

SURVEI PERILAKU TOXIC FRIENDSHIP PADA SISWA: TANTANGAN DALAM MEMBANGUN LINGKUNGAN BELAJAR YANG SEHAT

Dian Oktary¹
Isnaria Rizki Hayati²
Khairiyah Khadijah³
Putri Yuningsih⁴

Abstrak

Perilaku *toxic friendship* di kalangan siswa menunjukkan kecenderungan meningkat dan berpotensi mereduksi kualitas interaksi sosial serta kenyamanan belajar. Kondisi ini menjadi tantangan serius dalam mewujudkan lingkungan pembelajaran yang sehat dan kondusif di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif tingkat perilaku *toxic friendship* dan mengevaluasi keterkaitannya dengan kualitas lingkungan belajar siswa. Subjek penelitian adalah siswa di salah satu SMA di Pekanbaru yang dipilih melalui teknik *stratified random sampling*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei berbasis angket terstruktur. Analisis data dilakukan secara deskriptif inferensial menggunakan statistik persentase dan uji korelasi. Hasil menunjukkan bahwa perilaku *toxic friendship* berada pada kategori sedang dengan kecenderungan berdampak negatif terhadap interaksi sosial dan kenyamanan belajar. Disimpulkan bahwa *toxic friendship* berkontribusi terhadap penurunan kualitas lingkungan belajar. Implikasi penelitian menegaskan urgensi penguatan layanan bimbingan dan konseling preventif di sekolah.

Kata Kunci: Toxic Friendship, Lingkungan Belajar, Bimbingan dan Konseling

STUDENT TOXIC FRIENDSHIP BEHAVIOR SURVEY: CHALLENGES TO CREATING A HEALTHY LEARNING ENVIRONMENT

Abstract

Toxic friendship behavior among students is on the rise and has the potential to undermine the quality of social interactions and the learning environment. This study aims to comprehensively analyze the prevalence of toxic friendship behavior and evaluate its relationship with the quality of the students' learning environment. The research subjects selected through stratified random sampling. The study employed a quantitative approach using a structured questionnaire-based survey method. Data analysis was conducted using descriptive and inferential statistics. The results indicate that toxic friendship behavior falls into the moderate category, with a tendency to negatively impact social interactions and learning comfort. It is concluded that toxic friendship contributes to a decline in the quality of the learning environment. The implications of this study underscore the urgency of strengthening preventive guidance and counseling services in schools.

Keywords: Toxic Friendship, Learning Environment, Guidance and Counseling

¹ Universitas Riau, dianoktary@lecturer.unri.ac.id

² Universitas Riau, isnariarh@lecturer.unri.ac.id

³ Universitas Riau, khairiyah.khadijah@lecturer.unri.ac.id

⁴ Universitas Riau, putriyuningsih@lecturer.unri.ac.id

PENDAHULUAN

Lingkungan belajar yang sehat merupakan salah satu faktor fundamental dalam mendukung keberhasilan proses pendidikan (Ma et al., 2022). Lingkungan tersebut tidak hanya ditentukan oleh aspek fisik, tetapi juga oleh kualitas interaksi sosial antar siswa yang terjadi dalam proses pembelajaran. Menurut Kementerian Pendidikan Nasional (2008), SKKPD mencakup beberapa aspek perkembangan, yaitu landasan hidup religius, landasan perilaku etis, kematangan emosi, kematangan intelektual, kesadaran tanggung jawab sosial, kesadaran gender, pengembangan pribadi, perilaku kewirausahaan atau salah satu kompetensi yang harus dipenuhi oleh peserta didik yakni salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh remaja yakni kematangan hubungan dengan teman sebaya, remaja diharapkan mampu membangun hubungan sosial yang sehat, bekerja sama, menghargai perbedaan, dan berkomunikasi secara efektif. Interaksi sosial yang positif terbukti mampu meningkatkan keterlibatan belajar, kenyamanan psikologis, serta perkembangan sosial-emosional siswa (Rofiqi et al., 2023). Sebaliknya, interaksi sosial yang negatif berpotensi menciptakan iklim belajar yang tidak kondusif dan menghambat proses internalisasi pembelajaran (Firdaus Umar et al., 2023). Salah satu fenomena relasi sosial negatif yang semakin berkembang di kalangan siswa adalah *toxic friendship*. Menurut Jan Yager, (2006) *toxic friendship* adalah persahabatan yang merusak dan berbahaya, serta bersifat satu arah persahabatan semu tidak ada saling berbagi, tidak ada kebersamaan, tidak ada kasih sayang, hanya memikirkan diri sendiri, menguntungkan satu pihak dan selalu berusaha membuat segala hal berakhir buruk, Adapun ciri-ciri *toxic friendship* menurut Jan Yager yakni: pengkritik, tidak ada empati, selalu bergantung dan keras kepala. Hubungan pertemanan ini ditandai dengan adanya perilaku manipulatif, dominatif, kurangnya empati, serta kecenderungan merugikan secara emosional (Ussolikhah et al., 2023).

