

## **BAB IV**

### **PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Paparan Data dan Temuan Penelitian**

##### **1. Hubungan pertemanan antar siswa di SMAN 4 Pamekasan**

Pertemanan adalah bentuk pengelompokan sosial yang menyenangkan dan diatur oleh perasaan dan hubungan timbal balik yang menghabiskan banyak waktu bersama dan berinteraksi serta berkomunikasi dalam berbagai cara.

Sebagai pelajar tentu sudah seharusnya dapat berinteraksi atau bersosialisasi dengan teman teman sebayanya di sekolah agar dapat membentuk sebuah lingkup pertemanan yang terjalin secara baik dan sehat. Karena dengan membentuk hubungan pertemanan yang sehat, pelajar akan merasa bahwa dirinya diterima oleh teman-temannya. Sebaliknya jika tidak dapat menjalin pertemanan yang demikian, itu akan dapat membuat dirinya canggung dalam berteman.

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa hubungan pertemanan antar siswa bermacam-macam. Diantaranya ada yang biasa saja, berkelompok atau mempunyai circle, berteman beda kelas, bahkan tidak dipungkiri ada juga siswa yang menyendiri<sup>1</sup>. Dalam hubungan pertemanan antar siswa peneliti melihat bahwa hubungan pertemanan yang dijalani itu ada yang terlihat sehat layaknya teman pada umumnya yang memberikan energi yang positif

---

<sup>1</sup> Observasi langsung pada tanggal 10 - 11 Agustus 2023

seperti saling membantu dan menyemangati satu sama lain. Namun, ada juga pertemanan yang terlihat tidak sehat dan memberikan energi negatif kepada temannya seperti mengejek tetapi mengelak dengan kata bercanda, padahal ejekannya tersebut tidak lucu dan menyakiti perasaan temannya<sup>2</sup>.

Sedangkan berdasarkan wawancara dengan guru BK, beliau mengatakan bahwa:

“Pertemanan siswa di SMAN 4 Pamekasan banyak macamnya, ada yang hanya teman biasa, berkelompok atau punya *circle* pertemanan, ada yang ke mana-mana berdua, tapi juga ada yang menyendiri gitu. Kalau dibilang hubungan pertemanan di sini ada yang sehat dan ada juga yang tidak sehat.”

Guru BK lainnya juga menjawab:

“Hubungan pertemanan di sini cukup baik, tapi namanya siswa itu pasti ada masalahnya. Entah itu masalah pribadi atau masalah antar teman. Nggak hanya yang siswa, yang dewasa saja pasti ada problem seperti itu.”<sup>3</sup>

Menelaah lebih lanjut, peneliti juga mewawancarai siswa mengenai hubungan pertemanan yang ada di SMAN 4 Pamekasan. Ia mengatakan bahwa untuk pertanyaan pertama, “Apakah anda berteman secara berkelompok?”

“Iya berteman secara kelompok. Kayak semacam punya *circle* gitu kan ya, tapi saya juga bisa netral berteman dengan lainnya, Kak<sup>4</sup>.”

---

<sup>2</sup> Observasi langsung pada tanggal 12 Agustus 2023

<sup>3</sup> Nurul Sjarifah, S. Psi., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>4</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

“Iya, Kak. Kalau sama teman kelas lainnya juga berteman, tapi mungkin kayak sekedar teman biasa gitu, Kak<sup>5</sup>.”

Pertanyaan kedua, “Bagaimana awalnya anda memutuskan untuk membentuk kelompok pertemanan?”

“Satu frekuensi, juga dilihat dari orangnya enak nggak gitu dalam berteman, Kak. Kalau enak dalam ngobrol atau berperilaku ya temenan<sup>6</sup>.”

“Sepertinya karena selalu bareng-bareng kalau ke mana-mana, kayak lebih sering ngumpul juga kalau di sekolah atau di luar sekolah, Kak. Makanya terbentuklah *circle* pertemanan itu<sup>7</sup>.”

Pertanyaan ketiga, “Menurut anda, bagaimana hubungan pertemanan antar siswa di SMAN 4 Pamekasan yang anda lihat selama bersekolah di sini?”

