

TOXIC FRIENDSHIP COMMUNICATION BEHAVIOR (STUDI: MAHASISWA BPI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA)

Amsal Qori Dalimunthe¹, Neng Nurcahyati Sinulingga², Taufiq Ismail Koto³, Ditya Ananda⁴

^{1,2}Universitas Medan Area

^{3,4}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

email: amsalqori@staff.uma.ac.id¹, nurchayati@staff.uma.ac.id², taufiq0102203108@uinsu.ac.id³, dityaananda58@gmail.com⁴

Abstrak

Perilaku komunikasi beracun seringkali terjadi dalam hubungan pertemanan antar teman sekelas. Hal tersebut bisa ditinjau dari segi bahasa yang digunakan kurang baik dan disertai perilaku yang buruk. Hubungan pertemanan yang seharusnya baik menjadi rusak yang menyebabkan timbulnya sikap apatis. Perilaku komunikasi beracun tidak bisa dianggap sepele karena merugikan diri sendiri dan orang lain yang menyebabkan seseorang kurang percaya diri, memiliki perasaan cemburu yang berlebih bahkan trauma. Sehingga dilakukan penelitian untuk mengidentifikasi perilaku komunikasi beracun yang terjadi diantara mahasiswa bimbingan penyuluhan Islam. Metode penelitian yang digunakan deksriptif kualitatif yaitu penelitian dengan upaya mengungkap realitas atau kenyataan fenomena sosial. Adapun diambil sampel dari mahasiswa BPI UINSU 2022-2023 sebanyak 7 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan studi literature. Hasil penelitian ini menunjukkan perilaku komunikasi beracun diklasifikasikan dalam beberapa indikator yaitu pengkritik, tidak ada empati, keras kepala dan selalu bergantung. Selain itu perilaku komunikasi beracun menimbulkan dampak kompetisi yang berlebihan, pengkhianatan, kecemburuan, balas dendam, kemarahan, depresi dan insecure. Perilaku komunikasi beracun perlu diatasi agar tidak menimbulkan kerugian lagi dengan cara menetapkan batasan, langsung bicara dan menjauh.

Kata Kunci: Perilaku Komunikasi, Mahasiswa, Pertemanan Beracun

Abstract

Toxic communication behavior often occurs in friendships between classmates. This can be viewed in terms of the language used being poor and accompanied by bad behavior. Friendship relationships that should be good become damaged, causing apathy to emerge. Toxic communication behavior cannot be considered trivial because it is detrimental to oneself and others which causes a person to lack self-confidence, have excessive, have excessive feelings of jealousy and even be traumatized. So research was conducted to identify toxic communication behavior that occurs between Islamic counseling student. The research method used is descriptive qualitative, namely research with an effort to reveal the reality or realities of social phenomena. A total of 7 samples were taken form BPI UINSU 2022-2023 students. Data collection techniques use observation, interviews and literature study. The results of this research show that toxic communication behavior is classified into several indicators, namely criticizing, no empathy, stubborn and always dependent. Apart from that, toxic communication behavior causes the impact of excessive competition, betrayal, jealousy, revenge, anger, depression and insecurity. Toxic communication behavior needs to be overcome so that it doesn't cause further harm by setting boundaries, talking directly and walking away.

Keywords: Communication Behavior, Student, Toxic Friendship

PENDAHULUAN

Pada zaman sekarang memiliki banyak teman bisa memberikan keuntungan bagi diri sendiri. Dengan mempunyai banyak teman berarti memiliki banyak koneksi yang menguntungkan dari segi karir. Namun dalam hubungan pertemanan tidak sesederhana itu. Menurut Brandt dan Murphy, relasi pertemanan mempunyai kualitas positif dan negatif. Kualitas relasi pertemana positif disebut support yaitu sifat saling mendukung satu sama lain seperti *intimacy*, *prosocial*, *behavior*, dan *self esteem enhancement*. Sedangkan kualitas relasi pertemanan negatif disebut conflict yaitu sesuatu yang merupakan sumber konflik diantara mereka diantaranya perselisihan dan kompetensi dalam hal negatif (M. Amir., et. al. 2020: 94).

Tapi dalam kehidupan sehari-hari tanpa disadari menimbulkan pengaruh negatif yang berasal dari lingkungan pertemanan disekitar kita yang dalam istilahnya disebut toxic friendship. Persahabatan

yang beracun atau *toxic friendship* menurut Prof. Victoria Andrea Munoz Serra adalah mereka yang mengatakan kata menjadi teman tapi tindakannya akan menimbulkan rasa sakit karena perilaku mereka bukanlah yang kita harapkan dalam sebuah persahabatan (Ardha Kesuma, 2021: 54).