Dalam konteks pendidikan, fenomena ini menjadi perhatian serius karena hubungan pertemanan yang seharusnya menjadi sumber dukungan justru berubah menjadi sumber tekanan psikologis (Rahimah et al., 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa *toxic friendship* memiliki dampak signifikan terhadap kondisi psikologis siswa, Dampak ini meliputi peningkatan stres, kecemasan sosial, pemikiran berlebihan (*overthinking*), hingga hilangnya motivasi belajar dan keinginan untuk menarik diri dari lingkungan sosial (Sri Rezeki & Muhammadiyah Pontianak, n.d.) Hubungan pertemanan yang tidak sehat dapat menurunkan kesejahteraan emosional, memengaruhi perkembangan diri, serta mengganggu relasi interpersonal siswa. Selain itu, *toxic friendship* juga terbukti berpengaruh terhadap rendahnya *self-esteem* siswa, yang ditunjukkan melalui hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut (Ulfiyani et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa dampak *toxic friendship* tidak hanya bersifat sosial, tetapi juga menyentuh aspek psikologis yang berkontribusi terhadap kesiapan belajar siswa. Lebih lanjut, beberapa studi empiris menunjukkan bahwa relasi sosial yang tidak sehat berkorelasi dengan penurunan kesehatan mental siswa, termasuk meningkatnya kecemasan dan stres akademik (Fadhilla & Siregar, 2024). Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat berdampak pada menurunnya motivasi belajar, keterlibatan dalam pembelajaran, serta pencapaian akademik siswa. Hal ini memperkuat asumsi bahwa kualitas hubungan pertemanan memiliki peran penting dalam membentuk iklim belajar yang efektif.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, kajian mengenai perilaku *toxic friendship* masih relatif terbatas dan seringkali disamakan dengan konsep *bullying*, padahal keduanya memiliki karakteristik yang berbeda. *Toxic friendship* cenderung terjadi dalam hubungan yang dekat dan berlangsung dalam jangka waktu tertentu, sehingga dampaknya lebih kompleks dan tidak selalu tampak secara langsung (Rahimah et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih spesifik untuk memahami fenomena ini dalam konteks pembelajaran di sekolah. Sejumlah penelitian telah mengkaji upaya penanganan perilaku *toxic friendship* melalui layanan bimbingan dan konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam menurunkan perilaku *toxic friendship* siswa melalui pendekatan terstruktur dan interaktif (Mas et al., n.d.). Selain itu, pendekatan konseling behavioristik juga terbukti mampu mengurangi perilaku hubungan sosial yang tidak sehat pada siswa (Jaya et al., 2023). Namun demikian, penelitian-penelitian tersebut lebih banyak berfokus pada intervensi, sementara kajian yang

memetakan tingkat dan karakteristik *toxic friendship* secara komprehensif melalui pendekatan survei masih terbatas.

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya *research gap* dalam memahami bagaimana perilaku *toxic friendship* berkembang di kalangan siswa serta bagaimana implikasinya terhadap lingkungan belajar. Pendekatan survei menjadi penting untuk memberikan gambaran empiris yang luas mengenai tingkat, bentuk, serta dampak *toxic friendship* dalam konteks pendidikan. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif perilaku *toxic friendship* di kalangan siswa serta mengevaluasi implikasinya terhadap lingkungan belajar yang sehat. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian pendidikan dan bimbingan konseling, serta kontribusi praktis bagi sekolah dalam merancang strategi preventif guna menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, aman, dan mendukung perkembangan siswa secara optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kuantitatif** dengan metode **survei deskriptif** yang bertujuan untuk menggambarkan secara empiris tingkat perilaku *toxic friendship* pada siswa serta menginterpretasikan implikasinya sebagai tantangan dalam membangun lingkungan belajar yang sehat. Desain penelitian deskriptif dipilih karena penelitian ini tidak bertujuan untuk menguji hubungan atau pengaruh antar variabel, melainkan memaparkan kondisi aktual berdasarkan data yang diperoleh di lapangan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA 15 Pekanbaru. Teknik pengambilan sampel menggunakan **stratified random sampling**, dengan pembagian strata berdasarkan tingkat kelas, yaitu kelas X, XI, dan XII. Penentuan jumlah sampel dilakukan secara proporsional agar setiap strata terwakili secara seimbang sesuai dengan jumlah populasi. Pemilihan sampel pada masing-masing strata dilakukan secara acak, sehingga setiap siswa memiliki peluang yang sama untuk menjadi responden penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku *toxic friendship*. Indikator yang digunakan untuk mengukur variabel tersebut menurut Jan Yagger (2006) meliputi aspek pengkritik, tidak ada empati, selalu bergantung dan keras kepala. Indikator-indikator ini disusun berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu yang relevan. Adapun kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada table dibawah ini:

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Favorable	Unfavorable
<i>Toxic Friendship</i>	Pengkritik	Melontarkan kalimat yang bertujuan merendahkan orang lain	1, 2, 17	11, 24
		Memberikan tanggapan yang tidak membangun	9, 12, 18	25, 28
	Tidak ada empati	Memiliki sikap acuh tak acuh terhadap orang lain	4, 19, 20, 26	10, 29, 30
		Tidak memahami kondisi orang lain	6, 35	27
	Keras Kepala	Selalu merasa dirinya benar	13, 21, 34	-
		Tidak mau mengalah	7, 32	22
	Selalu Bergantung	Takut hidup sendiri Takut kehilangan orang lain	3, 14, 16, 23 8	5, 33 15, 31

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Variabel

Instrumen penelitian yang digunakan adalah **angket (kuesioner)** dengan skala Likert empat tingkat, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Instrumen disusun secara sistematis sesuai dengan indikator variabel penelitian dan telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dilakukan menggunakan teknik korelasi Product Moment, sedangkan uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dengan kriteria nilai lebih dari 0,70 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat keandalan yang baik. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden baik secara langsung maupun melalui media daring. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik **analisis deskriptif**, yaitu dengan menghitung nilai rata-rata (mean), persentase, dan distribusi frekuensi untuk menggambarkan tingkat perilaku *toxic friendship*. Hasil analisis kemudian dikategorikan ke dalam kriteria tertentu, seperti rendah, sedang, dan tinggi, guna memudahkan interpretasi data. Prosedur penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan yang meliputi penyusunan instrumen dan uji coba, tahap pelaksanaan berupa pengumpulan data melalui penyebaran angket, tahap analisis data secara deskriptif, serta tahap penarikan kesimpulan berdasarkan temuan penelitian. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai perilaku *toxic friendship* pada siswa serta implikasinya dalam konteks lingkungan belajar.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini disajikan berdasarkan analisis deskriptif terhadap data yang diperoleh dari responden siswa SMA 15 Pekanbaru. Analisis difokuskan pada tingkat perilaku *toxic friendship* serta interpretasinya dalam konteks tantangan membangun lingkungan belajar yang sehat. Adapun tingkat toxic friendship siswa SMA 15 Pekanbaru, sebagai berikut:

No	Tingkat <i>toxic friendship</i>	f	Presentase (%)
1	Tinggi	1	1%
2	Sedang	63	63%
3	Rendah	36	36%
Total		100	100%

Tabel 2. Distribusi tingkat toxic friendship siswa

Berdasarkan hasil pengolahan data, secara umum perilaku *toxic friendship* pada siswa berada pada **kategori sedang**. Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata skor keseluruhan yang berada pada rentang kategori sedang dengan persentase dominan responden berada pada kategori tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa perilaku *toxic friendship* masih cukup sering terjadi dalam relasi pertemanan siswa, meskipun belum berada pada tingkat yang sangat tinggi. Hasil ini sejalan dengan temuan Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia yang melaporkan bahwa relasi pertemanan negatif pada remaja cenderung muncul dalam intensitas moderat namun memiliki dampak kumulatif terhadap kondisi psikososial siswa. Selanjutnya dilakukan analisis deskriptif untuk memberikan gambaran *toxic friendship* siswa berdasarkan kategori, yakni sebagai berikut:

No	Indikator	N	Mean	Kategori
1	Pengkritik	100	2.90	Sedang
2	Tidak ada empati	100	2.75	Sedang
3	Keras Kepala	100	2.80	Sedang
4	Selalu	100	2.35	Sedang