“Kalau hubungan pertemanan di sini lumayan sehat, tapi juga pasti ada yang *toxic* gitu, Saya aja ada temen yang sehat, tapi ada juga yang modelannya *toxic*, Kak<sup>8</sup>.”

“Macem-macem sih, Kak. Ya pastinya ada positif dan negatifnya. Kalau saya sendiri sama temen ada yang biasa saja, ada yang dekat, juga punya *circle* pertemanan juga entah itu di kelas saya maupun kelas lainnya. Seperti itu sih, Kak<sup>9</sup>.”

Dari hasil wawancara bersama dengan guru BK dan dua siswa itu diketahui bahwa hubungan pertemanan yang terjalin di SMAN 4

---

<sup>5</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>6</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>7</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>8</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>9</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

ternyata ada dua yaitu hubungan pertemanan yang sehat dan pertemanan yang tidak sehat karena ada faktor seorang teman yang berperilaku *toxic*.

Maka peneliti menemukan temuan penelitian mengenai hubungan pertemanan di SMAN 4 Pamekasan sendiri sebagai berikut ini:

Macam-macam pertemanan antar siswa di SMAN 4 Pamekasan ada tiga macam, yaitu:

a. Sekedar teman biasa.

Disebut sekedar teman biasa karena hubungan pertemanan tersebut tidak ada interaksi dekat seperti berbagi cerita satu sama lain atau curhat. Seperti yang disampaikan oleh subjek N.I dan N.R yang mengatakan bahwa mereka juga dapat netral atau berteman dengan siswa lainnya meski bukan teman satu circlenya.

b. Teman dekat

Merupakan seseorang yang berinteraksi lebih lama dari teman biasa. Seseorang yang memutuskan untuk menjadi teman dekat diartikan bahwa hubungan pertemanan tersebut berada di level saling mempercayai dan mendukung satu sama lain. Sama halnya dengan yang dikatakan oleh subjek N.I dan N.R mereka juga sama-sama mempunyai teman dekat di mana alasannya karena satu frekuensi atau saling memahami satu sama lain, serta

selalu pergi bersama-sama baik di sekolah maupun luar sekolah yang membuat mereka terjalin kedekatan yang cukup baik dengan temannya.

c. Sahabat

Merupakan hubungan pertemanan yang terdiri dari dua orang atau lebih. Hampir sama dengan teman dekat, sahabat juga dapat dikatakan level tertinggi dalam pertemanan. Di masa saat ini, banyak yang mengganti kata sahabat dengan kata *bestie*, yang mana hubungan pertemanan tersebut sudah terjalin lama bahkan bisa bertahun-tahun. Mereka akan mendukung dan mempercayai satu sama lain. Meskipun nantinya akan ada masalah, mereka akan berupaya menyelesaikan permasalahan tersebut.

Seperti yang dikatakan oleh subjek N.I dan N.R, keduanya berteman secara berkelompok yang artinya mereka mempunyai circle pertemanan di sekolah. Sehingga pertemanan mereka dapat masuk pada kategori sahabat.

Namun, dari beberapa hubungan pertemanan tersebut kedua subjek penelitian mengatakan bahwa pertemanan mereka kadang terjalin baik, tetapi juga terjalin tidak yang sehat karena salah satu teman dari circle pertemanan mereka ada yang berperilaku *toxic*. Maka dapat disimpulkan bahwa hubungan pertemanan di SMAN 4 Pamekasan ada yang hubungan pertemanannya sehat dan ada juga

yang tidak sehat atau *toxic friendship* yang dikarenakan adanya beberapa faktor.

## **2. Perilaku *toxic friendship* yang terjadi pada siswa di SMAN 4 Pamekasan**

*Toxic friendship* adalah seseorang teman yang memiliki kepribadian palsu karena tidak mendukung satu sama lain serta dapat membawa dampak yang tidak baik kepada salah satu pihak atau lebih.

Seseorang yang berperilaku toxic kepada temannya akan memberikan kesan yang negatif sehingga dapat membuat orang yang menerima perlakuan *toxic friendship*nya itu merasa tidak nyaman ketika berada di dekatnya.