Masalah yang ditimbulkan dari *toxic friendship* yaitu membuat pertemanan antar sesama manusia terganggu dan berakibat pemisahan diri dari kelompok yang berubah jadi individu. Masalah tersebut harus secepatnya diselesaikan. Karena jika ditunda maka kitalah yang menjadi korban. Namun terdapat masalah ketika mau menyingkirkan teman *toxic* yang terkadang muncul rasa kasihan. Teringat saat menghabiskan waktu bersama tapi ketika berpisah maka meninggalkan dirinya sendirian. Tapi jika diteruskan tetap berteman justru kita yang menderita baik batin maupun fisik.

Seseorang bisa dikatakan teman *toxic* bila orang tersebut menimbulkan kekacauan dan perpecahan dalam lingkungan pertemanan. Sehingga mereka akhirnya dikucilkan dan dibenci oleh teman-temannya. Tapi ada beberapa orang yang tidak menyadari dirinya *toxic* sehingga sering menyakiti perasaan orang disekitarnya. Oleh sebab itu sangat penting bagi manusia untuk mengetahui etika dalam pertemanan agar tidak menjadi teman *toxic*. Adapun tanda teman *toxic* yaitu sikap tamak, kurangnya empati, egois, pembohong, bercanda diluar batas dan bersikap atau bicara kasar yang justru menimbulkan konflik. Efeknya membuat diri sendiri lelah dan tidak nyaman selama berada di lingkungan pertemanan *toxic* (Alvin Jonathan., et. al. 2022: 48).

Mahasiswa dalam kesehariannya akan selalu berinteraksi dan membangun hubungan dengan sesama manusia. Sebagai mahasiswa sangat penting dalam memilah pertemanan agar tidak terjerumus dalam lingkungan pertemanan *toxic*. *Toxic friendship* menimbulkan banyak dampak negatif bagi tiap individu yang menjurus pada mental maupun fisik. Terutama dalam sebuah *circle* pertemanan atau kelompok pertemanan yang cenderung menimbulkan *toxic friendship*. Seringkali perkelahian ataupun perdebatan dalam suatu *circle* terjadi.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Soekoo (2020) menyatakan bahwa kualitas pertemanan yang mengacu pada perilaku negatif menimbulkan agresi fisik seperti melukai dan agresi non fisik berupa perkataan kasar. Sedangkan menurut Ibrahim (2021) dalam buku *Boox Of Toxic Relationship*, perilaku dalam pertemanan *toxic* seperti mengintimidasi, kasar, egois dan selalu ingin menang sendiri (Sugeng Sejati., et. al. 2023: 239).

Namun bukan berarti tak ada cara untuk mengatasinya. Cara yang tepat untuk mengatasinya dengan menggunakan komunikasi interpersonal diantara mahasiswa yang memiliki masalah pertemanan. Dengan komunikasi interpersonal menjadikan mahasiswa dalam membangun jati diri yang kuat dan mengembangkan potensi dengan teman yang memiliki minat yang sama.

Berdasarkan observasi awal terhadap beberapa *circle* telah saya amati sejak lama terutama pada *circle* yang terdapat kami didalamnya. Pada beberapa *circle* kerap muncul *toxic friends*. Terkadang mereka sengaja menerbarkan kebencian, tidak suka orang lain bahagia, cemburu dengan orang lain dan lain sebagainya.

Sehingga menjadi tujuan penelitian untuk mengetahui perilaku komunikasi *toxic friendship* dengan mahasiswa BPI UINSU dan dampak yang ditimbulkan.

METODE

Toxic friendship bisa diatasi dengan memberikan contoh cara membangun sebuah interaksi dan komunikasi yang baik. Bercanda dengan sewajarnya, saling mengerti, tentunya membuka sebuah sapaan komunikasi yang hangat dapat mengurangi faktor pemicu terjadinya *toxic friendship* dalam komunikasi interpersonal mahasiswa (Novi Andayani Praptiningsih dan Gilang Kumari Putra, 2021: 142).

Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang terjadi antara satu atau lebih orang yang dilakukan secara langsung dalam pokok pembicaraannya mengenai refleksi karakter pribadi dari tiap individu dengan hubungan dan interaksi sosial yang baik (Zubaidah, et. al, 2022: 160). Komunikasi interpersonal dianggap ampuh sebagai solusi dari permasalahan yang muncul dari hubungan pertemanan diantara mahasiswa. Terjalinnnya komunikasi interpersonal diantara mahasiswa bisa memperkuat pembangunan jati diri yang membantu dalam mencari tau lebih banyak potensi dalam diri dan mengembangkannya bersama teman yang memiliki ketertarikan yang sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari hasil deskriptif kualitatif yaitu peneliti berusaha mengungkapkan suatu realita atau fakta fenomena sosial tertentu sebagaimana adanya dengan memberikan refleksi dengan objektif tentang perilaku komunikasi *toxic friendship* dengan teman sebaya. Mahasiswa

memilih informan berdasarkan kriteria yang akan diteliti yaitu mahasiswa yang berteman secara berkelompok yang terdapat seseorang atau lebih yang termasuk dalam masalah salah satu ciri perilaku komunikasi toxic friendship di antaranya pengkritik, tidak ada empati, keras kepala dan selalu bergantung. Serta dampak yang ditimbulkan dari perilaku komunikasi toxic friendship.

1. Perilaku Komunikasi Toxic Friendship Dengan Mahasiswa BPI UINSU

Perilaku komunikasi dalam toxic friendship mencerminkan kebiasaan dan karakteristik individu dalam menjalin hubungan persahabatan yang tidak sehat. Kondisi ini tampak pada cara seseorang berkomunikasi yang dilakukan sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik pribadi masing-masing. Toxic friendship sendiri merujuk pada hubungan persahabatan yang tidak sehat dan cenderung menguntungkan satu pihak sementara merugikan pihak lain. Beberapa ciri perilaku dalam persahabatan beracun melibatkan pengkritik, kurangnya empati, sikap keras kepala dan ketergantungan yang berlebihan (Akbar Tanjung, et. al, 2024: 304).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan mewawancarai beberapa narasumber dengan kriteria yang diperlukan, maka hasil penelitian ini akan menjelaskan perilaku komunikasi toxic friendship dengan teman sebaya yang mengacu pada beberapa indikator yaitu:

a. Pengkritik

Dalam pengertiannya pengkritik merupakan perilaku yang tidak dapat menghargai hasil karya atau prestasi yang dicapai oleh orang lain, merasa cemburu karena orang lain lebih sukses dan lebih baik dibandingkan dirinya, dan mencoba merendahkan dengan mengatakan hal yang buruk tentang pencapaian dan kesuksesan yang orang lain capai. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa informan diketahui bahwa mereka sering dikritik oleh beberapa teman. Namun kritik terkesan merendahkan dan bukannya membangun.

Meutia salah satu dari sedikit mahasiswa BPI, memiliki grup pertemanan. Meutia menjelaskan bagaimana dia memulai sebuah kelompok pertemanan.

“Kami membuat grup pertemanan karena kami awalnya satu jurusan dan satu kelas. Lalu kami mengetahui bahwa dia ramah dan baik hati kepada semua orang sejak lama dan disemester kedua kami mulai bertemu satu sama lain. saya jadi kenal akrab dan sejauh ini saya kira.”

Meutia membenarkan bahwa dia punya lingkaran pertemanan di kampus. Dia membentuk sekelompok teman, karena mereka mempunyai kesamaan. Artinya, karena mereka tertarik pada pemain besar yang sama di kampus dan berkepribadian baik serta ramah.

Kemudian bercerita kepada Meutia tentang kehadiran teman yang beracun di grup temannya: “Aku punya teman yang beracun di grup temanku. Dia dating pas butuh, keras kepala, suka datang dan mengkritik tanpa introspeksi.”

Berdasarkan pernyataan Meutia, bentuk perilaku komunikasi toxic friendship yaitu verbal dan non verbal. Jannah merasa temannya yang suka mengkritik dirinya yang terlihat buruk belum tentu baik dan harus diikuti. Ada baiknya kita memfilter apa yang dapat menjadi masukan membangun dan apa yang bersifat merendahkan.

Risky, mahasiswa BPI juga merasakan hal yang sama. Pertama-tama ia menjelaskan awal terbentuknya kelompok pertemanannya: “Yaa, saya membentuk kelompok pertemanan setelah merasa nyaman dan memiliki ketertarikan yang sama.”