Bergantung

Tabel 3. Distribusi Nilai Rata-rata (Mean) Toxic Friendship per Indikator

Berdasarkan tabel di atas, seluruh indikator toxic friendship berada pada kategori sedang. Indikator pengkritik memiliki nilai rata-rata tertinggi, sedangkan indikator selalu bergantung memiliki nilai terendah. Secara keseluruhan, rata-rata skor sebesar 2,70 menunjukkan bahwa tingkat toxic friendship siswa berada pada kategori sedang. Untuk memperoleh gambaran umum mengenai tingkat *toxic friendship* pada siswa, dilakukan analisis statistik deskriptif terhadap data yang telah dikumpulkan. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui kecenderungan nilai rata-rata, nilai tengah, nilai yang paling sering muncul, serta tingkat penyebaran data pada variabel *toxic friendship*. Hasil analisis statistik deskriptif tersebut disajikan pada tabel berikut:

Variabel	N	Mean	Median	Modus	St. Deviasi
Toxic Friendship	100	2.70	2.80	3	0.60

Tabel 4. Statistik deskriptif variable toxic friendship

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai mean sebesar 2,70 yang menunjukkan bahwa tingkat *toxic friendship* siswa berada pada kategori sedang. Nilai median sebesar 2,80 dan modus sebesar 3 mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan berada pada tingkat sedang. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *toxic friendship* sudah mulai muncul dalam interaksi pertemanan siswa, namun belum berada pada tingkat yang tinggi. Selain itu, nilai standar deviasi sebesar 0,60 menunjukkan bahwa data relatif homogen, yang berarti tingkat *toxic friendship* antar responden tidak memiliki perbedaan yang terlalu besar. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa fenomena *toxic friendship* terjadi secara cukup merata pada siswa dan berada pada kategori sedang, sehingga masih memungkinkan untuk dilakukan upaya pencegahan dan pembinaan guna menciptakan lingkungan pertemanan yang lebih sehat.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keberadaan *toxic friendship* di kalangan siswa menjadi salah satu faktor yang berpotensi menghambat terciptanya lingkungan belajar yang sehat. Meskipun berada pada kategori sedang, akumulasi perilaku tersebut dapat memengaruhi kualitas interaksi sosial, menurunkan kenyamanan belajar, serta mengganggu keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan temuan Jurnal Pendidikan Nasional yang menegaskan bahwa kualitas hubungan sosial siswa merupakan determinan penting dalam membangun iklim belajar yang kondusif (Hidayat & Amalia, 2023). Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa perilaku *toxic friendship* perlu mendapat perhatian serius dalam konteks pendidikan, khususnya sebagai bagian dari upaya menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan siswa secara optimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *toxic friendship* pada siswa SMA di Pekanbaru berada pada kategori **sedang**. Temuan ini menandakan bahwa relasi pertemanan yang tidak sehat masih cukup sering muncul dalam interaksi sosial siswa, meskipun belum mencapai tingkat yang ekstrem. Secara teoretis, masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat dipengaruhi oleh hubungan sebaya, sehingga kualitas relasi pertemanan memiliki kontribusi signifikan terhadap pembentukan identitas, regulasi emosi, dan keterlibatan dalam proses pembelajaran (Santrock, 2019; Pratama et al., 2021). Oleh karena itu, keberadaan *toxic friendship* dalam kategori sedang tetap perlu diwaspadai karena berpotensi memberikan dampak kumulatif terhadap kondisi psikologis dan akademik siswa (Hidayat et al., 2022).

Ditinjau dari indikator, aspek **perilaku pengkritik** menunjukkan bahwa siswa cenderung memberikan kritik yang bersifat negatif dan kurang konstruktif dalam hubungan pertemanan. Kritik yang tidak disampaikan secara tepat berpotensi menimbulkan tekanan emosional, menurunkan kepercayaan diri,

serta menciptakan konflik interpersonal. Kritik yang disampaikan secara destruktif dapat memicu kemarahan dan ketegangan, serta menurunkan tingkat efikasi diri seseorang dalam menyelesaikan tugas berikutnya. Sebaliknya, kritik yang konstruktif, yang disampaikan dengan taktik, dukungan, dan pertimbangan perasaan penerima, dapat meminimalkan dampak psikologis negatif pasca-kegagalan (Rynek & Ellwart, 2022). Kritik yang tidak disampaikan secara tepat berpotensi menimbulkan tekanan emosional, menurunkan kepercayaan diri, serta menciptakan konflik interpersonal (Neoh et al., 2022). Dampak negatif ini meliputi trauma, kemarahan, kebencian, dendam, dan hilangnya semangat, yang secara signifikan memengaruhi perkembangan psikologis individu (Kusprayogi & Nashori, 2016). Individu dengan tingkat kritik diri yang tinggi ini cenderung menarik diri, dingin, dan menghindari interaksi sosial, terutama saat menghadapi kegagalan dalam tugas-tugas penting atau situasi sulit (Ramadani et al., 2022). Kritik yang tidak konstruktif juga dapat mengakibatkan individu mengembangkan konsep diri negatif, perasaan tidak berdaya, dan pikiran irasional, yang pada gilirannya dapat memicu perilaku penghindaran konflik dan bahkan melukai diri sendiri (Agustina Arifin et al., 2021). Selain itu, Individu dengan konsep diri negatif cenderung sensitif dan menolak kritik, bahkan kritik membangun sekalipun, karena dianggap sebagai ejekan yang bertujuan menjatuhkan harga diri (Gumelar Alfah Rezi, 2022)