Saat melakukan observasi, peneliti mengamati sekelompok pertemanan yang sedang berkumpul dan berbincang-bincang di taman sekolah. Ketika mereka tengah bercerita, salah satu teman mereka ada yang menatap sinis dan seringkali menyanggah dan mengatakan sesuatu yang tidak mengenakkan di hati teman-temannya sehingga pembicaraan yang dibahas diganti dengan topik bahasan lainnya<sup>10</sup>.

Untuk perilaku *toxic friendship* yang terjadi ternyata di SMAN 4 Pamekasan memang pernah ada kasus terkait hal tersebut. Melalui pedoman wawancara yang dibuat, peneliti juga menanyakan

---

<sup>10</sup> Observasi langsung pada tanggal 12 Agustus 2023

beberapa pertanyaan terkait perilaku *toxic friendship* yang terjadi di SMAN 4 Pamekasan yaitu:

Pertanyaan pertama, “Apakah ada perilaku *toxic* yang muncul pada siswa ketika berteman?” Guru BK di sana pun menjawab sebagai berikut:

“Sebenarnya ada kasus mengenai antar geng atau *circle* pertemanan yang masalahnya karena ada yang berperilaku *toxic* sehingga hal itu diselesaikan melalui konseling kelompok dengan menghadirkan siswa yang terlibat, wali kelas, tim tata tertib, dan guru BK<sup>11</sup>.”

“Pasti ada kalau itu, apalagi sekarang kan siswa maupun siswi sekarang pikirannya udah nalar. Sikap dan sifatnya dapat berubah seiringnya waktu. Ibu sendiri pernah menangani kasus siswi yang bertengkar karena ada yang mempunyai skap *toxic* dalam lingkup pertemanannya<sup>12</sup>.”

Pertanyaan kedua, “Bagaimana anda melihat sikap siswa yang berada di lingkup pertemanan yang *toxic*?”

“Ibu melihat siswa itu akan susah bergaul kembali dengan teman lainnya atau teman sebelumnya. Karena mereka yang menerima perlakuan *toxic* akan merasa tidak diterima sama teman-temannya gitu<sup>13</sup>.”

“Kalau yang ibu lihat agak canggung sepertinya, Mbak. Ibu tadi kan juga sempat bilang kalau pernah menangani hal yang serupa. Nah si penerima perlakuan *toxic* itu dia lebih memilih untuk tidak berinteraksi lagi<sup>14</sup>.”

---

<sup>11</sup> Nurus Saa'dah, S. Pd., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>12</sup> Nurul Sjarifah, S. Psi., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>13</sup> Nurus Saa'dah, S. Pd., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>14</sup> Nurul Sjarifah, S. Psi., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

Terkait hal tersebut, peneliti juga bertanya melalui wawancara dengan siswa bahwa masalah yang dikatakan oleh guru BK memang benar adanya. Menurutnya permasalahan tersebut terjadi karena adanya fitnah dan salah paham sehingga menimbulkan seseorang yang *playing victim*.

Pertanyaan pertama, “Apakah ada perilaku *toxic* yang muncul dari teman anda ketika berteman?”

“Ada, Kak. Kayak yang dialami saya sendiri itu tiba-tiba dijauhi, difitnah segala macam. Padahal saya nggak ngapa-ngapain lho<sup>15</sup>.”

“Ada. Sampe saya rasanya males kalau deket orang *toxic* kayak begitu, Kak. Aura negatifnya soanya bikin ngeri. Jadi agak takut juga kalau di dekatnya, Kak<sup>16</sup>.”

Pertanyaan kedua, “Bisakah anda menceritakan salah satu contoh kasus yang pernah terjadi?”

“Iya Kak. Jadi sebenarnya itu awal mulanya karena si A ini salah paham. Saya kan sering bercerita kepada teman saya tentang keharmonisan saya dengan ibu saya. Nah sedangkan si A in tidak punya ibu. Jadi dia berpikir saya ini kayak buat iri dia padahal saya sendiri tidak kepikiran ke sana. Dia ini juga sering iri dan merasa nggak mau kalah saing sama saya.<sup>17</sup>”

Dilihat dari ciri *toxic friendship* yang diantaranya adalah suka memberikan kritik, tidak peduli dan acuh, juga manipulatif.

