonden VY mengatakan bahwa dirinya merupakan pribadi yang kurang percaya dan meletakkan keberhasilan yang dirinya capai karena bersumber dari bantuan orang lain. Responden cenderung merasa bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol dirinya. Responden JG juga menunjukkan bahwa dirinya yang kurang percaya diri berarti memiliki harga diri yang remdah, karena ketidak mampuan untuk percaya dengan dirinya. Hal

tersebut dapat membawa dampak pada diri responden, seperti kecemasan, perasaan lemah, dan tidak mampu. Hal tersebut sangat erat kaitannya dengan salah satu aspek dalam *Cinderella complex* yakni kontrol diri eksternal dan rendahnya harga diri.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap responden VY, responden mengutarakan bahwa dirinya sangat membutuhkan pengakuan dari orang lain atas apa yang akan dia lakukan. Hal ini mencerminkan aspek mengharapkan pengakuan dari orang lain dalam *cinderella complex*.

Responden VY juga mengatakan bahwa terkadang dirinya tidak menyukai berada dalam situasi persaingan. Responden mengakudirinya lebih baik menghindari situasi tersebut sebisa mungkin agar tidak terlibat dalam situasi persaingan tersebut. Hal ini termasuk ke dalam aspek menghindari tantangan dan kompetisi dalam *cinderella complex*, dimana aspek ini sangat berkaitan dengan faktor emosional seperti rasa takut salah, merasa sungkan dengan teman, dalam hidupnya yang dapat menghalangi kemampuan mereka dalam menghadapi kemauan serta tantangan.

Responden VY jselanjutnya mengutarakan dalam wawancara bahwa dirinya tidak dekat dan tidak familiar dengan sosok ayah dalam hidupnya. Hal ini diakuinya terjadi dari dulu hingga sekarang, yang membuat dirinya membutuhkan sosok laki laki lain seperti pasangannya dalam hidupnya menggantikan sosok ayah dalam hidupnya.

Responden VY menjadikan pasangannya atau pacarnya sebagai tempat paling aman bagi dirinya untuk kembali. Saat terjadi hal hal yang tidak dapat dikontrol oleh responden seperti yang diakuinya saat bertengkar dengan orangtua responden, dirinya selalu mencari pacarnya yang selalu ada bagi dirinya. Hal tersebut masuk dalam aspek mengandalkan sosok laki laki dalam *cinderella complex*, dimana perempuan cenderung lebih berani untuk melakukan sesuatu apabila terdapat sosok laki laki yang menyertai serta mendukungnya. Setiap kali dihadapkan oleh situasi sulit dan berat yang membuatnya ingin menyerah, mereka membutuhkan sosok laki-laki sebagai pelindungnya. Namun, hal itu dapat membuat mereka kehilangan kemandirian.

Namun, selain pasangannya yang selalu ada bagi responden disatu sisi responden sangat berharap pasangannya dapat sedikit berubah menjadi lebih baik dalam hubungan yang tidak sehat tersebut. Hal-hal tersebut diatas didukung dengan pernyataan-pernyataan dari hasil wawancara dengan *significant others* yakni sahabat responden.

Pada kasus responden VY, cukup terlihat jelas bahwa responden memenuhi hampir semua aspek dalam *cinderella complex*.

### **c. Responden AW**

Responden AW mengatakan bahwa dirinya akan sangat merasa kecewa berat jika tidak mendapat pengakuan dari pasangannya. Selain itu, responden juga merasa tidak ada orang yang menyayangnya jika hal tersebut terjadi. Hal ini dikarenakan dirinya sangat mengandalkan pengakuan dari orang lain. Namun hal tersebut terjadi saat responden masih menjalin hubungan yang tidak sehat dengan pasangannya, sebelum mengakhiri hubungannya tersebut.

Responden AW juga mengatakan bahwa dirinya cukup bingung dan ragu terkait dengan bagaimana untuk mengakhiri hubungan yang tidak sehat tersebut. Responden dulunya merasa takut salah mengambil keputusan tersebut, sehingga membutuhkan orang lain dalam mengambil keputusan, seperti menanyai teman teman atau pasangannya.

Responden mengakui bahwa berusaha, berdoa, dan berjuang tanpa rasa menyerah yang dapat mengatarkannya mengambil keputusan untuk mengakhiri hubungan tersebut. Selain itu, adanya dukungan dari sahabat sahabat responden yang menguatkan responden untuk memantapkan tekad mengakhiri hubungannya yang tidak sehat. Responden masih merasa perlu pengakuan dari orang lain walaupun bukan berasal dari sosok pasangannya. Hal tersebut masuk dalam aspek mengharapkan pengakuan dari orang lain dalam *cinderella complex*.

