

# Pengaruh Pertemanan “Toxic” terhadap Kesejahteraan Psikologis dan Perkembangan Sosial Remaja SMA

Fitri Zahro<sup>1</sup>, Ani Qotus Zuhro<sup>2</sup> Fitriana<sup>3</sup>, Muhammad Khasanil Bisri<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

<sup>1</sup>fitrisattar260@gmail.com, <sup>2</sup>aniqotuz2402@gmail.com, <sup>3</sup>hasanilbisri2409@gmail.com

## Abstrak

Pertemanan toxic di kalangan remaja SMA berdampak signifikan terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik. Sekolah yang seharusnya mendukung perkembangan positif justru kerap menjadi tempat berkembangnya pertemanan yang merusak. Konflik, manipulasi, dan pengucilan dalam pertemanan toksik menciptakan stres dan ketidaknyamanan, mengganggu konsentrasi dan motivasi belajar. Penelitian kualitatif ini, melalui wawancara mendalam dengan tiga siswa SMA dari dua sekolah berbeda, menyelidiki dampak pertemanan toksik dan dilema siswa dalam memutuskan untuk mempertahankan atau mengakhirinya. Analisis tematik menunjukkan bahwa pertemanan toksik mengganggu konsentrasi belajar siswa, ditandai dengan kesulitan fokus, penurunan motivasi, dan peningkatan stres. Siswa menghadapi dilema kompleks dalam memutuskan untuk mempertahankan atau mengakhiri pertemanan tersebut, dipengaruhi oleh loyalitas, rasa takut akan isolasi sosial, dan kurangnya dukungan. Mengakhiri pertemanan toksik seringkali diiringi tantangan emosional dan sosial. Oleh karena itu, temuan ini menyoroti perlunya intervensi sekolah yang komprehensif, meliputi edukasi tentang pertemanan sehat dan dukungan psikologis bagi siswa. Meskipun temuan ini signifikan, penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang lebih kuat diperlukan untuk mengkonfirmasi temuan dan mengembangkan panduan intervensi yang dapat diimplementasikan secara luas di berbagai konteks sekolah. Penelitian ini penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang suportif bagi perkembangan siswa secara holistik.

**Kata Kunci :** Pertemanan Toxic, Remaja, Konsentrasi Belajar, Motivasi Belajar, Intervensi Sekolah.

## Abstract

*Toxic friendships among senior high school (SMA) students significantly impact mental health and academic performance. Schools, intended to foster positive development, can become breeding grounds for damaging friendship dynamics. Conflict, manipulation, and exclusion in toxic friendships create stress and discomfort, disrupting concentration and learning motivation. This qualitative study, employing in-depth interviews with three SMA students from two different schools, investigated the impact of toxic friendships and the dilemmas students face in deciding whether to maintain or end these relationships. Thematic analysis revealed that: toxic friendships disrupt learning concentration (difficulty focusing, decreased motivation, increased stress); students face complex dilemmas in deciding whether to maintain or end toxic friendships (influenced by loyalty, fear of social isolation, and lack of support); ending toxic friendships is often accompanied by significant emotional and social challenges. These findings highlight the need for comprehensive school interventions, including education on healthy friendships and psychological support. Further research with a larger sample is needed to generalize findings and develop more effective intervention strategies. This research is crucial for creating a supportive school environment that fosters the holistic development of students.*

**Keywords :** Toxic Friendships, Adolescents, Learning Concentration, Academic Motivation, School-Based Intervention.

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja, khususnya pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), merupakan tahap perkembangan yang sangat penting. Pada rentang usia 15–18 tahun, remaja berada dalam fase transisi menuju kedewasaan yang ditandai oleh perubahan signifikan dalam aspek kognitif, emosional, dan

sosial (Saputro, 2018). Dalam fase ini, hubungan dengan teman sebaya memainkan peran sentral dalam membentuk identitas diri, mengembangkan keterampilan sosial, serta meningkatkan kapasitas pengelolaan emosi (Ruaidah, 2023). Melalui interaksi yang intens, remaja belajar memahami perspektif orang lain, menumbuhkan empati, dan mengasah kemampuan komunikasi serta kerja sama. Hubungan pertemanan yang sehat dapat menjadi sumber dukungan emosional yang kuat, memberikan rasa aman dan memperkuat resiliensi remaja dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