---

<sup>15</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>16</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>17</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

Sebab terjadinya *toxic friendship* dikarenakan adanya kecemburuan, benci terhadap fisik seseorang, benci terhadap kesuksesan seseorang, membenci karena kegagalan, dan membenci karena saling mengenal. Dari penjelasan tersebut maka dapat dikatakan bahwa A (inisial samaran) dapat termasuk ke dalam orang-orang yang *toxic*.

Begitu juga yang dialami oleh subjek lainnya yang mempunyai sekelompok teman yang selalu bersama-sama dalam waktu cukup lama. Akan tetapi, di tengah lamanya pertemanan mereka sesuatu terjadi sehingga menyebabkan terpecah belah hubungan pertemanan tersebut. Hal itu disebabkan salah satu dari mereka ada yang bersikap *toxic*.

“Kita temenan sudah dari kelas sepuluh, Kak. Kita tuh juga sering bareng-bareng, tapi tiba-tiba kita jadi terpecah belah karena ulah satu orang. Dia tuh suka nggak sadar omongannya kadang buat dari kita merasa sakit hati. Kayak bully dengan kata-kata, terus juga gosip yang kadang tuh gosipnya beda, nggak sesuai dengan apa yang dibicarakan ke teman satu ke satu lainnya. Pokoknya gitu, Kak. Dia juga sering ngehasut temen sampe pertemananan kita jadi renggang. Jadi saya juga khawatir kalau mengekspresikan perasaan saya takut saya jadi target selanjutnya untuk bahan gosip ke teman-teman yang lain<sup>18</sup>.”

Temuan penelitian mengenai perilaku *toxic friendship* yang terjadi di SMAN 4 Pamekasan yaitu antara lain:

---

<sup>18</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

- a. Tidak mau kalah saing merupakan sebagian dari perilaku *toxic friendship* yang ada di SMAN 4 Pamekasan sehingga dapat memunculkan sikap iri kepada sesama. Subjek penelitian N.I mengatakan bahwa salah satu temannya ada yang tidak mau kalah saing sehingga memunculkan sikap iri kepadanya.
- b. Bentuk perilaku *toxic friendship* yang kedua yaitu *playing victim* di mana seseorang berlagak seperti korban padahal ialah pelakunya. Karena adanya perilaku iri seperti yang disampaikan oleh subjek N.I, pelaku *toxic friendship* itu seringkali *playing victim* atau berlagak seperti korban di depan teman-temannya yang lain sehingga kadang suka menghasut teman lain untuk ikut membencinya.
- c. Bentuk perilaku *toxic* yang ketiga di SMAN 4 Pamekasan yaitu *bullying* secara verbal atau dengan kata-kata yang menyakitkan perasaan seseorang. Subjek N.R mengatakan bahwa dalam circle pertemanannya ada yang melakukan *bullying* secara verbal entah itu dilakukan secara sadar atau tidak, perkataannya dapat menyakiti teman yang menerima perlakuan tersebut.
- d. Terakhir, perilaku *toxic* yang muncul yaitu suka bergosip di mana apa yang dibicarakan tidak sesuai fakta sehingga dapat menimbulkan fitnah yang tak berdasar mengenai diri seseorang yang dibicarakan. Subjek N.R juga mengatakan seringkali temannya bergosip hal-hal yang tidak sesuai fakta tentang diri seseorang membuat ia malas ketika berada di dekat teman itu.

### 3. Dampak dan penanganan mengenai *toxic friendship* terhadap *self esteem* pada siswa di SMAN 4 Pamekasan

*Toxic Friendship* tentu akan menimbulkan dampak bagi seseorang terutama jika itu dalam pertemanan yang sudah cukup lama terjalin. Seperti yang terjadi di SMAN 4 Pamekasan, saat peneliti mengamati sekelompok pertemanan di taman sebelumnya, peneliti dapat melihat bahwa perilaku *toxic* yang muncul dapat berdampak pada diri seseorang yang menerima perilaku *toxic* tersebut. Salah satu teman yang saat itu bercerita menjadi diam dan memilih untuk tidak melanjutkan ceritanya karena khawatir akan membuat suasana tidak nyaman. Setelah itu ia hanya mengatakan apapun meski teman lainnya bercerita karena ia juga memilih untuk mendengarkan saja<sup>19</sup>.

