



Vol.13, No. 2, Juli-Desember 2023  
Doi: [10.30829/alirsyad.v13i1.17122](https://doi.org/10.30829/alirsyad.v13i1.17122)

# JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/alirsyad>  
ISSN 2686-2859 (online)  
ISSN 2088-8341 (cetak)

## PENGARUH *TOXIC FRIENDSHIP* TERHADAP *SELF ESTEEM* SISWA SMPIT AL FALAH KUTALIMBARU

Sari Wardani Simarmata<sup>1</sup>, Azizah Batubara<sup>2</sup>, Riska Ulfiani<sup>3</sup>,

*Bimbingan dan Konseling, STKIP Budidaya Binjai*<sup>1,2,3</sup>

email: [sari.sarwa24@gmail.com](mailto:sari.sarwa24@gmail.com)

### Info Artikel

#### Kata Kunci:

*Toxic Friendship, Self Esteem*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Toxic Friendship Terhadap Self Esteem*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian ini berjumlah 88 siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru dengan teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara random. Pengumpulan data dengan menggunakan skala *toxic friendship* dan skala *self esteem*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *toxic friendship* berada pada kategori tinggi dan *self esteem* berada pada kategori sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *toxic friendship* terhadap *self esteem* pada siswa pengaruh yang diberikan adalah 48.5%.

## PENDAHULUAN

Remaja atau Siswa Menengah Pertama (SMP) harus mampu mencapai tugas-tugas perkembangannya dengan baik, karena sangat berpengaruh pada perkembangan remaja selanjutnya. Selain itu, peningkatan kemampuan kognitif yang dialami oleh remaja sangat berkaitan dengan tugas perkembangan sosio-emosional yang ditandai dengan tahap *identity vs confusion*. Hal tersebut dikarenakan remaja menampilkan citra diri (*self image*) merupakan hal yang sangat penting, contohnya dalam penampilan atau hal yang disukai. Dengan adanya tugas perkembangan sosio-emosional remaja cenderung memiliki kesadaran akan diri dan lebih fokus terhadap dirinya sendiri (Marotz & Allen, 2013). Dengan adanya akan kesadaran diri dan peningkatan kapasitas untuk melakukan refleksi diri membuat remaja merasa adanya perbedaan antara *actual-self* dan *ideal-self*. Adanya diskrepansi antara *actual-self* dan *ideal-self* berdampak pada penurunan *self esteem* remaja.

Salah satu perkembangan psikologis pada masa ini yang perlu diperhatikan adalah perkembangan sosio dan emosi yang salah satunya adalah *self esteem* yang merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang merangsang perilaku (Boeree 2016). Kebutuhan *self esteem* yang tidak terpenuhi dapat menyulitkan seseorang untuk mencapai kebutuhan tingkat tinggi, yaitu aktualisasi diri. Kebutuhan *self esteem* merupakan kebutuhan yang sangat penting. Kebutuhan *self esteem* meliputi status, ketenaran, kehormatan, perhatian, prestise, penghargaan, kepercayaan, kemampuan, dan kesuksesan.

Self-esteem adalah persepsi dan penilaian kita terhadap diri sendiri. Hal ini mencakup pandangan tentang kemampuan, nilai diri, dan keyakinan akan kemampuan kita untuk mengatasi tantangan dalam kehidupan. Tingkat *self-esteem* yang positif merupakan hal yang penting, karena dapat berdampak signifikan pada kesehatan mental, hubungan sosial, dan prestasi dalam berbagai aspek kehidupan. *Self esteem* merupakan penilaian seseorang terhadap diri sendiri baik berupa penilaian negatif ataupun positif sehingga menghasilkan perasaan berharga, kemampuan memahami apa yang dilakukan (Andri & Savira, 2018; Refnadi, 2018). Dengan demikian diharapkan bahwa setiap individu dapat mempunyai *high self esteem* (harga diri tinggi) agar terindar dari segala permasalahan mental.

Tingkat *self esteem* individu dapat dilihat dari karakteristik yang nampak dari individu itu sendiri. Individu yang memiliki *self esteem* tinggi menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis, bangga atas pencapaiannya sendiri, mampu mengembangkan kompetensi diri, selalu berpikir konstruktif (felksibel) serta mampu mengambil keputusan dengan tepat dan matang sesuai dengan apa yang telah dipertimbangkan (Guindon, 2010). Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat *self esteem* yang rendah cenderung menunjukkan karakteristik seorang yang mudah pesimis, tidak puas dengan perolehan dan pencapaian dirinya, memiliki keinginan untuk menjadi orang lain, lebih sensitif, lebih emosional, cenderung melihat peristiwa yang negatif.