Berdasarkan penjelasana di atas Risky membentuk kelompok pertemanan berdasarkan faktor kesamaannya yaitu memiliki ketertarikan yang sama. Selanjutnya ia mengatakan tentang adanya salah satu temannya yang toxic: “Iya ada yang pernah yang berperilaku toxic, tapi tidak selalu tapi pernah membuat suasana jadi negatif beberapa kali.”

Selanjutnya ia berpendapat perilaku toxic friendship itu seperti: “Menurut saya perilaku komunikasi toxic yaitu mereka membuat kita merasa down dan merubah menjadi orang yang lebih negatif. Melontarkan kata-kata yang membuat kita pesimis atau berpikir negatif. Kebanyakan dengan kata-kata daripada tindakan non verbal, misalnya ketika kita menceritakan visi atau target lalu ia melontarkan kata-kata itu mustahil kamu raih tanpa adanya alasan yang logis.”

Berdasarkan pendapat diatas, menurut Risky perilaku komunikasi toxic yang dialami yaitu pengkritik. Toxic friendship tersebut suka mengatakan hal negatif yang membuatnya merasa pesimis. Dapat diketahui bahwa bentuk komunikasi yang ia dapatkan kebanyakan perilaku komunikasi verbal dibandingkan perilaku komunikasi non verbal.

b. Tidak Ada Empati

Tidak ada empati merupakan hubungan tidak adanya sifat memahami dari sudut pandang seseorang untuk merasakan, menyayangi dan menunjukkan simpati kepada orang lain. Asni salah satu mahasiswa BPI menceritakan tentang salah satu perilaku komunikasi toxic friendship yang dimiliki

temannya: “Mereka menciptakan suasana negatif kalo ada bahan untuk membully orang. Pernah, sesekali teman saya memberikan omongan yang tidak menyenangkan dan membuat mental saya down.”

Menurut Asni toxic friendship tersebut menciptakan suasana negatif dengan membully orang lain bahkan dirinya sesekali mendapat perkataan buruk hingga memengaruhi kondisi mentalnya. Lebih dalam ia menceritakan contoh kasusnya: “Ketika teman saya mencaci seseorang yang telah kelaparan dan meminta uang kepada teman saya, dengan kata kata dia lebih miskin daripada saya.”

Berdasarkan kalimat diatas, peneliti mengidentifikasi perilaku toxic friendship yang dimiliki Asni adalah tidak ada empati. Karena ia tega menghina temannya yang memintab bantuan padanya.

Huda, mahasiswa BPI ia menceritakan bahwa: “Ya, saya berteman berkelompok. Saya mencari teman yang sefrekuensi dan sevisi.”

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa Huda membentuk suatu kelompok pertemanan berdasarkan faktor kesamaan. Lebih dalam ia berpendapat tentang perilaku komunikasi toxic friendship yaitu: “Hmm ... menurut saya perilaku komunikasi toxic friendship merupakan pola komunikasi yang membawa aura negatif di dalam lingkungan pertemanan. Dia selalu ingin mendominasi di setiap percakapan dan membuat mental block.”

Berdasarkan pendapat diatas Huda mengatakan toxic friendship merupakan pola komunikasi yang negatif dalam lingkungan pertemanan. Salah satu contohnya yaitu kerap mendominasi komunikasi dan membuat kurang berkonsentrasi.

c. Keras Kepala

Keras kepala artinya tidak mau mendengar kata orang lain, menganggap pendiriannya selalu benar, tidak mau mengakui bahwa dirinya salah, tidak mau mengalah, tidak mau untuk meminta bantuan orang lain. Salim, mahasiswa BPI menceritakan tentang temannya yang ia tegur karena acuh terhadap tugas yang diberikan dosen: “Keras kepala ketika kita memberikan saran tapi dia tidak mau mendengar padahal kita menyampaikan saran tersebut demi kebbaikannya. Dan suka mengkritik bahwa ini itu tidak baik sedangkan yang dilakukan belum tentu benar.”