Memastikan lebih lanjut, peneliti juga bertanya dampak yang diperoleh dari perilaku *toxic friendship* kepada guru BK. Menurut guru BK yaitu sebagai berikut:

Pertanyaan pertama, “Apakah perilaku *toxic friendship* bisa berdampak pada *self esteem*/harga diri siswa?”

“Tergantung, kalau perilaku toxicnya parah bisa saja berdampak pada hal itu<sup>20</sup>.”

“Dampaknya akan susah bergaul kembali dengan teman lainnya atau teman sebelumnya. Kalau dampak bagi yang menerima perilaku *toxic friendship* tentu berdampak pada *self esteem*nya karena pasti ada yang merasa terasingkan, terganggu, dan tidak dipercaya lagi<sup>21</sup>.”

<sup>19</sup> Observasi langsung pada tanggal 12 Agustus 2023

<sup>20</sup> Nurul Sjarifah, S. Psi., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>21</sup> Nurus Saa'dah, S. Pd., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

Menanyakan hal yang sama, subjek penelitian mengatakan bahwa:

“Dampaknya tertekan gitu, Kak. Juga malas yang mau berhubungan lagi sama dia, Kak. Saya merasa kayak cemas gitu karena khawatir teman-teman yang lain lebih percaya sama dia daripada saya, Kak<sup>22</sup>.”

“Kalau tertekan tidak begitu, tapi agak kayaknya, Kak. Berdampak saya rasa. Mungkin karena efek takut jadi target selanjutnya untuk jadi bahan gosip<sup>23</sup>.”

Ketika kejadian yang dialami oleh siswa N.I ia mulai merasa bahwa dari perkataan tak berdasar dari A muncullah gosip-gosip yang tidak nyaman bahkan sampai tersebar fitnah yang tidak mengenakan mengenai siswa yang berinisial N.I tersebut. Karena itu, permasalahan tersebut semakin menjadi gaduh hingga akhirnya diselesaikan oleh pihak BK. Sebelum diselesaikan oleh pihak BK, tentu permasalahan yang menimpa pihak N.I itu ternyata berpengaruh terhadap *self esteem* atau harga dirinya karena di satu sisi harga diri N.I menjadi tergoncang-ganjing dan menjadi rendah karena khawatir dan berpikir orang-orang akan lebih percaya pada si A daripada dirinya.

Selain itu solusi untuk menangani perilaku *toxic friendship* terhadap *self esteem*, guru BK mengatakan bahwa:

---

<sup>22</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>23</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

“Kalau Ibu akan memanggil satu-satu untuk mengetahui dari sudut pandang yang berbeda. Jika hal itu memang parah, maka bisa diselesaikan dengan melalui konseling kelompok.<sup>24</sup>”

“Karena sebelumnya Ibu pernah menangani masalah terkait itu, jadi pertama Ibu lihat dulu permasalahannya. Jika itu parah, ibu baru akan menanganinya dengan konseling kelompok<sup>25</sup>.”

Begitu juga dengan siswa N.I dan N.R yang juga memberikan tanggapannya. Mereka megatakan:

"Kalau saya akan berusaha lebih peka dan menjadi tempat untuk cerita bagi teman saya. Dan kalau memang saya yang salah, saya harap teman saya dapat memberi tahu letak kesalahan saya. Jangan tiba-tiba diem gitu, Kak<sup>26</sup>."

"Saya pribadi akan mencoba beranikan diri untuk menegurnya sehingga sikapnya yang *toxic* nggak berlarut lama, Kak<sup>27</sup>."

Oleh karena itu, penanganan untuk kasus siswa N.I tersebut sempat ditangani melalui konseling kelompok. Namun sebelum itu, guru BK akan memanggil satu-satu untuk mendengar dan menilai dari sudut pandang yang berbeda. Setelah itu, baru dilaksanakanlah konseling kelompok yang menghadirkan siswa terkait, wali kelas, dan guru BK. Selesai dari itu, siswa N.I akhirnya menjaga batasan dengan si A supaya tidak terlibat masalah kembali dengannya.