Problem atau masalah *self esteem* pada remaja sangat krusial karena sangat berdampak pada aspek penting perkembangan remaja, seperti prestasi akademik, hubungan sosial, selain itu berdampak juga pada psikopatologi (Donders & Vershueren, Nos, Muris, Mulkens & Schaalma, 2006). Remaja dengan *self esteem* rendah sejak masa kanak-kanak mengalami banyak kesulitan pada

masa remaja dan mengalami perasaan tidak mampu pada banyak bidang. Selain itu, berkaitan dengan hubungan sosial bahwa remaja dengan *self esteem* rendah biasanya kurang diterima oleh teman-teman dan pergaulan dikehidupan sehari-hari (McClure, 2010).

Tidak semua individu mempunyai *high self esteem* (harga diri tinggi). Penelitian yang dilakukan oleh Destriana, Rahayu, & Khasanah (2017) menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami *self esteem* yang rendah yang disebabkan oleh kurang penerimaan dari teman sebaya, dimana siswa tersebut tidak disukai temannya karena dinilai mengganggu temannya dan mendapatkan penolakan dari temannya, sehingga siswa tersebut menjadi tidak nyaman berada disekolah tersebut. Selanjutnya tingkat *self esteem* yang positif mempengaruhi cara berinteraksi dengan orang lain. Orang percaya pada diri sendiri cenderung lebih percaya pada orang lain, sehingga membuat hubungan sosial yang positif.

Urgensi *self esteem* pada siswa adalah tumbuhnya rasa penghargaan diri pada diri individu diantaranya seperti kebutuhan agar dapat pengakuan dari orang lain, dan kebutuhan untuk mempunyai pengakuan dari dirinya sendiri, (Nurhasanah, Hidayat, & Mulyani, 2019). Siswa yang memiliki *self esteem* tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, rasa yakin, dan rasa berguna, serta selalu berpikir positif, (Pamungkas, Setiani, Pudjiastuti, 2017). Oleh karena itu *self esteem* yang tinggi memang diperlukan untuk menunjang kehidupan yang lebih baik lagi, selain itu dengan memiliki *self-esteem* yang tinggi juga akan membuat seseorang menjadi lebih bijaksana dalam menyikapi keadaan yang terjadi dikehidupan. Sehingga dengan demikian akan membuat hidup lebih bermanfaat bukan hanya untuk diri sendiri namun juga bermanfaat untuk orang lain, (Alfina & Awalya, 2021).

*Self esteem* dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga, dan lingkungan sosial, (Ghufron dan Risnawita, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial memiliki peranan penting dalam membentuk *self esteem* siswa. Terlahir sebagai makhluk sosial, menjadikan siswa sebagai makhluk yang bergantung satu sama lain. Membangun persahabatan merupakan sesuatu yang harus dihayati sebagai wujud nyata bahwa manusia memang makhluk sosial. Terkadang teman memberikan pengaruh yang besar bagi diri seseorang tak jarang juga ada yang berhasil

membangun pertemanan bertahun-tahun dan sering menghabiskan waktu dengan teman dekat.

Pertemanan atau persahabatan (*friendship*) memiliki pengaruh terhadap *self esteem* siswa (Putri, 2016). Pertemanan atau persahabatan (*friendship*) yaitu hubungan yang erat antara seseorang dengan yang lainnya. Teman memiliki pengaruh besar pada perilaku dan gaya hidup seseorang. Persahabatan akan membawa kebaikan dan keburukan pada saat bersamaan. Artinya, jika kita berteman dengan orang baik maka kita akan terpengaruh untuk menjadi orang baik juga, sebaliknya jika berteman dengan orang jahat kita akan terpengaruh menjadi orang jahat juga (Dariyo, 2004). Hal ini membuktikan bahwa pertemanan yang tidak baik (*toxic friendship*) memiliki keterkaitan terhadap siswa, *toxic friendship* akan memberikan pengaruh negative terhadap siswa.