Jika dianalisis berdasarkan indikator, aspek **kurangnya empati** memperoleh skor tertinggi dibandingkan indikator lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian siswa belum mampu memahami, merasakan, dan merespons kondisi emosional teman secara adaptif. Rendahnya empati dalam relasi pertemanan berimplikasi pada meningkatnya konflik interpersonal, menurunnya kualitas dukungan sosial, serta berkurangnya rasa saling percaya di antara siswa. Seharusnya siswa mampu menunjukkan kepedulian terhadap perasaan teman, memahami kondisi yang dialami orang lain, serta memberikan dukungan emosional ketika teman menghadapi masalah. Siswa juga diharapkan dapat mendengarkan dengan baik, menghargai perasaan teman, dan tidak bersikap acuh terhadap kesulitan maupun kebutuhan orang lain. Dengan adanya empati, hubungan pertemanan akan terjalin lebih positif, suportif, dan harmonis.

Namun yang terjadi seringkali bentuk perilaku antisosial seperti perundungan, agresi verbal dan fisik, serta sikap acuh tak acuh terhadap kesulitan teman sebaya. Dampak negatif ini tidak hanya memengaruhi dinamika sosial siswa tetapi juga berpotensi menghambat prestasi akademik dan memicu masalah kejiwaan yang lebih kompleks di kemudian hari (Nurdin & Fakhri, 2020). Secara spesifik, kurangnya empati dapat mengarah pada perilaku egosentris dan individualisme, dimana siswa cenderung mengabaikan kebutuhan dan perasaan orang lain demi kepentingan pribadi (Ariska et al., 2019). Hal ini dapat diamati melalui kecenderungan siswa untuk sulit bergaul, tidak akrab dengan teman, dan menunjukkan ketidakpedulian terhadap lingkungannya. Penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan empati rendah cenderung kurang mampu memahami perbedaan individu dan seringkali melakukan pelanggaran hak orang lain, yang pada akhirnya berkorelasi dengan perilaku antisosial (Setiyoningsih et al., 2017). Meskipun demikian, permasalahan empati pada siswa ditemukan di berbagai jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi, dengan indikasi seperti perasaan senang melihat kesulitan orang lain dan ketidakmampuan merasakan bersalah saat menyakiti orang lain (Kurniawati & Rahma, 2017). Oleh karena itu, pentingnya empati sebagai keterampilan dasar dalam menjalin hubungan sosial yang sehat, serta dampaknya terhadap kesejahteraan dan perkembangan remaja, menjadi fokus utama dalam konteks pendidikan.

Pengembangan perilaku empati di lingkungan sekolah menjadi krusial karena sebagian besar waktu siswa dihabiskan di sana, memberikan kesempatan untuk interaksi sosial dan pembentukan hubungan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Putri dan Sari (2022) yang menegaskan bahwa empati merupakan fondasi utama dalam membangun hubungan sosial yang sehat, dan defisit empati berkorelasi dengan meningkatnya perilaku relasi negatif di kalangan remaja. Penanaman empati sejak dini krusial untuk membentuk perilaku prososial, yang mencakup tindakan membantu tanpa mengharapkan imbalan dan berkontribusi pada harmonisasi sosial (Mulyawati et al., n.d.). Kecenderungan perilaku antisosial ini diperparah oleh penurunan kepekaan terhadap perilaku prososial di kalangan remaja, yang seringkali memprioritaskan kepentingan pribadi dibandingkan dengan kesejahteraan kolektif (Susanti et al., 2023) Remaja dengan empati yang berkembang baik menunjukkan kemampuan pengambilan perspektif yang

lebih tinggi, penyelarasan emosional, dan kepedulian terhadap orang lain, yang berkontribusi pada perilaku prososial dan penalaran moral (Sultan & Khan, 2025)