Dari cerita yang disampaikan Salim, seorang temannya yang keras kepala tidak pernah mendengarkan saran dari dia padahal maksud Salim sangat baik. Tapi dia tetap pada pendiriannya, selanjutnya Salim berpendapat tentang penyebab temannya berperilaku toxic friendship yaitu: “Menurutku keras kepalanya dan suka mengkritiknya mungkin sudah kepribadiannya dan datang di saat butuh atau saat punya masalah karena dia tidak percaya diri untuk menyelesaikan masalah sendiri.” Menurut pendapat Salim perilaku toxic friendship terbentuk karena faktor lingkungan.

d. Selalu Bergantung

Selalu bergantung artinya tidak dapat hidup tanpa bantuan orang lain, tidak bisa hidup mandiri, selalu membutuhkan kehadiran orang lain, selalu membutuhkan bantuan dari orang lain serta takut akan kehilangan orang lain. Rahman menjelaskan kesamaan dan ketertarikan secara fisik dan kepribadian itu termasuk aspek yang penting untuk mengawali sebuah hubungan dari masing-masing remaja. Selanjutnya, Rahman menceritakan adanya toxic friendship pada kelompok pertemanannya: “Pernah sesekali, tapi ada satu orang yang kayak apa', kaya apa-apa aminta tolong apa-apa minta ke say ateras. Iya, kayak bergantung. Tidak bisa dia selesaikan urusannya sendiri atau karena kebiasaan ditolong terus jadi ndak malu untuk minta apa-apa. Tapi dia dating di saat ada kepentingan tertentu misalnya minta tugas, pinjam uang atau lain-lain.”

Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan, bentuk komunikasi dari perilaku komunikasi toxic friendship yaitu verbal berupa kata-kata secara langsung ataupun tidak langsung dengan menggunakan bahasa. Kedua bentuk komunikasi non verbal yaitu komunikasi yang disampaikan selain dengan kata-kata bahasa, contohnya infleksi, volume suara, bahasa tubuh, ekspresi wajah, tanda, tindakan atau perbuatan, objek, dan lainnya.

Faktor penyebab seseorang dapat menjadi toxic friendship yaitu: rasa percaya diri, tantangan keakraban, memahami isyarat, depresi, dan kepribadian. Faktor-faktor tersebut dapat terbentuk karena faktor biologis yaitu perilaku sosial dibimbing oleh aturan-aturan yang telah deprogram secara genetis dalam jiwa manusia dalam lingkup keluarga. Kedua, faktor sosiopsiologis yaitu faktor lingkungan luar keluarga karena manusia makhluk sosial, dari proses sosial ia memperoleh beberapa karakteristik yang memengaruhi perilakunya.

2. Dampak Perilaku Komunikasi Toxic Friendship

Toxic friendship sebagai hubungan yang tidak sehat memiliki dampak yang terjadi pada konflik internal. Dalam hubungan toxic friendship menyebabkan penderitanya menjadi tidak produktif, terjadinya gangguan mental hingga memicu ledakan emosional yang berujung kekerasan. Namun

menghindari hubungan pertemanan yang tidak sehat tidak semudah itu. Apalagi di zaman sekarang yang terjadi akibat besarnya tuntutan di tengah masyarakat yang bisa dijumpai pada rekan atau kerabat yang mengalami toxic friendship. Jika dibiarkan terperangkap dalam kondisi tersebut dapat memunculkan perilaku yang buruk misalnya hilangnya prinsip saling melengkapi dan sebagainya. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku tersebut cenderung membuat korban menarik perilaku yang cenderung berlawanan (misalnya, dominasi penyerahan) dari orang lain (Novi Andayani Praptiningsih dan Gilang Kumari Putra, 2021: 141).

a. Insecure (Rasa Tidak Aman)

insecurity merupakan perasaan yang terpengaruh dari masa kecil yang kurang menyenangkan, trauma masa lalu, pengalaman gagal dan ditolak, kesendirian, kecemasan sosial, pandangan negatif akan diri sendiri, perfeksionis atau mempunyai orangtua atau teman yang dikritik.

b. Rasa Percaya Diri Rendah

Rasa percaya diri rendah merupakan sebuah masalah dimana dirinya merasa tidak pantas untuk menjadi sahabat atau teman untuk orang lain, dirinya merasa sadar diri akan kekurangan yang terlalu berlebihan dan membuat teman atau sahabatnya mendorong untuk menjauhi diri darinya.

c. Depresi

Depresi merupakan kondisi medis yang berupa suasana hati yang buruk secara berkepanjangan, kehilangan minat terhadap segala hal dan merasa kekurangan energi. Selain itu dalam pengertian lain depresi adalah suatu kondisi emosional yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, perasaan tidak berarti dan bersalah, mengucilkan diri dari lingkungan sosial, insomnia, kehilangan nafsu makan, tidak memiliki ketertarikan dalam melakukan aktifitas.