Pertemanan yang beracun (*toxic friendship*) akan melukai secara emosional dibanding membantu yang akan menyebabkan stres, kesedihan, atau kecemasan, (Bonior, 2012). *Toxic friendship* dapat memberikan trauma yang mendalam dan menyebabkan seseorang sulit untuk percaya bahwa teman sejati itu tidak pernah ada. Seseorang membutuhkan tempat nyaman untuk berbagi cerita, perasaan maupun pengalamannya kepada orang lain (selain keluarganya sendiri). Penelitian yang dilakukan Wajdi (2021) menunjukkan bahwa dampak dari *toxic friendship* diantaranya adanya rasa kompetisi berlebih, kecemburuan, balas dendam, kemarahan, penghianatan, depresi, dan *insecure*, tidak memiliki rasa empati, keras kepala, dan selalu bergantung dengan orang lain.

*Toxic friendship* selalu membuat siswa merasa buruk atau negatif. Bukannya bersifat mendukung, sebaliknya *toxic friendship* membuat siswa tersebut tidak berdaya. Dan terkadang siswa membiarkan saja hal ini terjadi padahal lama-kelamaan *toxic friendship* membuat dirinya merasa tersiksa, stres bahkan bisa memengaruhi fisiknya. Siswa tidak boleh membiarkan hal ini terjadi. Maka dari itu melihat paparan permasalahan di atas tujuan penelitian ini untuk menemukan besarnya pengaruh *toxic friendship* terhadap *self esstem* siswa.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 114 siswa, adapun teknik pengambilan

sampel yaitu dengan *random sampling* yakni 88 siswa SMPIT Al-Falah Kutalimbaru. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala likert yaitu skala *self esteem* dengan menggunakan teori yager (2006) dan *toxic friendship* dengan menggunakan teori Coopersmith (1976). Uji prasyarat dengan menggunakan uji normalitas yakni dengan menggunakan rumus kolmogorov-smirnov serta uji linieritas. Selanjutnya menggunakan uji regresi linier sederhana untuk uji hipotesis. Adapun dasar pengambilan keputusan menggunakan koefisien korelasi *toxic friendship* terhadap *self esteem* siswa. Jika koefisien korelasi bernilai positif maka dapat dilihat adanya hubungan yang positif antara variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan untuk menguji signifikansi adalah dengan membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% dan dengan melihat nilai signifikansi.

## HASIL

### Uji Prasyarat

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah semua variabel berdistribusi normal atau tidak normal. Untuk mengetahui normalnya suatu data maka nilai sig > 0.05 sebaliknya jika nilai sig < 0.05 maka data dikatakan tidak normal. Hasil perhitungan uji normalitas diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 1. Uji Normalitas**

Variabel	Nilai	Keterangan
<i>Toxic Friendship</i>	0.60	Normal
<i>Self Esteem</i>	0.85	Normal

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa data *toxic friendship* dinyatakan berdistribusi normal yaitu  $0.60 > 0.05$ , selanjutnya data *self esteem* berdistribusi normal yaitu  $0.85 > 0.05$ .

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Hasil uji linearitas dalam penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 2. Uji Linearitas**

Nilai	Keterangan
0.643	Linearitas

Dari hasil uji linearitas diperoleh hasil sig 0.643 > 0.05, hal ini menunjukkan bahwa data bersifat linier.

### Uji Hipotesis

Hasil penelitian ini akan dijelaskan dari tabel berikut ini:

**Tabel 3. Hasil Toxic Friendship**

No	Indikator	Max	Min	$\Sigma$	Mean	%	sd	KET
1	Pengkritik	32	8	2487	10.63	44.10	4.03	T
2	Tidak ada empati	32	8	2633	17.17	44.55	6.76	T
3	Keras kepala	28	7	1260	16.04	39.55	3.68	S
4	Selalu bergantung	28	7	1464	15.91	39.03	3.50	S

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan hasil perindikator dari variabel *toxic friendship* yaitu pada indikator pengkritik sebesar 44.10% berada pada kategori tinggi, indikator tidak ada empati sebesar 44.55% berada pada kategori tinggi, indikator keras kepala sebesar 39.55% berada pada kategori sedang, dan indikator selalu bergantung sebesar 39.03% berada pada kategori sedang.