Responden mengakui bahwa dirinya sebenarnya kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Responden merasa hal tersebut sangat berpengaruh pada semangat dirinya menghadapi masalahnya. Hal ini termasuk pada aspek rendahnya harga diri dalam *cinderella complex*, dimana perempuan tidak percaya diri dengan kemampuannya dan nilai yang ada pada dirinya.

Responden juga mengatakan bahwa dirinya tidak menghindari komoetisi atau tantangan yang ada. Menurut responden, tantangan merupakan suatu hal yang harus dicapai karena responden merasa hal tersebut merupakan suatu target yang harus dicapai. Hal tersebut dicontohkan responden saat menjalani ujian skripsi.

Responden mengakui bahwa dirinya tidak terlalu dekat dengan sosok ayah yang membuatnya cukup ragu mengakhiri hubungan yang tidak sehat dengan pasangannya. Berdasarkan pemaparan sebelumnya diatas, aspek yang mempengaruhi *Cinderella complex* yang dialami oleh responden AW cukup sesuai dengan teori aspek dalam *Cinderella complex* oleh Dowling, dimana beberapa aspek yang ada dalam *Cinderella complex* antara lain, aspek mengharapkan pengarahannya dari orang lain, kontrol diri eksternal, rendahnya harga diri, menghindari tantangan dan kompetisi, mengandalkan sosok laki-laki, dan takut kehilangan feminitas (Dowling, 1989). Pada kasus responden AW, cukup terlihat bahwa responden memenuhi 2 aspek aspek dalam *cinderella complex*.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecenderungan *Cinderella complex* dalam *toxic relationship* di pengaruhi oleh beberapa aspek yang dapat dibuktikan berdasarkan gambaran yang telah diteliti oleh peneliti. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga responden memiliki gambaran *Cinderella complex* berupa selalu mengharapkan dukungan dan bantuan dari orang lain. Dua diantara responden tersebut sangat mengandalkan pasangannya dalam menghadapi kesulitan yang dialami dalam hidupnya. Selain itu ketiga responden sama-sama memperlihatkan kurangnya kemampuan percaya terhadap diri mereka. Namun perbedaan ketiga respondenditinjau dari banyaknya gambaran yang terlihat berbeda-beda antar setia responden.

Aspek yang mempengaruhi ketiga responden memiliki kesamaan. Ketiga responden sama-sama dipengaruhi oleh aspek kontrol diri eksternal dan rendahnya harga diri. Sedangkan yang membedakan antar ketiga responden yaitu untuk responden pertama memiliki semua aspek dalam *Cinderella complex* yang dialaminya, responden kedua memenuhi 5 aspek dalam *Cinderella complex* yang dialaminya, sedangkan responden tiga hanya memenuhi dua aspek *Cinderella complex* yang dialaminya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden pertama memiliki kecenderungan yang tinggi terhadap *Cinderella complex* dalam *toxic relationship*. Responden kedua memiliki kecenderungan yang cukup tinggi terhadap *Cinderella complex* dalam *toxic relationship*. Dan responden ketiga memiliki kecenderungan yang tidak tinggi terhadap *Cinderella complex* dalam *toxic relationship*.

#### **REFERENCES**

- Abidah, F. (2021). Cinderella Complex Pada Mahasiswa Millenial (Studi Kasus Pada Mahasiswa Perempuan Di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto). Bachelor Thesis. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Afriani, N.(2021). Toxic Relationship Sebagai Pemicu Terjadinya Kekerasan Terhadap Perempuan. Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitasl Islam Riau.
- Ananda, A. (2021). Hubungan Harga Diri Dan Cinderella Complex Pada Perempuan Remaja Putri. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Aulia, N.(2019). Cinderella Complex Dan Preferensi Pemilihan Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal Penggemar Drama Korea. Psikoborneo, Vol. 7, No. 1, 2019: 13-21.
- Anggriany, N., & Astuti, Y. D. (2003). Hubungan Antara Pola Asuh Berwawasan Jender Dengan Cinderella Complex. Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi, 8(16).