Namun demikian, tidak semua pertemanan berdampak positif. Pertemanan yang bersifat toksik dapat menjadi sumber tekanan psikologis yang signifikan. Pertemanan toksik ditandai dengan adanya pola interaksi yang tidak sehat seperti kurangnya empati, dominasi aura negatif, pengkhianatan terhadap kepercayaan, rasa iri dan cemburu yang berlebihan, manipulasi emosional, serta perilaku egois yang mengabaikan kesejahteraan orang lain (Rahimah, 2022; Aini dkk., 2023; Fadhilla & Siregar, 2024; Kanda & Kivania, 2024). Dalam kondisi demikian, remaja dapat merasa diabaikan, dimanfaatkan, bahkan kehilangan harga diri. Akibatnya, mereka mengalami penurunan motivasi belajar, kesulitan dalam membina hubungan sosial yang sehat, dan bahkan menarik diri dari lingkungan sosial.

Ketika empati tidak lagi hadir dalam hubungan pertemanan, remaja dapat merasa terisolasi dan tidak didukung. Dominasi aura negatif dari teman yang toksik juga menyebabkan kelelahan emosional yang signifikan, membuat remaja kehilangan semangat dan optimisme. Pengkhianatan dalam bentuk membocorkan rahasia atau menyebarkan informasi palsu dapat merusak kepercayaan dan menciptakan luka emosional yang dalam. Rasa iri dan cemburu yang berlebihan sering kali menghambat kemampuan remaja untuk saling mendukung dan merayakan keberhasilan satu sama lain. Sementara itu, perilaku manipulatif membuat remaja sulit membuat keputusan yang otonom karena terus-menerus dikendalikan oleh orang lain. Dalam hubungan seperti ini, aspek timbal balik yang sehat hilang, digantikan oleh kepentingan sepihak dan eksploitasi emosional.

Pertemanan toksik juga berdampak serius terhadap kesehatan mental remaja. Interaksi yang tidak sehat ini dapat memicu stres kronis, gangguan kecemasan, bahkan depresi. Dalam jangka panjang, remaja yang terus-menerus berada dalam hubungan toksik berisiko mengalami trauma psikologis, yang ditandai dengan perasaan takut berlebihan, ketidakpercayaan terhadap orang lain, serta kesulitan menjalin relasi sosial baru. Berbeda dengan fobia yang dapat dihindari, trauma akibat hubungan toksik sering kali tersimpan dalam alam bawah sadar dan muncul kembali dalam bentuk reaksi emosional pada pengalaman serupa di masa depan.

Menghadapi hubungan pertemanan yang toksik membutuhkan keberanian dan strategi yang tepat. Salah satu langkah awal yang dapat dilakukan remaja adalah menetapkan batasan yang jelas terhadap perilaku yang merugikan. Komunikasi langsung untuk menyampaikan ketidaknyamanan juga dapat menjadi cara efektif untuk mengubah dinamika hubungan. Namun, jika setelah dikomunikasikan tidak ada perubahan perilaku, maka menjaga jarak menjadi langkah yang wajar untuk melindungi diri. Dalam beberapa kasus, mendengarkan keluhan teman toksik tanpa terlibat secara emosional dapat mengurangi beban mental. Meskipun demikian, bantuan dari orang dewasa seperti orang tua, guru, atau konselor tetap diperlukan agar remaja tidak merasa sendirian dalam menghadapi situasi ini.

Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan lingkungan keluarga untuk berkolaborasi dalam menciptakan ruang yang aman bagi remaja. Pendidikan tentang hubungan sosial yang sehat, penguatan keterampilan sosial-emosional, serta pembentukan program konseling yang responsif sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan remaja secara holistik. Dengan dukungan lingkungan yang sehat dan edukatif, remaja akan lebih siap menghadapi tantangan dalam membina relasi sosial, termasuk menghindari atau mengakhiri pertemanan yang merugikan. Hal ini pada akhirnya akan berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis, kesehatan mental, dan kualitas hidup remaja secara keseluruhan.

## 2. METODE

Metode menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara sebagai pengumpulan data utama. Wawancara dilakukan secara tidak ter-struktur untuk memungkinkan ke akuratan dalam mendapatkan informasi yang mendalam dari informan. Informan (Siswa, Siswi) dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan topik penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur tatap muka, dengan setiap sesi berlangsung selama kurang lebih 30 menit. kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan Teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan tema utama yang muncul dari jawaban informan. Proses analisis tematik diawali dengan transkripsi wawancara.

Transkripsi kemudian dibaca berulang kali untuk mengidentifikasi kode awal yang mewakili unit-unit makna terkait dampak pertemanan toksik terhadap konsentrasi belajar. Kode-kode tersebut kemudian dikelompokkan menjadi tema-tema berdasarkan kemunculan berulang dan kesamaan makna. Tema-tema yang muncul kemudian diberi nama dan disusun menjadi narasi tematik yang menggambarkan pola dan tema utama yang muncul dari data. Terakhir, tema-tema tersebut diinterpretasikan dalam konteks penelitian untuk memahami pengaruh pertemanan toxic terhadap konsentrasi belajar siswa SMA.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Rahimah (2022) mengidentifikasi pertemanan toksik sebagai hubungan antarteman yang tidak sehat, berdampak buruk pada kesejahteraan psikologis. Ciri - cirinya meliputi keegoisan, ketidakpedulian terhadap perasaan orang lain, rasa tidak nyaman, penurunan kepercayaan diri, dan konflik yang berkelanjutan. Kurangnya dukungan dari teman toksik juga membahayakan kesehatan mental. Oleh karena itu, mengenali tanda-tanda ini penting untuk melindungi diri dan kesejahteraan psikologis.

Penelitian Aini dkk. (2023) di SMK Negeri 3 Malang, menggunakan metode fenomenologi, mengkaji dampak pertemanan toksik pada kesejahteraan psikologis siswa. Wawancara dan observasi pada tiga siswa menunjukkan dampak signifikan, termasuk rendahnya penerimaan diri, gangguan hubungan sosial, kurangnya otonomi, hilangnya tujuan hidup, stagnasi pribadi, dan kurangnya empati. Namun, dukungan dari satu teman suportif dapat memberikan dampak positif. Kesimpulannya, pertemanan toksik berdampak serius, sehingga dukungan sekolah dan konseling sangat dibutuhkan.

Fadhilla dan Siregar (2024), dalam *Invention: Journal Research and Education Studies*, meneliti dampak negatif pertemanan toksik pada kesehatan mental remaja melalui pendekatan kualitatif deskriptif. Wawancara dengan tiga remaja (13-16 tahun) menunjukkan bahwa pertemanan toksik memicu stres, kecemasan, depresi, penurunan harga diri, perilaku menyakiti diri, dan isolasi sosial. Penelitian ini menekankan pentingnya dukungan holistik dari keluarga, sekolah, dan komunitas untuk membangun hubungan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan remaja, serta perlunya intervensi dari berbagai pihak.

Wibowo dkk. (2025) di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya meneliti dampak toxic friendship pada mahasiswa dan strategi pencegahannya dengan pendekatan psikoedukasi dan observasi. Hasilnya menunjukkan peningkatan pemahaman tentang dampak negatif toxic friendship dan peningkatan kemampuan mengelola hubungan interpersonal yang lebih sehat. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya nilai religiusitas dalam membangun hubungan pertemanan yang positif dan merekomendasikan program berkelanjutan, seperti pelatihan komunikasi, kelompok dukungan, dan layanan konseling.

