

DAMPAK TOXIC FRIENDSHIP PADA MAHASISWA UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA DAN STRATEGI ANTISIPASI DALAM MENCIPTAKAN LINGKUNGAN PERTEMANAN YANG SEHAT

Jesyinda Putri Wibowo

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Zefanya Muri Putri Kristyanti

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

fanyaputri247@gmail.com

Talitha Fairuz Marsya Nugraha

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

talitha.fairuz@gmail.com

Adelia Ananda Putri

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Putri Fauziyyah

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Abstract

The phenomenon of toxic friendship among Bhayangkara University of Greater Jakarta students, which has a negative impact on mental, social, and academic health. Using a qualitative phenomenological approach, this study involved a psychoeducational intervention consisting of a pre-test, material delivery, and post-test to measure the effectiveness of the program. The psychoeducation included an understanding of the characteristics, impacts, and anticipation strategies of toxic friendship, emphasizing Ibn Miskawaih's principles of friendship ethics, such as choosing friends wisely, maintaining healthy boundaries, and prioritizing cooperation. The results showed an increase in students' understanding of toxic friendship and the importance of building healthy friendships. This study contributes to the toxic friendship literature and offers practical solutions through psychoeducation and the formation of support groups to create a positive friendship environment on campus.

Keywords: *toxic friendship, psychoeducation, university students, social intervention*

Abstrak

Fenomena toxic friendship di kalangan mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, yang berdampak negatif pada kesehatan mental, sosial, dan akademik. Menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi, penelitian ini melibatkan intervensi psikoedukasi yang terdiri dari pre-test, penyampaian materi, dan post-test untuk mengukur efektivitas program. Psikoedukasi mencakup pemahaman tentang karakteristik, dampak, dan strategi antisipasi toxic friendship, dengan menekankan prinsip-prinsip etika berteman dari Ibnu Miskawaih, seperti memilih teman dengan bijak, menjaga batasan sehat, dan

mengutamakan kerja sama. Hasilnya menunjukkan peningkatan pemahaman mahasiswa tentang toxic friendship serta pentingnya membangun hubungan pertemanan yang sehat. Penelitian ini berkontribusi pada literatur toxic friendship dan menawarkan solusi praktis melalui psikoedukasi dan pembentukan kelompok dukungan untuk menciptakan lingkungan pertemanan yang positif di kampus.

Kata Kunci : toxic friendship, psikoedukasi, mahasiswa, intervensi sosial

PENDAHULUAN

Mahasiswa layaknya manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan sosialisasi dengan manusia lainnya. Universitas adalah tempat yang kaya akan interaksi sosial. Kehidupan sosial kampus yang aktif seringkali menjadi tempat hubungan sosial tumbuh dan berkembang serta memungkinkan mahasiswa untuk berinteraksi dengan berbagai latar belakang dan karakter. Kampus menjadi tempat yang ideal untuk melakukan intervensi mengenai dinamika persahabatan seperti toxic friendship. Hal ini memudahkan peneliti agar dapat dengan mudah menjangkau informan yang memiliki pemahaman tentang bahayanya toxic friendship (Pasya et al., 2024).

Isu toxic friendship kini semakin mendapat perhatian, terutama di kalangan mahasiswa, yang sedang berada pada masa transisi penting dalam perkembangan psikososial. Mahasiswa menghadapi tekanan akademik, sosial, dan emosional yang membuat hubungan pertemanan menjadi salah satu aspek utama dalam mendukung kesejahteraan mereka. Yager (2006), mendefinisikan toxic friendship sebagai hubungan pertemanan yang merugikan, tidak sehat, dan cenderung berjalan satu arah. Hubungan ini biasanya ditandai dengan manipulasi emosional, kritik yang berlebihan serta ketergantungan emosional yang tidak seimbang. Berndt (2002) juga menjelaskan bahwa pertemanan yang buruk dapat menghambat perkembangan psikososial individu, menurunkan rasa percaya diri, dan memicu stres berkepanjangan. Dalam konteks ini, toxic friendship menjadi ancaman serius terhadap kesehatan mental mahasiswa.

Mahasiswa, sebagai individu yang mulai membangun identitas diri, sangat bergantung pada dukungan dari teman sebaya. Santrock (2012) menjelaskan bahwa pada tahap perkembangan ini, hubungan dengan teman sebaya memainkan peran penting dalam memberikan validasi sosial, dukungan emosional, serta penguatan identitas. Namun, intensitas interaksi sosial di lingkungan kampus sering kali menciptakan dinamika pertemanan yang kompleks, baik yang bersifat positif maupun negatif. Bukowski et al. (1994) menyatakan bahwa kualitas pertemanan ditentukan oleh adanya dukungan emosional, penghargaan satu sama lain, dan komunikasi yang terbuka. Sayangnya, ketika elemen-elemen ini tidak terpenuhi, hubungan pertemanan dapat berubah menjadi toxic dan berbahaya. Toxic friendship