**Tabel 4. Hasil Self Esteem**

No	Indikator	Max	Min	$\Sigma$	Mean	%	Sd	KET
1	Keberartian	32	8	2687	18.63	45.14	4.03	T
2	Kekuasaan	28	7	2470	17.17	44.47	4.16	T
3	Kemampuan	24	6	1460	16.04	30.55	3.68	S
4	Kebijakan	24	6	1464	15.91	28.03	3.50	S

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan hasil perindikator dari variabel *self esteem*, yaitu pada indikator keberartian sebesar 45.14% berada pada kategori tinggi, indikator kekuasaan sebesar 44.47% berada pada kategori tinggi, indikator kemampuan sebesar 30.55% berada pada kategori sedang, dan indikator kebijakan sebesar 28.03% berada pada kategori sedang.

**Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.569	.485	.480	1.749

Berdasarkan Tabel 5 di atas, menunjukkan nilai R Square sebesar 0.485 bahwa adanya pengaruh variabel *toxic friendship* yaitu sebesar 48.5%.

**Tabel 6. Hasil Regresi Linier Sederhana**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	8.723	.997		8.746	.000
Toxic Friendship	.813	.011	.992	74.664	.000

a. Dependent Variable: Self Esteem

Berdasarkan pada tabel 6 hasil regresi linier sederhana koefisien didapatkan persamaan regresi berikut:  $Y = a + Bx$  yaitu  $Y = 8.723 + 0.813x$ . perubahan tersebut merupakan pertambahan bila b bertanda positif dan penurunan bila b bertanda negatif. Dari koefisien-koefisien persamaan regresi linier sederhana di atas diketahui konstan sebesar 8.723 menunjukkan bahwa jika variabel *toxic friendship* bernilai nol atau tetap maka akan meningkatkan *self esteem* sebesar 8.723%. Variabel *toxic friendship* meningkat 1 satuan maka akan meningkatkan *self esteem* sebesar 0.813 satuan atau sebesar 81.3%.

Pada tabel output hasil persamaan regresi linier sederhana koefisien di atas,  $t_{hitung}$  *toxic friendship* adalah 74.664. Dengan derajat bebas (df) =  $N-2 = 88 - 2 = 86$  ditemukan  $t_{tabel}$  sebesar 1.666. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $74.664 > 1.666$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat pengaruh *toxic friendship* terhadap *self esteem* siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *toxic friendship* berada pada kategori tinggi, dimana pada indikator pengkritik sebesar 44.10% berada pada

kategori tinggi, indikator tidak ada empati sebesar 44.55% berada pada kategori tinggi, indikator keras kepala sebesar 39.55% berada pada kategori sedang, dan indikator selalu bergantung sebesar 39.03% berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil temuan tersebut menjelaskan bahwa *toxic friendship* terdapat beberapa jenis, yaitu (1) *clingy*/bergantung, merupakan seseorang yang sangat terobsesi dengan orang lain. Artinya adalah seorang *clingy* akan berusaha agar orang terdekatnya selalu memihak pada dirinya dan selalu bersama-sama, (2) *egotistical/egois*, merupakan seseorang yang melakukan sesuatu dengan cara yang tidak sesuai agar keinginan dan tujuannya tercapai, selain itu selalu melakukan apapun agar harapan dirinya tercapai, (3) *needy* /manja, merupakan seseorang teman yang sangat membutuhkan perhatian. Seorang *needy* sangat mudah bergantung karena menganggap orang terdekatnya menjadi satu-satu yang dimiliki dan ciri seorang *needy* ditandai dengan egois, berbohong, bergantung, dan suka ikut campur (Degges & Tieghem, 2015).

Selanjutnya hasil *self esteem* berada pada kategori sedang, dimana hasil perindikator dari variabel *self esteem*, yaitu pada indikator keberartian sebesar 45.14% berada pada kategori tinggi, indikator kekuasaan sebesar 44.47% berada pada kategori tinggi, indikator kemampuan sebesar 30.55% berada pada kategori sedang, dan indikator kebijakan sebesar 28.03% berada pada kategori sedang. Tingkat *self esteem* seseorang dapat dilihat dari beberapa karakteristik yang ditunjukkan oleh individu tersebut. Rosenberg & Owens (Guindon, 2010) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self esteem* yang tinggi ditandai dengan pribadi yang optimis, bangga atas pencapaian, mampu mengembangkan kemampuan, mengabaikan umpan balik negatif, berani, berani mengambil resiko, berfikir konstruktif (fleksibel), mampu mengambil keputusan dengan tepat dan yakin sesuai dengan yang telah dipertimbangkan.