---

<sup>24</sup> Nurus Saa'dah, S. Pd., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>25</sup> Nurul Sjarifah, S. Psi., Guru BK SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>26</sup> N.I, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

<sup>27</sup> N.R, Siswa kelas XI SMAN 4 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (14 Agustus 2023)

Sedangkan untuk permasalahan siswa N.R, dapat dikatakan bahwa temannya tersebut juga termasuk pada orang yang *toxic*. Oleh karena itu siswa N.R itu merasa harga dirinya rendah karena ulah salah satu temannya sehingga membuat dirinya tidak bebas mengekspresikan perasaannya karena khawatir dibuat gosip yang tidak benar tentang dirinya pada teman-teman yang lain. Penanganan yang dilakukan oleh siswa N.R sebelumnya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut adalah bersikap bodo amat dan berusaha menghindar jika teman *toxicnya* mulai bergosip.

Temuan penelitian mengenai dampak *toxic friendship* yang terjadi berpengaruh terhadap *self esteem* siswa di mana ciri yang nampak yaitu siswa menjadi tidak percaya diri, merasa khawatir dan cemas, merasa tidak aman, merasa tidak diterima jika berada di dekat seseorang yang berperilaku *toxic* sehingga keberhargaan diri mereka menjadi rendah. Dilihat dari indikator *self esteem* menurut Reasoner antara lain:

- a. Perasaan aman
- b. Perasaan menghormati diri
- c. Perasaan diterima
- d. Perasaan kompetensi
- e. Perasaan Berharga

Dengan demikian, *toxic friendship* dapat berdampak terhadap *self esteem* pada subjek penelitian karena tiga indikator

memenuhi diantaranya kurangnya rasa aman, merasa tidak diterima, dan merasa dirinya menjadi tidak berharga ketika berada di dekat teman yang *toxic*. Oleh karena itu untuk menangani *toxic friendship* yang terlanjur terjadi, ada beberapa hal yang dilakukan oleh siswa SMAN 4 Pamekasan. Diantaranya yaitu sebagai berikut:

a. Membatasi komunikasi dan interaksi

Subjek penelitian N.I dan N.R sepakat untuk membatasi komunikasi dan interaksi dengan teman yang berperilaku *toxic* karena hal itu dapat meminimalisir perasaan kesal maupun kekhawatiran mereka.

b. Mencoba memberikan saran untuk memperbaiki sikapnya dengan bahasa yang sopan tanpa menyakiti perasaannya

Subjek N.I mengatakan bahwa kemungkinan ia akan mencoba berbicara terlebih dahulu untuk mencegah kesalahpahaman yang akan terjadi. Namun, meski pada akhirnya hal itu sia-sia.

c. Berusaha untuk bersikap bodo amat

Subjek N.R juga lebih memilih untuk berpikir maupun bersikap bodo amat dengan teman yang *toxic* karena menurutnya jika diladeni bisa jadi akan semakin parah dan teman *toxic* tersebut bisa juga menjadi tidak tahu diri dengan perilaku yang telah dilakukannya. Jadi subjek N.R tidak mau repot dan terlalu memikirkan meski sebenarnya ia malas

berada di dekatnya. Oleh karena itu menurutnya hal tersebut adalah yang terbaik.

- d. Mengutamakan berteman dengan orang yang tidak *toxic*.

Subjek N.I dan N.R juga akan melakukan penanganan yang terakhir ini guna menjaga hati, pikiran, dan mental mereka untuk tetap sehat.

## **B. Pembahasan**

Setelah peneliti mengumpulkan data penelitian yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi, maka peneliti akan melakukan analisis data untuk lebih menjelaskan temuan penelitian. Di bawah ini hasil analisa peneliti mengenai Fenomena *Toxic Friendship* Terhadap *Self Esteem* pada Siswa di SMAN 4 Pamekasan.