Dari pendapat diatas bahwa perilaku komunikasi toxic friendship menimbulkan dampak yang membuat diri sendiri maupun orang lain mengalami kerugian. Terutama dalam circle pertemanan itu sendiri. Salah satu pihak pasti menjadi korbannya. Jadi dampak dari perilaku toxic friendship tidak bisa dianggap sepele.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Rania Firdausiah Zulfah., et. al (2022), secara keseluruhan berdasarkan indicator perilaku toxic friendship yaitu pengkritik dan tidak ada empati. Bentuk tindakan yang dilakukan yaitu verbal dan non verbal serta dampak yang dirasakan dari perilaku toxic friendship yaitu insecure (rasa tidak aman), rasa percaya diri rendah dan depresi.

SIMPULAN

Perilaku komunikasi toxic friendship berdasarkan hasil wawancara dari narasumber mahasiswa BPI UINSU tahun ajaran 2022-2023 menyebutkan kebiasaan dan karakteristik individu dalam menjalin pertemanan seperti pengkritik, tidak ada empati, keras kepala dan selalu bergantung. Toxic friendship merujuk pada hubungan persahabatan yang tidak sehat. Hal tersebut disebabkan satu pihak cenderung mengalami keuntungan sementara pihak lain dirugikan. Padahal dalam hubungan pertemanan harus saling menguntungkan dan melengkapi satu sama lain.

Adapun dampak yang ditimbulkan dari toxic friendship yaitu insecure, rasa percaya diri rendah dan depresi. Jika dibiarkan terus menerus terperangkap bisa menyebabkan muncul perilaku buruk misalnya hilangnya prinsip saling melengkapi dan sebagainya. Sehingga dampak buruk yang ditimbulkan toxic friendship tidak bisa diabaikan begitu saja.

SARAN

Toxic friendship yang ditemukan dalam lingkungan pertemanan mahasiswa harus dihindari agar tidak merusak mental maupun fisik. Jika sulit dihindari bisa menerapkan komunikasi interpersonal untuk menyelesaikan masalah toxic friendship.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih saya ucapkan pada narasumber yang berkenan meluangkan waktu untuk melakukan sesi wawancara dan seluruh civitas di fakultas Dakwah dan Komunikasi khususnya prodi Bimbingan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

DAFTAR PUSTAKA

Amir, M., Riveni, Wajdi., & Syukri. (2020). Perilaku Komunikasi Toxic Friendship (Studi Terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar). *Jurnal Komunikasi dan Organisasi (J-KO)*, 2 (2), 93-111.

- Jonathan, Alvin., Fladinand, Alfando., & Viviana, Fransisca. (2022). Teman dan Persoalan Hubungan Toxic Dalam Pandangan Etika Persahabatan Aristoteles. *Praxis: Jurnal Filsafat Terapan*, 1 (1), 45-58.
- Kesuma, Ardha. (2021). *Merawat Diri Merawat Bumi*. Yogyakarta: Pandiva Buku
- Praptiningsih, Novi Andayani., & Gilang, Kumari Putra. (2021). Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja. *COMMUNICATION*, 12 (2), 138-149.
- Sejati, Sugeng., Lailatul, Badriyah., & Emellia, Afria Juniza. (2023). Dampak Negatif Perilaku Toxic Friendship Dengan Kualitas Pertemanan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2 (1), 236-249.
- Tanjung, Akbar., Dina, Yulianti., Dewi, Ratna Juwita., Amanda, Oktavia Safitri., & Arla, Alif Aqila. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Toxic Friendship di SMA Negeri (Studi Kasus di SMA N X). *IJM: Indonesian Journal of Multidisciplinary*, 2 (1)
- Zubaidah., Putri, Yeni., & Irman. (2022). Assistance Of Toxic Friendship Students In Interpersonal Communication And Its Implications In Counseling. *JURNAL MARAWA: MASYARAKAT RELIGIUS DAN BERWAWASAN*, 1 (2)
- Zulfah, Rania Firdausiah., Della, Wahyu Fitriyah., & Ani, Qotus Zuhro' Fitriana. (2022). Analisis Dampak Manajemen Konflik Toxic Friendship Pada Santri di Pondok Pesantren Darul Arifin 2. *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan Bisnis (JEMB)*, 1 (2), 290-299. <https://doi.org/10.47233/jemb.v1i2.733>