Remaja dengan *self esteem* rendah sejak masa kanak-kanak mengalami banyak kesulitan pada masa remaja dan mengalami perasaan tidak mampu untuk menyelesaikan masalah. Selain itu, berhubungan dengan kehidupan sosial dan hubungan sosial menunjukkan bahwa remaja dengan *self esteem* rendah biasanya kurang diterima oleh teman-temannya, dan merasa terisolir dalam pergaulan sehari-hari (McClure, 2010). Selanjutnya remaja dengan *self esteem* rendah juga cenderung berperilaku mencari perhatian dari orang lain serta berhubungan dengan psikopatologis remaja termasuk adanya kecemasan,

menimbulkan depresi, dan dapat mengakibatkan gangguan makan (Bos, Muris, Mulkens & Schaalma, 2006).

Beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self esteem*, yakni pemberian dukungan sosial, pelaksanaan konseling secara individual dan kelompok (*individual and group strategies*), strategi kebugaran fisik (*psysical fitness strategies*), strategi spesifik lainnya yang tergantung dengan kondisi individu tersebut (Guindon, 2010). Selanjutnya strategi kognitif-perilaku (*cognitive-behavioral strategies*) terbukti efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada remaja serta teknik *self instructional training* (Lochman & Curry, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa variabel *toxic friendship* berpengaruh secara signifikan terhadap variabel *self esteem* dalam hal ini memiliki nilai R Square 0.485 (48.5%). Selaras dengan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat *self esteem* individu, yaitu (1) penghargaan dan penerimaan, (2) kelas sosial dan kesuksesan yang dapat dilihat dari pekerjaan, pendapatan, tempat tinggal dan kelas sosial yang tinggi menyakinkan individu lebih berharga, (3) nilai dan inspirasi individu, dan (4) cara individu menghadapi devaluasi yaitu individu yang dapat meminimalisasi ancaman pada hidupnya (Coopersmith, 1967). Selain itu penyebab terjadinya *toxic friendship* adanya rasa percaya diri rendah yang ditandai dengan merasa tidak pantas menjadi sebahat untuk orang lain, tantangan keakraban, tidak mampu untuk memahami isyarat, depresi, temperamen yang dapat menyebabkan seseorang dengan mudah berkhianat (Yager, 2006).

*Self esteem* (harga diri) dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Apabila seseorang tidak mampu untuk menghargai dirinya sendiri, maka akan sulit baginya untuk dapat menghargai orang-orang di sekitarnya. Dengan demikian *self esteem* merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya. Menurut pandangan Rosenberg (1965) dua hal yang berperan dalam pembentukan harga diri adalah *reflected appraisals* dan komparasi sosial (*social comparisons*). Seseorang yang memiliki harga diri rendah memiliki kecenderungan menjadi rentan terhadap depresi, penggunaan narkoba, dan cenderung dekat dengan kekerasan. *Self esteem* yang tinggi membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang (Myers, 2005).

Dampak yang timbul dari adanya *toxic friendship* pada suatu hubungan pertemanan yaitu (1) kompetisi berlebih, menjatuhkan satu sama lain, tidak menghargai, tidak peduli, bersikap acuh serta mengecilkan harapan teman lain, (2) kecemburuan, seperti mengusik hati seseorang yang memunculkan untuk balas dendam, (3) balas dendam, (4) kemarahan merupakan emosi negatif yang diakibatkan adanya rasa dendam, (5) pengkhianatan terjadi karena ada rasa ketidakmampuan dalam diri untuk mengakui keunggulan orang lain serta adanya perasaan kecewa karena melihat prestasi yang tidak dimiliki, dan (6) *insecurity* merupakan perasaan yang dipengaruhi oleh masa lalu, pengalaman akan kegagalan dan penolakan, kesendirian, kecemasan sosial, pandangan negatif akan diri sendiri (Yager, 2006).

Pertemanan yang merupakan hubungan yang memerlukan adanya komunikasi antarpribadi didalamnya agar masing-masing pribadi dalam pertemanan tersebut dapat merasakan wujud dari kasih sayang berupa sikap seperti saling mengerti, saling menghargai, saling menerima dan saling memberikan *support* satu sama lain (Arianto, 2015). Pertemanan yang memiliki *toxic friendship* didalamnya dapat menyebabkan seseorang dalam pertemanan tersebut mengalami kecemasan dan depresi yang menyebabkan memilih untuk menghindar dan menjauh dari kelompok pertemanannya (Faris, dkk. 2020). Kecenderungan *toxic* memiliki tanda-tanda adanya sikap tamak, kurangnya empati, bersikap egois, pembohong, perkataan yang tidak konsisten, tidak bisa dipercaya, berperilaku kasar yang pada akhirnya menimbulkan konflik.