Izati dkk. (2023) melaksanakan pengabdian masyarakat di Posyandu Remaja SMART Sampit untuk meningkatkan pemahaman kader tentang relasi positif dan pencegahan hubungan toksik. Survei awal menunjukkan bahwa 100% responden pernah mengalami relasi negatif dan 83% mengalami hubungan toksik dalam pertemanan. Program penyuluhan dan pendampingan, dengan pre-test dan

post-test, menunjukkan peningkatan pemahaman pada sebagian besar peserta (11 dari 22). Peneliti menyarankan agar program serupa di masa depan menambahkan role-playing untuk pemahaman yang lebih praktis.

Kanda dan Kivania (2024), dalam SAMMAJIVA: Jurnal Penelitian Bisnis dan Manajemen, menyelidiki dampak hubungan toksik pada kesehatan mental mahasiswa menggunakan metode campuran dengan 11 responden. Penelitian ini menemukan bahwa hubungan toksik dalam keluarga, pertemanan, dan hubungan romantis berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik, ditandai dengan kurangnya kepercayaan diri, trauma, isolasi sosial, dan perasaan kekurangan. Penelitian menyimpulkan pentingnya mengenali tanda-tanda hubungan toksik, mencari bantuan profesional, dan memprioritaskan kesejahteraan diri dengan meninggalkan hubungan yang tidak sehat.

Studi Noviyanthi dan Roswiyani di SOSAINS menunjukkan perempuan dewasa muda yang pernah mengalami kekerasan verbal dalam hubungan toksik umumnya memiliki harga diri rendah. Wawancara mendalam dengan 10 perempuan (usia 20-40 tahun) mengungkapkan bahwa perkataan menyakitkan dalam berbagai hubungan (pasangan, keluarga, teman) menimbulkan pandangan negatif terhadap diri sendiri; merasa tidak berharga, rentan terhadap kritik, dan bergantung pada orang lain. Temuan ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan hubungan negatif antara kekerasan verbal dan harga diri. Penelitian menyarankan edukasi dan dukungan psikologis untuk mencegah kekerasan dan membantu para korban membangun kembali kepercayaan diri.

### **Pembahasan**

Penelitian ini mengkaji dinamika kompleks dalam hubungan pertemanan yang tidak sehat di kalangan siswa SMA, khususnya terkait dilema yang mereka hadapi dalam memutuskan untuk mempertahankan atau mengakhiri hubungan tersebut. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pertemanan toxic berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan akademik remaja (Rahimah, 2022; Aini dkk., 2023; Fadhillah & Siregar, 2024; Kanda & Kivania, 2024; Noviyanthi & Roswiyani, tahun tidak disebutkan). Namun, studi ini memberikan kontribusi tambahan dengan mengeksplorasi secara mendalam konflik internal yang dialami siswa dalam menghadapi pertemanan toxic.

Seperti yang terjadi pada SMA Madinatul Ulum dan salah satu SMA di Surabaya. Menurut informasi yang disampaikan oleh korban mengatakan, bahwa di sekolah nya kerap sekali terjadi hubungan pertemanan yang toxic. Dengan masalah yang di alami-nya adalah di bingungkan dengan perlakuan sahabat dekat-nya yang sering menganggap-nya sepele, sehingga korban merasakan di sepelekan oleh sahabat-nya sendiri. Korban di bingungkan oleh dua pilihan yang sangat berat bagi-nya, dimana jika dia tidak berteman lagi dengan sahabat-nya maka dia tidak mempunyai sahabat lagi di kelas-nya dan jika korban tidak menjauhi sahabat-nya, si korban akan selalu dan terus-terusan di sepelekan. Di anggap sepele oleh orang lain memang lah salah satu hal yang sangat tidak mengenakan hati apalagi di anggap sepele oleh sahabat sendiri, dari situlah mulai terlihat bahwa si sahabat-nya egois, hanya memikirkan perasaan-nya saja, tidak memikirkan perasaan orang lain.