seringkali melibatkan perilaku manipulatif, seperti mendominasi keputusan, mengabaikan kebutuhan emosional, atau bahkan merendahkan harga diri teman. Temuan awal di Universitas Bhayangkara menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa mengalami dampak negatif dari toxic friendship, seperti isolasi sosial, penurunan motivasi belajar, hingga gangguan kesehatan mental yang serius. Isolasi sosial terjadi ketika individu merasa terpinggirkan atau tidak diterima oleh kelompoknya, yang pada akhirnya membuat mereka menarik diri dari lingkungan sosial. Penurunan motivasi belajar sering kali disebabkan oleh tekanan emosional yang terus-menerus, yang mengalihkan fokus mahasiswa dari tujuan akademik mereka. Kondisi ini, jika dibiarkan, dapat berdampak pada prestasi akademik mahasiswa dan membatasi peluang mereka untuk berkembang secara optimal.

Menurut ajaran Ibnu Miskawaih dalam buku kesempurnaan akhlak, terdapat antisipasi dalam berteman: Pertama, etika berteman atau persahabatan mencakup beberapa prinsip penting yang diperlukan untuk mempertahankan hubungan yang sehat dan bermakna. Hal utama adalah memilih teman yang bijak; kita harus memilih teman yang memiliki moralitas dan prinsip yang sejalan, mendukung kebaikan, dan membantu kita berkembang moral. Menjaga batasan yang sehat juga penting; Anda tidak boleh membiarkan teman-teman yang tidak sehat melampaui batas Anda atau mendapatkan keuntungan yang tidak adil. Ibnu Miskawaih juga menganjurkan untuk berhubungan dengan orang-orang dari berbagai latar belakang, karena berinteraksi dengan orang-orang dari berbagai latar belakang dapat membuat kita lebih memahami dan mengalami lebih banyak pengalaman. Kedua, Kerja sama dan keselarasan menjadi strategi penting untuk menghindari persahabatan berbahaya, di mana teman-teman dapat saling menyokong, melengkapi, dan meningkatkan kepercayaan. Persahabatan yang memiliki nilai dan tujuan yang sama membantu membangun hubungan yang adil, mencegah manipulasi, dan membuat hubungan menjadi lebih kaya dan bermakna (Satrio Wirayudha et al., n.d.).

Berdasarkan penelitian Amir et al. (2020), sebanyak 60% remaja dilaporkan pernah mengalami toxic friendship, yang menunjukkan bahwa fenomena ini sangat meluas dan relevan untuk diteliti lebih lanjut. Berdasarkan DataIndonesia.id pada tahun 2023, Sebanyak 44,3% masyarakat Indonesia menjalani hubungan toksik dengan teman. Dari survei tersebut ditemukan bahwa egois merupakan sifat yang sering dialami mencapai 63,1%. Tidak mau disalahkan dirasakan oleh 51,6%. 51,3% menjadi korban manipulasi. Serta kekerasan verbal juga di alami oleh 49,1%.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wadji (2021) penelitian yang disebut "Perilaku Komunikasi Toxic Friendship" yang menjelaskan sifat persahabatan berbahaya yang dimulai dengan komunikasi. Namun penelitian tersebut kurang

memberikan antisipasi dan bagaimana individu dapat menciptakan lingkungan persahabatan yang sehat.

Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat memberikan dua manfaat utama, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini memiliki nilai praktis melalui program intervensi berupa psikoedukasi yang dirancang untuk membantu mahasiswa tentang toxic friendship dan cara antisipasinya dalam menjalani hubungan persahabatan. Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah penelitian ini akan bermanfaat bagi mahasiswa serta masyarakat karena memberikan wawasan akan toxic friendship dan cara antisipasinya dalam menjalani hubungan persahabatan. Program ini mencakup psikoedukasi. Walsh (2010) menjelaskan bahwa psikoedukasi adalah intervensi yang dapat dilakukan pada individu keluarga, atau kelompok masyarakat yang bertujuan untuk memberikan informasi tentang masalah yang terjadi dalam hidup mereka, membantu mengembangkan sumber-sumber dukungan sosial untuk menghadapi tantangan dan masalah tersebut, serta membantu memperoleh kemampuan untuk mencari solusi (Khofifah et al., 2020).

Dalam intervensi ini peneliti memanfaatkan psikoedukasi dalam memberikan informasi tentang dampak toxic friendship pada mahasiswa universitas bhayangkara jakarta raya dan strategi antisipasi dalam menciptakan lingkungan pertemanan yang sehat

Penelitian ini juga merekomendasikan pembentukan kelompok dukungan sebagai langkah strategis untuk mencegah dampak jangka panjang toxic friendship, seperti penurunan kualitas hidup dan keterbatasan dalam membangun hubungan interpersonal yang baru.