Indikator **keras kepala** mencerminkan adanya kecenderungan siswa untuk mempertahankan pendapat tanpa mempertimbangkan sudut pandang orang lain. Sikap ini menunjukkan rendahnya fleksibilitas kognitif dan emosional dalam interaksi sosial. Dalam hubungan pertemanan, perilaku keras kepala dapat menghambat komunikasi efektif, memicu konflik, serta menurunkan kualitas kerja sama dalam kelompok belajar, yang mana seharusnya siswa mampu bersikap terbuka terhadap pendapat orang lain, menghargai perbedaan pandangan, serta bersedia menerima masukan dan saran dalam proses interaksi sosial. Siswa juga diharapkan dapat mengendalikan ego, berdiskusi secara sehat, dan mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan bersama tanpa memaksakan kehendak pribadi. Dengan demikian, hubungan pertemanan dapat terjalin secara harmonis, saling menghargai, dan mendukung terciptanya lingkungan sosial yang positif. siswa mampu bersikap terbuka terhadap pendapat orang lain, menghargai perbedaan pandangan, serta bersedia menerima masukan dan saran dalam proses interaksi sosial. Siswa juga diharapkan dapat mengendalikan ego, berdiskusi secara sehat, dan mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan bersama tanpa memaksakan kehendak pribadi. Dengan demikian, hubungan pertemanan dapat terjalin secara harmonis, saling menghargai, dan mendukung terciptanya lingkungan sosial yang positif.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Ramanda & Syahnar, 2017) yang menyatakan bahwa sikap dominatif dan rigid dalam interaksi sosial berkorelasi dengan rendahnya kualitas hubungan interpersonal serta menurunnya keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Selain itu, (Indra Sari et al., 2026) menambahkan bahwa ketidakmampuan menerima pendapat orang lain dapat menghambat proses kolaboratif dalam pembelajaran. Perilaku ini dapat memicu disfungsi kelompok, seperti ketidaksepakatan yang berkepanjangan dan penurunan kohesi sosial, bahkan berujung pada perselisihan yang intens ketika setiap individu bersikeras agar pendapatnya diimplementasikan (Nursam, 2020). Fenomena keras kepala ini seringkali muncul dalam kelompok yang sangat kohesif, di mana tekanan untuk mencapai konsensus dapat menekan kemampuan kritis anggota dan mengabaikan alternatif (Asniar, 2018). Tingkat kohesivitas yang tinggi, meskipun memiliki dampak positif dalam kepuasan anggota, juga berpotensi memicu pemikiran kelompok yang disfungsi, di mana anggota cenderung menaati standar kelompok secara membabi buta (Muhammadiyah Yogyakarta & Lingkar Barat, n.d.). Namun, kohesivitas yang berlebihan juga dapat menginduksi deindividuasi, sehingga berpotensi mendorong pengambilan keputusan secara keras kepala (Akbar & Dicky Hastjarjo, 2018). Hal ini terjadi ketika anggota kelompok mengutamakan harmoni dan keseragaman dalam pengambilan keputusan, sehingga mengesampingkan evaluasi realistis terhadap alternatif tindakan dan cenderung membuat keputusan prematur dengan konsekuensi yang signifikan (Irwanti & Muharman, 2015). Kecenderungan ini diperparah oleh kepemimpinan yang dominan, yang dapat membatasi partisipasi anggota dan diskusi konstruktif, sehingga memperkuat kemungkinan terjadinya keras kepala (Priyanto & Wening, 2024).

Indikator **selalu bergantung** menunjukkan adanya kecenderungan sebagian siswa untuk menggantungkan diri secara berlebihan pada teman, baik secara emosional maupun akademik. Ketergantungan yang tidak sehat dalam hubungan pertemanan dapat menimbulkan ketidakseimbangan relasi serta menghambat perkembangan kemandirian siswa. Siswa yang memiliki tingkat ketergantungan tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan, rendahnya rasa percaya diri, serta kurangnya inisiatif dalam belajar. Hal ini sejalan dengan penelitian Ulfiani et al. (2023) serta Nugroho dan Lestari (2020) yang menunjukkan bahwa hubungan pertemanan yang tidak sehat memiliki dampak negatif terhadap perkembangan *self-esteem* dan kemandirian individu. Selain itu, penelitian oleh Amala et al. (2025) juga menegaskan bahwa ketergantungan emosional dalam relasi pertemanan merupakan salah satu ciri utama *toxic friendship* pada remaja. Ketergantungan dalam konteks persahabatan merujuk pada kondisi saling membutuhkan secara sosiologis dan emosional dalam jangka waktu yang berkelanjutan (Syarief & Napitupulu, n.d.). Manusia sebagai makhluk sosial memiliki kebutuhan inheren untuk berinteraksi dan berafiliasi dengan orang lain, yang kemudian dapat berkembang menjadi hubungan interpersonal seperti pertemanan (Dewi & Minza et al., 2016). Namun, tuntutan untuk berhubungan secara sosial ini dapat menimbulkan dampak negatif apabila tidak disertai dengan pemahaman yang benar, terutama karena adanya