Dampak dari pertemanan toxic yang di alami oleh korban adalah korban tidak lagi fokus pada sekolah, dan nilai-nya beberapa kali menjadi anjlok sehingga korban sempat beberapa kali di tanyakan oleh orang tua-nya. Menurut penuturan korban awal di tanyakan mengapa nilai menjadi anjlok, korban tidak berani untuk menjawab-nya, karna ada rasa takut untuk mengatakan-nya. Sehingga orang tua korban menyadari bahwa salah satu penyebab nilai-nya anjlok, karna masalah pertemanan, dan dari sanalah orang tua-nya memberikan arahan dan bimbingan kepada korban.

Kasus yang sama juga terjadi di sekolah yang sama. Pada kasus yang agak sedikit berbeda, dimana korban dari pertemanan yang toxic ini selalu di bohongi, di kucilkan, di bully, di fitnah dan banyak lagi. Tetapi si korban tidak menyadari bahwa hal itu semua terjadi pada diri-nya, si korban menyadari ketika semua teman di kelas-nya membully nya. Dari situ-lah mental dia terganggu, nilai tidak pernah bagus lagi, sudah jarang masuk sekolah lagi, ketika ada ulangan di sekolah tidak pernah mengikuti. Keluarga korban tidak tahu alasan korban tidak pernah sekolah lagi, sehingga guru Bk korban memberikan

bimbingan dan arahan kepada korban, dan juga memberikan ancaman kepada pelaku. Iya, memang se-jahat itu dampak dari hubungan pertemanan yang toxic, jika mental sudah tidak kuat lagi mrngahadapi-nya akan terajdi putus sekolah, menyiksa diri-nya sendiri atau bahkan akan terjadi bunuh diri.

Untuk kasus yang terjadi selanjut-nya di salah satu SMA yang ada di Surabaya, salah satu nara sumber bernama Mas Iqbal mengalami kejadian yang sama dalam pertemanan toxic. Masalah yang di alaminya adalah Mas Iqbal di buat kesal dengan temannya di sekolah, teman dari mas Iqbal ini meminjam uang ke mas Iqbal, dan mas Iqbal ketika meminjamkan uang itu mas Iqbal bilang ke temannya jika temannya ini sudah ada uang tidak papa kembalikan kalo belum ada tidak usa di kembalikan dulu, akan tetapi kadang teman dari mas Iqbal ini selalu bilang ketika mengembalikan uang dan menjanjikan tapi tidak kunjung membayar, mas Iqbal ini karena sering mendapatkan perilaku seperti itu akhirnya lama kelamaan kesal dengan temannya, dan akhirnya mas Iqbal ini menegaskan kembali ke temannya kalo memang belum ada tidak perlu di kembalikan dulu bahkan menjanjikan untuk mengembalikan, karena mas Iqbal sudah kesal akhirnya mas Iqbal bodo amat dan tidak peduli lagi dengan perilaku temanya ketika mengulang hal yang sama.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam pertemanan toxic secara signifikan mengganggu konsentrasi belajar siswa. Stres, kecemasan, dan konflik yang berkelanjutan dalam hubungan tersebut menghambat kemampuan fokus, menurunkan motivasi belajar, dan pada akhirnya berdampak pada prestasi akademik. Hal ini sejalan dengan temuan Aini dkk. (2023) yang menunjukkan dampak negatif pertemanan toxic terhadap penerimaan diri, hubungan sosial, dan tujuan hidup siswa. Lebih lanjut, penelitian Fadhilla dan Siregar (2024) juga menemukan korelasi antara pertemanan toxic dengan stres, kecemasan, depresi, dan bahkan perilaku menyakiti diri. Dampak ini menekankan urgensi intervensi yang tepat untuk melindungi kesehatan mental dan prestasi akademis siswa.