- Cresswell, W. (2016). *Research Design : Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, Dan Campuran*. Pustaka Belajar.
- Dowling, C. (1989). *Cinderella Complex : Ketakutan Wanita Akan Kemandirian* (S.Ahli Bahasa : Soekanto, W.E (Ed.). Erlangga.
- Hurlock, B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Penerbit Erlangga.
- Hapsah, A. D. (2014). *Cinderella Complex Pada Mahasiswi: Studi Deskriptif Pada Mahasiswi Di Universitas Negeri Semarang*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Hapsari, A. D., Maburi, M. I., & Hendriyani, R. (2014). *Cinderella Kompleks Pada Mahasiswi Di Universitas Negeri Semarang*. *Journal Psychology Universitas Negeri Semarang*, 3(1),5–12.
- Kharisma, V. P. (2011). *Hubungan Pola Asuh Otoriter Dengan Emotional Abuse Dalam Hubungan Berpacaran*. Skripsi Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Mardhotillah, M., & Rahmi, A. (2022). *Pola Asuh Authoritarian Terhadap Cinderella Complex Dimediasi Dengan Self Esteem*. *Psychological Journal: Science And Practice* 2022, Vol 10(2).
- Mukhsin, R., Mappigau, P., & Tenriawaru, A. N. (2017). *Pengaruh Orientasi Kewirausahaan Terhadap Daya Tahan Hidup Usaha Mikro Kecil Dan Menengah Pengolahan Hasil Perikanan Di Kota Makassar*. *Jurnal Analisis*, 6(2),188–193.
- Murray, J. (2009). *But I Love Him: Protecting Your Teen Daughter From Controlling, Abusive Dating Relationships*. Harper Collins.
- Nurhafizah, A., Faridah, S. & Imadduddin. (2020). *Gambaran Psikologi Cinderella Complex Syndrome Pada Perempuan Suku Banjar (Studi Deskriptif Pada KAMMI Kota Banjarmasin)*. *Jurnal Al Husna*, Vol. 1, No. 1, April 2020, Hal 25-42.
- Nurifah. (2013). *Jurnal Perempuan: Layanan Informasi Dan Dokumentasi*. *Jurnal Perempuan*.
- Ningsih, T. R. R. (2022). *Konsep Rebt Dalam Menangani Toxic Relationship Remaja Perempuan (Doctoral Dissertation, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu)*.
- Oktinisa, T. F., Rinaldi, & Hermaleni, T. (2017). *Kecenderungan Cinderella Complex Pada Mahasiswa*. *Jurnal RAP UNP*, Vol.8, 211–222.
- Pattiradjawane, Christina. Dan Sutarto Wijono, Jacob Daan Engel.(2019). "Uncovering Violence Occurring In Dating Relationship: An Early Study Of Forgiveness Approach". *Journal Psikodimensia*. Vol. 18, No.1.
- Rahmat, P. S. (2009). *Penelitian Kualitatif*. In *Journal Equilibrium: Vol. 5 No. 9* (Pp. 1–8). Yusuf.Staff.Ub.Ac.Id/Files/2012/11/Jurnal-Penelitian-Kualitatif.
- Rahmawati, F., Usuhulludin, F., Saputra, A. R., & Usuhulludin, F. (2021). 3540- 11337- 1- Sm. 2(2), 149–159.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Syafira, A. B. L., Surwati, C. H. D., & Sos, S. (2022). *Representasi Toxic Relationship Dalam Film*. *Jurnal Kommas*, 1-30.
- Sneha Saha, T. S. (2016). *Cinderella Complex: Theoretical Roots To Psychological Dependency Syndrome In Women*. *The International Journal Of Indian Psychology* Volume 3, Issue 3, No. 8
- Santos, D. (2008). *Kematangan Beragama Dan Cinderella Complex Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi UNISLA*. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 3, 9–18.
- Sakinah, P. (2021). *Hubungan Pola Asuh Otoriter Dengan Kecenderungan Cinderella Complex Pada Siswa SMAN 2 Timang Gajah Kabupaten Benermeriah [Universitas Islam Negeri Ar- Rainy]*.
- Vedasari, I. A. (2020). *Mengenal Toxic Relationship Dalam Relasi Pacaran*. Diakses 20 Juli 2023 Pukul 14.20
- Wulandari, R.(2021). *Fnomena Toxic Relationship Dalam Pacaran Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya*. Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Sriwijaya.
- Yani, D.I. (2020). *Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic Relationship*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Bososwa Makassar.
- Zain, T. S. (2016). *Cinderella Complex Dalam Perspektif Psikologi Perkembangan Sosial Emosi*. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 92-98.
- Zahrawaany, T., & Siti, S. (2019). *Pengaruh Kematangan Pribadi Dengan Kecenderungan Cinderella Complex Pada Wanita Dewasa Awal*. *Cognicia*, Vol. 7, No. 1, 139-152.