Hal ini juga diperkuat dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Wajidi (2021) menunjukkan perilaku komunikasi *toxic friendship* yang dialami oleh mahasiswa Fisipol dominan mendapatkan bentuk komunikasi verbal dibandingkan dengan nonverbal, serta bentuk perilaku *Toxic friendship* yang dominan dialami beberapa mahasiswa yaitu pengkritik dan tidak ada empati. Adapun dampak dari *toxic friendship* diantaranya adanya rasa kompetisi berlebih, kecemburuan, balas dendam, kemarahan, pengkhianatan, depresi, dan insecure (rasa tidak aman) selanjutnya mahasiswa juga tidak memiliki rasa empati, keras kepala, dan selalu bergantung dengan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa *toxic friendship* sangat mempengaruhi harga diri (*self esteem*) individu. Oleh karena itu hal ini seharusnya menjadi perhatian khusus bagi siswa dalam menjalin bagaimana pertemanan yang baik sehingga dapat menghindari *toxic friendship*.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Wulansari (2021) mengenai pengaruh gaya kelekatan persahabatan terhadap harga diri (*self esteem*) pada remaja panti asuhan. Hasil juga menunjukkan secara parsial terdapat pengaruh positif antara gaya kelekatan persahabatan aman dengan harga diri, serta terdapat pengaruh negatif antara gaya kelekatan persahabatan terpreokupasi dengan harga diri pada remaja panti asuhan. Artinya ketika remaja memiliki tingkat gaya kelekatan persahabatan yang tinggi maka akan berpengaruh dengan harga diri yang tinggi. Lalu apabila tingkat gaya kelekatan persahabatan terpreokupasi tinggi maka tingkat harga dirinya akan rendah.

Pertemanan yang beracun (*toxic friendship*) akan melukai kita secara emosional dibanding membantu kita yang akan menyebabkan stres, kesedihan, atau kecemasan (Bonior, 2012). Sehingga hal ini akan mempengaruhi *self esteem* jika seseorang tidak mampu menghindari toxic friendship ini dikhawatirkan *self esteem*nya juga akan terganggu dan menjadikannya pribadi yang tidak baik, maka dari itu siswa harus ditanamkan pentingnya untuk tidak menanamkan sikap *toxic friendship* pada dirinya. Selain itu pentingnya para remaja untuk mampu membina rapport (hubungan baik) dengan temannya atau lingkungan sosialnya sehingga nantinya dapat meyakinkan kepada orang lain perasaan positif terhadap dirinya (Simarmata, dkk. 2017).

Berdasarkan hasil penelitian Jonathan, Alfando, & Fransisca (2020) bahwa seseorang bisa dikatakan teman yang *toxic* apabila orang tersebut menimbulkan kekacauan perpecahan di lingkaran pertemanan mereka. Dengan adanya kekacauan tersebut membuat mereka akhirnya dijauhkan dari lingkungan pertemanan dan dibenci oleh temannya. Namun seseorang yang *toxic* tidak menyadari bahwa dirinya *toxic*, sehingga tidak menyadari telah menyepakati perasaan orang-orang disekitarnya. Oleh karena itu pentingnya untuk mengetahui etika pertemanan yang baik agar tidak melukai perasaan orang lain dengan perilaku *toxic*.

Melihat paparan diatas jelaslah bahwa dampak *toxic friendship* sangatlah buruk, maka dari itu siswa harus mempunyai *self esteem* yang baik. Siswa yang memiliki *self esteem* tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, rasa yakin, dan rasa berguna, serta selalu berpikir positif, (Pamungkas, Setiani, Pudjiastuti, 2017). Oleh karena itu *self esteem* yang tinggi memang diperlukan untuk menunjang kehidupan yang lebih baik lagi, selain itu dengan memiliki *self-esteem* yang tinggi

juga akan membuat seseorang menjadi lebih bijaksana dalam menyikapi keadaan yang terjadi di kehidupan. Sehingga dengan demikian akan membuat hidup lebih bermanfaat bukan hanya untuk diri sendiri namun juga bermanfaat untuk orang lain, (Alfina & Awalya, 2021).