### **1. Hubungan Pertemanan Antar Siswa di SMAN 4 Pamekasan**

Pertemanan adalah salah satu jenis hubungan interpersonal yang berkembang. Pertemaan adalah ikatan yang terbentuk antara dua orang yang atau lebih untuk menghabiskan banyak waktu bersama, sering berkomunikasi, dan mendukung satu sama lain secara emosional<sup>28</sup>. Pertemanan sendiri terbagi menjadi dua yaitu pertama *healty friendship* atau pertemanan yang sehat. Dapat dikatakan sehat ketika pihak-pihak yang terlibat dalam hubungan cenderung mengalami emosi positif dan saling mendukung untuk tumbuh ketika saling berhadapan dalam situasi konflik untuk melanjutkan hubungan. Ketika sebuah pertemanan sehat,

---

<sup>28</sup> Safira Tiara Dewi, Wenty Marina Minza, 2016, Strategi Mempertahankan Hubungan Pertemanan Lawan Jenis pada Dewasa Muda, Gadjah Mada Journal of Psychology Volume 2, No 3, 193.

maka dapat memunculkan banyak hal dan dipenuhi dengan pemikiran saling menghormati, kesetaraan, kepercayaan, dukungan dan komunikasi<sup>29</sup>. Kedua yaitu *toxic friendship* atau pertemanan yang beracun juga dikenal sebagai pertemanan palsu. Pertemanan yang beracun adalah pertemanan yang bersifat merusak, berbahaya, hanya peduli pada diri sendiri, mengambil keuntungan, dan selalu menemukan cara untuk membuat segalanya berakhir buruk<sup>30</sup>.

Hubungan pertemanan antar siswa di SMAN 4 Pamekasan bermacam-macam. Berdasarkan perbedaan kualitasnya, pertemanan dapat digolongkan menjadi tiga jenis yakni sekedar teman biasa, teman dekat, dan sahabat yang terdiri dari dua orang atau lebih. Akan tetapi dalam pertemanan mereka diketahui ternyata juga terdapat pertemanan yang sehat dan *toxic*. Pertemanan yang *toxic* tersebut membuat suasana pertemanan mereka memudar bahkan renggang. Hal itu dikarenakan teman yang *toxic* cenderung tidak memperhatikan dan mengerti perasaan seseorang tanpa kesadarannya. Andaikan sadar juga terhadap sikapnya, pasti akan acuh tak acuh. Karena itu, teman yang *toxic* hanya akan membawa aura yang minus akhlak.

Pertemanan yang beracun merupakan suatu keadaan di mana teman yang seharusnya suportif dan memberikan energi positif justru membuat seseorang merasa stres dan tertekan. Dengan kata lain, mereka lebih

---

<sup>29</sup> Riva Khodijah, *4 Ciri Healthy Friendship, Tak Semua Orang Memilikinya!*, (16 November 2022), <https://yoursay.id>

<sup>30</sup> Ratu Seffyy, 2021, Pengaruh Toxic Friendship Terhadap Prestasi Belajar, Artikel

cenderung memancarkan energi negatif dan hanya memanfaatkan diri sendiri tanpa mempedulikan perasaan orang lain<sup>31</sup>.

## 2. Perilaku *Toxic Friendship* yang Terjadi di SMAN 4 Pamekasan

Dalam hubungan pertemanan, baik itu teman biasa, teman dekat, bahkan sahabat yang notabennya saling mempercayai dan mendukung satu sama lain, tidak dapat dipungkiri bahwa dapat terjadi perselisihan diantara pertemanan tersebut.

Salah satunya yaitu perilaku *toxic friendship*. *Toxic friendship* adalah seseorang teman yang memiliki kepribadian palsu karena tidak mendukung satu sama lain serta dapat membawa dampak yang tidak baik kepada salah satu pihak atau lebih. Di SMAN 4 Pamekasan beberapa perilaku *toxic friendship* yang muncul yaitu diantaranya karena tidak mau kalah saing, iri, *playing victim*, *bullying* secara verbal, dan suka bergosip.

Seperti yang diketahui *toxic friendship* adalah pertemanan yang beracun di mana salah satu teman sering menghubungi seseorang ketika hanya dalam keadaan membutuhkan sesuatu, tetapi juga berusaha mengucilkan atau mengancam temannya, merasa iri dan memfitnah orang lain. Pertemanan yang baik tentunya akan memberi contoh dan juga mendukung serta memberikan pengetahuan yang baik. Sebaliknya, menjalin pertemanan yang buruk (negatif) akan berdampak buruk pada kesehatan kepribadian seseorang. Artinya, kualitas pertemanan

---

<sup>31</sup> Melani Wulandari, *Cara Agar Tidak Menjadi Teman yang Toxic*, *Majalah Sunday Edisi Circle Pertemanan*, (Februari, 2022), 9.

menurun ketika seseorang berada di lingkungan yang beracun. Dengan kata lain, semakin tinggi pertemanan yang beracun maka kualitas pertemanannya akan semakin rendah. Sebaliknya, jika pertemanan yang beracun dikurangi, maka kualitas pertemanan tersebut akan tinggi<sup>32</sup>.