Siswa sering kali menghadapi dilema kompleks dalam memutuskan untuk mempertahankan atau mengakhiri pertemanan toxic. Faktor-faktor seperti loyalitas, ketakutan akan isolasi sosial, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar menjadi hambatan utama. Meskipun menyadari dampak negatif dari hubungan tersebut, siswa merasa terikat dan khawatir akan kehilangan teman atau dikucilkan, terutama di lingkungan sekolah yang menekankan pentingnya interaksi sosial dan penerimaan kelompok sebaya. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengenalan pertemanan toxic, tetapi juga pada pengembangan keterampilan sosial dan dukungan emosional bagi siswa agar mereka mampu mengambil keputusan yang tepat untuk kesejahteraan mereka.

Mengakhiri pertemanan toxic sering kali diiringi tantangan emosional dan sosial yang signifikan. Siswa mungkin mengalami rasa bersalah, kecemasan, atau bahkan merasa kehilangan. Proses ini membutuhkan dukungan dan bimbingan dari orang dewasa yang terpercaya, seperti orang tua, guru, atau konselor sekolah. Penelitian Wibowo dkk. (2025) menyoroti pentingnya dukungan psikologis dan edukasi tentang hubungan interpersonal yang sehat dalam pencegahan dan penanganan pertemanan toxic. Penelitian Izati dkk. (2023) juga menunjukkan keberhasilan program penyuluhan dan pendampingan dalam meningkatkan pemahaman tentang relasi positif dan pencegahan hubungan toksik.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi sekolah dan lingkungan sekitar dalam menciptakan lingkungan yang suportif bagi perkembangan holistik siswa. Intervensi yang komprehensif diperlukan, meliputi:

- Edukasi tentang Pertemanan Sehat: Sekolah perlu mengintegrasikan program edukasi tentang pertemanan sehat ke dalam kurikulum, yang mencakup pengenalan ciri-ciri pertemanan toksik, pengembangan keterampilan komunikasi asertif, dan cara membangun hubungan yang positif dan saling mendukung.
- Dukungan Psikologis: Sekolah perlu menyediakan layanan konseling dan dukungan psikologis bagi siswa yang mengalami pertemanan toksik atau masalah kesehatan mental lainnya. Penting



untuk menciptakan ruang aman bagi siswa untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan bantuan profesional.

- Kolaborasi dengan Orang Tua: Sekolah perlu menjalin kolaborasi yang erat dengan orang tua dalam memberikan dukungan dan bimbingan kepada siswa. Komunikasi yang terbuka dan kerja sama antara sekolah dan orang tua sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang suportif bagi perkembangan remaja.
- Penelitian Lebih Lanjut: Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan beragam diperlukan untuk menggeneralisasi temuan dan mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif. Penelitian juga perlu mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berkontribusi pada pertemanan toksik dan dampak jangka panjangnya pada kehidupan siswa.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami dinamika pertemanan toksik di sekolah dan implikasinya terhadap kesejahteraan siswa. Dengan memahami dilema dan tantangan yang dihadapi siswa, sekolah dan lingkungan sekitar dapat mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan kondusif bagi perkembangan holistik siswa. Penting untuk diingat bahwa pertemanan merupakan bagian penting dalam perkembangan remaja, dan intervensi yang tepat dapat membantu mereka membangun hubungan yang sehat dan positif.