potensi perbedaan nilai antar individu (Dan et al., 2021).Sebab itu, fondasi utama dalam membangun dan mempertahankan persahabatan yang sehat adalah kepercayaan, integritas, dan kompetensi (Reza Firmansyah et al., 2019). Dalam konteks ini, keterhubungan sosial, yang meliputi persahabatan, afiliasi, dan ketersambungan, menjadi motivasi penting bagi individu untuk terlibat dalam kehidupan sosial (Sodiq Bagaskara & Widyastuti, n.d.)

Hasil survei menunjukkan bahwa perilaku *toxic friendship* pada siswa berada pada kategori sedang, yang menegaskan bahwa relasi pertemanan yang tidak sehat masih cukup sering terjadi dan menjadi tantangan signifikan dalam membangun lingkungan belajar yang sehat. Perilaku seperti kecenderungan menjadi pengkritik yang tidak konstruktif, kurangnya empati, sikap keras kepala, serta ketergantungan yang berlebihan mencerminkan rendahnya kualitas interaksi sosial yang seharusnya menjadi fondasi terciptanya iklim belajar yang positif. Kondisi ini dapat menghambat terbentuknya rasa aman, kenyamanan, dan saling menghargai di antara siswa, yang merupakan prasyarat utama lingkungan belajar yang kondusif. Selain itu, hubungan pertemanan yang tidak sehat berpotensi menurunkan kepercayaan diri, meningkatkan tekanan emosional, serta mengurangi partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran. Dengan demikian, keberadaan *toxic friendship* tidak hanya menjadi masalah sosial, tetapi juga menjadi hambatan dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, suportif, dan berorientasi pada perkembangan optimal siswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya strategis melalui peran sekolah, khususnya layanan bimbingan dan konseling, untuk memperkuat nilai empati, keterampilan komunikasi, serta kemandirian siswa agar mampu membangun relasi sosial yang sehat sebagai dasar terciptanya lingkungan belajar yang berkualitas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa perilaku *toxic friendship* pada siswa berada pada kategori **sedang**, yang menunjukkan bahwa bentuk-bentuk relasi pertemanan yang tidak sehat masih cukup sering terjadi dalam interaksi sosial siswa. Perilaku tersebut tercermin melalui beberapa indikator utama, yaitu **pengkritik, tidak adanya empati, keras kepala, dan selalu bergantung**, yang secara keseluruhan menunjukkan dinamika hubungan pertemanan yang kurang seimbang dan berpotensi merugikan salah satu pihak. Indikator tidak adanya empati dan perilaku pengkritik menjadi aspek yang paling dominan, yang mengindikasikan bahwa sebagian siswa belum mampu membangun komunikasi interpersonal yang sehat dan suportif. Sementara itu, sikap keras kepala dan ketergantungan yang berlebihan dalam pertemanan menunjukkan rendahnya fleksibilitas serta kemandirian dalam hubungan sosial. Kondisi ini berimplikasi pada menurunnya kualitas interaksi sosial, rasa aman, serta kenyamanan siswa dalam lingkungan belajar. Dengan demikian, perilaku *toxic friendship* menjadi salah satu tantangan dalam mewujudkan lingkungan belajar yang sehat. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang sistematis melalui peran sekolah, khususnya layanan bimbingan dan konseling, untuk meningkatkan empati, keterampilan komunikasi interpersonal, serta kemandirian siswa. Upaya tersebut diharapkan mampu menciptakan hubungan pertemanan yang lebih positif dan mendukung proses pembelajaran secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh subjek penelitian, yaitu para siswa yang telah berpartisipasi secara aktif dan kooperatif dalam proses pengumpulan data sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Apresiasi yang tinggi juga penulis sampaikan kepada pihak sekolah, khususnya keluarga besar SMA Negeri 15 Pekanbaru, atas izin, dukungan, serta kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan penelitian. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan lingkungan belajar yang lebih sehat dan kondusif di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, I. A., Soetikno, N., & Dewi, F. R. I. (2021). Kritik diri sebagai mediator pada hubungan konsep diri dan perilaku *nonsuicidal self-injury* remaja korban perundungan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 5(2), 317–326. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i2.9973>
- Akbar, A., & Hastjarjo, T. D. (2018). Kohesivitas tim dan sikap terhadap kepemimpinan wasit sebagai prediktor kecenderungan perilaku agresif pemain sepak bola. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 4(1), 42–50.
- Ariska, R., Bariyyah, K., & Sari, E. K. W. (2019). Teknik bibliokonseling sebagai treatment untuk meningkatkan empati siswa. *Psychocentrum Review*, 1(2), 79–84. <https://doi.org/10.30998/pcr.1210>
- Firmansyah, M. R., Amelia, R., Jamil, R. A., & Minza, W. M. (2019). Benevolence, competency, and integrity: Which one is more influential on trust in friendships? [*Nama Jurnal Belum Tersedia*], 18(1).
- Gumelar, Y. A. R. (2022). Analisis terhadap konsep diri remaja pecinta anime di komunitas Genesis Art Semarang. [*Nama Jurnal Belum Tersedia*], 34(1).
- Indra Sari, M., & Rezanisa, V. (2026). Analisis pembentukan nilai kolaborasi siswa sekolah dasar melalui aktivitas permainan tradisional. *Action Research Journal Indonesia (ARJI)*, 8, 573–587. <https://doi.org/10.61227>
- Irwanti, M., & Muharman, D. (2015). Perspektif baru *groupthink*: Perbedaan tingkat pendidikan dalam proses pengambilan keputusan kelompok. *Mimbar*, 31(1).
- Kurniawati, Y., & Rahma, U. (2017). Empati terhadap siswa berkebutuhan khusus: Ditinjau dari jenjang pendidikan inklusi dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi Undip*, 16(1).
- Kusprayogi, Y., & Nashori, F. (2016). Kerendahhatian dan pemaafan pada mahasiswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1).
- Manurung, K. (2021). Alkitab dan hubungan pertemanan: Kajian teologi Pentakosta memaknai hubungan pertemanan dalam Alkitab. [*Nama Jurnal Belum Lengkap*], 2, 2723–2751.
- Neoh, M. J. Y., Teng, J. H., Lee, A., Setoh, P., Mulatti, C., & Esposito, G. (2022). Negative emotional reactions to criticism: Perceived criticism and source affects extent of hurt and relational distancing. *PLoS ONE*, 17(8), Article e0271869. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271869>
- Nurdin, M. N., & Fakhri, N. (2020). Perbedaan empati kognitif dan empati afektif pada remaja laki-laki dan perempuan. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 2(2), 11–20. <https://doi.org/10.26858/talenta.v2i2.13199>