### **3. Dampak dan Penanganan *Toxic Friendship* Terhadap *Self Esteem* Siswa di SMAN 4 Pamekasan**

#### **a. Dampak *Toxic Friendship* Terhadap *Self Esteem***

*Toxic friendship* atau pertemanan yang beracun mempunyai dampak bagi seseorang yang menerima perilaku *toxic* dari temannya. Hal itu di karenakan orang yang berperilaku *toxic* tidak bisa memfilter perilakunya dan sering kali tidak sadar dengan tindakannya yang dapat menyakiti hati dan perasaan seorang teman. Sehingga seseorang yang menerima perilaku *toxic friendship* akan merasa *self esteem* atau harga diri yang dimilikinya menjadi rendah.

Di SMAN 4 Pamekasan, subjek yang menjadi dalam penelitian ini juga merasakan bahwa *self esteem*nya yang dimiliki menjadi rendah karena khawatir dan cemas akan situasi yang akan dihadapi ke depannya jika berinteraksi kembali dengan seseorang yang berperilaku *toxic* dalam berteman.

Seseorang yang memiliki harga diri yang rendah dapat dikatakan sedang berada di situasi yang terancam. Individu yang merasa terancam dalam harga dirinya cenderung akan melihat

---

<sup>32</sup> Sugeng Sejati, 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 Conseling Vol. 2, No. 01, hlm 244-247

kesuksesan orang lain sebagai ancaman terhadap keberadaan atau harga dirinya. Perasaan terancam ini menimbulkan tanggapan terhadap "merendahkan" orang lain, baik melalui penghinaan atau bahkan kekerasan<sup>33</sup>.

b. Penanganan *Toxic Friendship* Terhadap *Self Esteem*

*Self Esteem* (harga diri) terbentuk berdasarkan bagaimana individu memandang kemampuannya dalam berbagai bidang kehidupan dan seberapa besar dukungan sosial yang mereka terima dari orang-orang di sekitarnya. Keduanya mempengaruhi bagaimana seseorang dapat menerima dirinya sendiri.

Dengan demikian untuk menangani *toxic friendship* terhadap *self esteem* tentunya harus melakukan beberapa hal guna membangkitkan *self esteem* atau harga diri seseorang menjadi tinggi kembali. SMAN 4 Pamekasan sendiri menangani permasalahan mengenai *toxic friendship* yang terjadi melalui konseling kelompok. Setelah itu, subjek yang termasuk dalam penelitian juga melakukan penanganan lainnya seperti membatasi komunikasi dan interaksi. Sedangkan subjek kedua juga melakukan penanganan dalam bentuk sikap yang bodo amatan agar ia tidak menjadi target *toxic friendship*. Hal itu dilakukan dengan harapan *self esteem* yang dimilikinya menjadi tinggi.

---

<sup>33</sup> Udik Yudiono, Sulistyio Sulistyio, Self-esteem: Faktor-faktor yang mempengaruhinya, *Wiyata Dharma: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 8 (2), 2020, 100

Seseorang dengan harga diri tinggi dapat menampilkan dirinya sebagai individu yang optimis, bangga, lebih peka terhadap tingkat keterampilan/kompetensi yang dimiliki, mengabaikan umpan balik negatif, menerima pengalaman negatif yang dialami dan berusaha untuk memperbaiki diri, mengalami lebih banyak emosi positif, lebih luwes, berani dan lebih mampu mengekspresikan diri dalam interaksi dengan orang lain<sup>34</sup>.

---

<sup>34</sup> Wilis Srisayekti, David A. Setiady, dan Rasyid Bo Sanitioso, "Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar, *Jurnal Psikologi* Vol 42 No 2 (Agustus, 2015), 143