#### 4. KESIMPULAN

Pertemanan toksik di kalangan siswa SMA berdampak signifikan terhadap konsentrasi belajar. Temuan utama menunjukkan adanya korelasi antara pertemanan toksik dengan kesulitan fokus, penurunan motivasi belajar, dan peningkatan stres. Dampaknya meliputi penurunan prestasi akademik, gangguan kesehatan mental (termasuk potensi peningkatan risiko depresi dan kecemasan), serta tantangan emosional dan sosial dalam memutuskan untuk mempertahankan atau mengakhiri hubungan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan intervensi komprehensif dari berbagai pihak, termasuk sekolah, keluarga, dan organisasi terkait, yang meliputi edukasi tentang pertemanan sehat, penyediaan layanan konseling, dan kolaborasi yang erat antara sekolah dan orang tua untuk menciptakan lingkungan yang suportif bagi perkembangan holistik siswa. Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar diperlukan untuk menguatkan temuan dan mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Amir, M., Wajdi, R., & Syukri, S. (2020). Perilaku komunikasi toxic friendship (Studi terhadap mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar). *\*Jurnal Komunikasi dan Organisasi\*, \*2\*(2), 93-111. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/jko/article/view/8074>*
- Aini, N., Cahyani, P. R. A., Nindiarto, A. S., Falsafy, D., & Indreswari, H. (2023). Psychological well-being siswa SMK yang berada dalam kelompok pertemanan toxic. *\*Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran)\*, \*6\*(1), 1783-1793. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/view/3969/2789>*
- Fadhilla, & Siregar, (2024). *\*Dampak negatif pertemanan toksik pada kesehatan mental remaja\*. Invention: Journal Research and Education Studies. (Harap lengkapi informasi jurnal)*
- Ferdian, Y., & Alpizar, A. (2021). Belajar toleransi di sekolah: Studi di SMA Negeri 2 Tualang Kabupaten Siak. *\*Toleransi: Media Ilmiah Komunitas Umat Beragama\*, \*13\*(1), 50. <https://doi.org/10.24014/trs.v13i1.13650> (Harap verifikasi DOI)*
- Hutabarat, Y. S., Widyorini, E., & Rahayu, E. (2021). Upaya penyelesaian toxic friendship dengan pendekatan Gestalt. *\*Jurnal Ilmiah\*, \*14\*(1), 62-73. (Harap lengkapi informasi jurnal)*
- Jonathan, A., & Alfando, F. (2022). Teman dan persoalan hubungan toxic dalam pandangan etika persahabatan Aristoteles. *\*Prakarsa: Jurnal Filsafat Terapan\*, \*1\*(1), 45-58. <https://doi.org/10.11111/moderasi.xxxxxxx> (Harap verifikasi DOI)*

- Kanda, & Kivania, (2024). \*Dampak hubungan toksik pada kesehatan mental mahasiswa\*. SAMMAJIVA: Jurnal Penelitian Bisnis dan Manajemen. (Harap lengkapi informasi jurnal)
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan mental remaja dan tren bunuh diri: Peran masyarakat mengatasi kasus bullying di Indonesia. \*Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan\*, \*3\*(3), 560–567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Manuardi, A. R. (2022). Literasi digital berbasis vidiografi terhadap toxic relationship siswa SMA. \*QUANTA: Jurnal Kajian, Bimbingan, dan Konseling dalam Pendidikan\*, \*6\*(2), 61–65. <https://doi.org/10.22460/quanta.v6i2.3041>
- Muharram, A. A., Salsabila, B. A., & Muflihatul, S. R. (2023). Layanan psikoedukasi sebagai upaya untuk mencegah toxic relationship pada remaja di MAN 3 Sleman. \*(Harap lengkapi informasi jurnal)\*. (Harap lengkapi informasi jurnal)
- Noviyanthi, & Roswiyani, (tahun tidak disebutkan). \*Dampak kekerasan verbal pada hubungan toksik terhadap harga diri perempuan dewasa muda\*. SOSAINS. (Harap lengkapi informasi jurnal)
- Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). Toxic relationship dalam komunikasi interpersonal di kalangan remaja. \*Communication\*, \*12\*(2), 132. <https://doi.org/10.36080/comm.v12i2.1510>
- Rahimah, (2022). \*Pertemanan toksik dan dampaknya pada kesejahteraan psikologis\*. (Harap lengkapi informasi jurnal)
- Ruaidah, N. H. Z. (2023). Pengaruh teman sebaya terhadap psikososial remaja. \*Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia\*, \*2\*(2), 146–152. <https://jpion.org/indek.php/jpi> (Harap verifikasi URL)
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. \*Aplikasi: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama\*, \*17\*(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Simarmata, S., Batubara, A., & Ulfiani, R. (2023). Pengaruh toxic friendship terhadap self esteem siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru. \*Al-Irsyad\*, \*13\*(2), 76. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v13i2.17122>