- Priyanto, E., & Wening, N. (2024). The influence of dominant leadership and group cohesiveness on *groupthink* phenomenon in the decision-making process: A systematic literature review. *Eduvest—Journal of Universal Studies*, 4(4), 4766–4784.
- Ramadani, D., Wahyuni, E., & Hidayat, D. R. (2022). Gambaran kritik diri (*self-criticism*) pada mahasiswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 185–193. <https://doi.org/10.29210/176700>
- Ramanda, P., & Syahniar. (2017). Interaksi sosial siswa berprestasi dalam belajar. *Konselor*, 6(2), 66–72. <https://doi.org/10.24036/02017627564-0-00>
- Rofiqi, R., Iksan, & Mansyur, M. (2023). Melangkah menuju kesehatan mental yang optimal: Program inovatif di lembaga pendidikan Islam. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 76–99. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9237>
- Rynek, M., & Ellwart, T. (2022). An experimental study of triggers and needs of threats in critical adversity situations in a student sample. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 897542. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.897542>
- Safira, M., Dewi, T., & Minza, W. M. (2016). Mempertahankan hubungan pertemanan lintas jenis pada dewasa. *Journal of Psychology*, 2(3), 192–205.
- Setiyoningsih, N., Hidayat, R., & Jannah, W. (2017). Pengembangan media bibliokonseling untuk mengembangkan empati siswa SMA. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 1(2).
- Sultan, M. A., & Khan, N. N. (2025). Rethinking empathy development in childhood and adolescence: A call for global, culturally adaptive strategies. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1575249>
- Susanti, R. H., Andrianta, A., & Qurotaayunina, R. P. (2023). Pengembangan *prosocial behavior* peserta didik jenjang sekolah menengah pertama melalui teknik bermain peran. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 8(1), 97–104. <https://doi.org/10.21067/jmk.v8i1.8515>
- Umar, A. F. F., Yusuf, A., Amini, A. R., & Alhadi, A. (2023). Pengaruh motivasi belajar terhadap peningkatan prestasi akademik siswa. *Wacana: Jurnal Bahasa, Seni, dan Pengajaran*, 7(2), 121–133. <https://doi.org/10.29407/jbsp.v7i2.20670>