## **PENUTUP**

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara variabel *toxic friendship* dengan *self esteem* siswa yaitu sebesar 48.5%. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang tidak baik di lingkungan sosial siswa mengakibatkan *self esteem* siswa rendah atau negatif. Oleh karena itu, sangat disarankan upaya yang maksimal kepada para Guru BK/Konselor seperti merancang program untuk meningkatkan *self esteem* siswa serta meningkatkan kegiatan yang bersifat edukatif dan preventif. Selain itu, pentingnya peran orangtua dan praktisi pendidikan untuk memperhatikan hal tersebut sehingga nantinya akan berdampak pada perkembangan remaja yang optimal.

## **DAFTAR RUJUKAN**

Alfina, E.F & Awalya. (2021). Pengaruh Attachment dan Penyesuaian Diri terhadap Self-Esteem Siswa SMP Teuku Umar Semarang Tahun Pelajaran 2019/2020. *Indonesian Journal of Counseling and Development*. Vol. 3, No 1, Hal 11-29.

Andri, & Savira. (2018). Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 5, No. 2, Hal 1–7.

Arianto. (2015). Menuju Persahabatan melalui Komunikasi Antarpribadi Mahasiswa Beda Etnis (Studi Kasus di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tadulako). *Kritis: Jurnal Sosial Ilmu Politik Universitas Hasanuddin*, 1 (2): 1-12.

Boeree, C. G. (2016). *General Psychology: Psikologi Kepribadian, Persepsi, Kognisi, Emosi dan Perilaku*. Jogjakarta: Prismsophie.

Destriana, R., Rahayu, M.S., & Khasanah, A.N. (2017). Studi Deskriptif Mengenai Self Esteem pada Siswa-Siswi yang Bermasalah pada Kelas VIII di SMP Negeri 8 Bandung. *Prosiding Psikologi*. Vol 3, No 2, Hal 942-948.

Faris, R., Felmlee, D., & McMillan, C. (2020). With Friends Life these: Agression from Amity and Equivalence. *American Journal of Sociology*, 126 (3): 673-713.

**Sari Wardani Simarmata, Azizah Batubara, Riska Ulfiani: Pengaruh Toxic Friendship Terhadap Self Esteem Siswa Smpit Al Falah Kutalimbaru**

Ghufron & Risnawita. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Guindon, M.H. (2010). *Self Esteem Across the Lifespan*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.

Jonathan, A., Alfando, F., Fransisca, V. (2022). Teman dan Persoalan Hubungan Toxic dalam Pandangan Etika Persahabatan Aristoteles. *Praxis: Jurnal Filsafat Terapan*, 1 (1): 45-58.

Lochman, J.E., & Curry, J.F. (2010). Effect of Social Problem-Solving Training and Self-Instruction Training with Aggressive Boys. *Journal of Clinical Child Psychology*.

Marotz, L.R. & Allen, K. E. (2013). *Developmental Profiles: Pre-Birth Through Adolencence*. USA: Wadsworth, Cengage Learning.

McClure, A.C., Tanski, S.E., Kingsbury, J., Gerrard, M. Sargent, J.D (2010). Characteristic Associated with Low Self Esteem Among US Adolencents. *Academis Pediatrics*; ProQuest.

Myers, D. (2005). *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.

Nurhasanah, H. S., Hidayat, E., & Mulyani, E. (2019). Analisis Kemampuan Sintesis Peserta Didik dengan Menggunakan Model Problem Based Learning Ditinjau Dari Self Esteem. *Journal Authentic Research on Mathematics Education (JARME)*, Vol 1, No 1, Hal 56-67.

Pamungkas, A. S., Setiani, Y., & Pujiastuti, H. (2017). Peranan Pengetahuan Awal dan *Self Esteem* Matematis Terhadap Kemampuan Berpikir Logis Mahasiswa. *Kreano, Jurnal Matematika Kreatif-Inovatif*, Vol 8, No 1 Hal 61–68.

Refnadi. (2018). Konsep Self-Esteem Serta Implikasinya Pada Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1).

Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Simarmata, S. W., Marjohan, Alijamar. (2017). Kontribusi Konsep Diri dan keterlibatan Orangtua terhadap Kemampuan Membina Rapport dengan Teman Sebaya serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 29 Padang, *Jurnal Al-Irsyad*, 7 (1): 78-95.