Kelompok dukungan ini dirancang untuk menyediakan ruang aman bagi mahasiswa dalam berbagi pengalaman, mendapatkan validasi sosial, serta menerima bimbingan untuk menghadapi tantangan dalam hubungan interpersonal mereka. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung, mahasiswa diharapkan dapat lebih mudah mengatasi dampak toxic friendship serta membangun hubungan yang lebih konstruktif dan produktif. Melalui pendekatan yang komprehensif ini, penelitian ini diharapkan tidak hanya mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai toxic friendship, tetapi juga menciptakan strategi yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa secara menyeluruh. Dengan menggabungkan aspek teori, budaya, dan aplikasi praktis, penelitian ini memberikan kontribusi nyata dalam upaya menciptakan lingkungan pertemanan yang positif, mendukung perkembangan individu, dan memperkuat harmoni sosial di lingkungan kampus.

METODE PENELITIAN

Kegiatan Intervensi sosial dilaksanakan di kampus Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Setting penelitian berlokasi di kampus Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, dilakukan secara tertutup yang dilaksanakan di ruang kelas sebagai tempat utama kegiatan intervensi sosial, karena ruang kelas memberikan lingkungan yang kondusif untuk belajar dan berdiskusi secara interaktif. Pemilihan mahasiswa sebagai peserta didasarkan pada observasi awal yang menunjukkan adanya masalah dalam toxic friendship di kalangan mahasiswa, seperti konflik interpersonal, bullying verbal, dan ketergantungan emosional yang tidak sehat. Dalam persahabatan ada dinamika alami yang melibatkan perbedaan pendapat dan pandangan. Perbedaan persepsi, gaya hidup, dan penampilan menyebabkan konflik antar individu (Sejati et al., 2023).

Desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan psikoedukasi, yaitu metode intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman individu mengenai topik yang dibahas. Walsh (2010) menjelaskan bahwa psikoedukasi adalah intervensi yang dapat dilakukan pada individu keluarga, atau kelompok masyarakat yang bertujuan untuk memberikan informasi tentang masalah yang terjadi dalam hidup mereka, membantu mengembangkan sumber-sumber dukungan sosial untuk menghadapi tantangan dan masalah tersebut, serta membantu memperoleh kemampuan untuk mencari solusi (Khofifah et al., 2020). Pendekatan ini berfungsi untuk menyampaikan informasi tetapi juga untuk mengembangkan keterampilan sosial melalui diskusi kelompok dan aktivitas selektif. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Penelitian fenomenologis dilakukan agar dapat menjawab masalah ontologis dengan mempelajari peristiwa kehidupan manusia dari perspektif pikiran dan perilaku masyarakat sebagaimana yang dipahami oleh individu sendiri (Nasir et al., n.d.).

Instrumen dalam penelitian dilakukan dengan cara memberikan pre-test dan post-test yang dirancang untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Pre-test diberikan sebelum dimulainya penyampaian materi untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman awal peserta mengenai topik yang akan dibahas, yaitu toxic friendship dan strategi antisipasinya, sedangkan post-test untuk mengevaluasi efektivitas program dalam meningkatkan pengetahuan mereka.

Setelah sesi intervensi selesai, post-test dilakukan untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta meningkat setelah mendapatkan materi psikoedukasi. Data dari pre-test dan post-test kemudian dibandingkan untuk menilai efektivitas intervensi dalam meningkatkan pengetahuan peserta terkait topik yang dibahas.

Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengukur perubahan tingkat pemahaman peserta secara kuantitatif serta mengevaluasi keberhasilan program intervensi yang telah dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian Faris (2020), toxic friendship ditandai dengan adanya manipulasi emosional, bullying verbal maupun sosial, pengkhianatan kepercayaan, dan ketidakseimbangan dalam memberikan dukungan. Menurut Yager (2006) Toxic friendship atau pertemanan beracun merupakan hubungan pertemanan yang bersifat merusak, tidak sehat, dan satu arah, di mana tidak ada kebersamaan atau kasih sayang yang tulus. Menurut Lahad dan Hoof (2022) toxic friendship dapat diartikan sebagai pertemanan yang mengancam kebahagiaan seseorang dan membawa aura negatif dalam lingkaran pertemanan. Studi (Soekoo, 2020) menemukan bahwa pertemanan yang tidak baik dapat menyebabkan agresi fisik dan non-fisik, sedangkan pertemanan yang baik dapat mengurangi perilaku negatif dan agresif. Selain itu, toxic friendship dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, isolasi sosial, dan hilangnya kepercayaan diri (Aini et al, 2023). Menurut Ibnu Miskawaih dalam Takhzibul al-akhlak (1994) antisipasi dalam berteman memiliki beberapa strategi, yaitu etika dalam berteman dan perlunya kerjasama serta keselarasan.

Berdasarkan pemahaman ini, peneliti melakukan intervensi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Peneliti menggunakan metode intervensi mikro yang berfokus pada individu mahasiswa. Intervensi ini terdiri atas tiga tahapan yaitu pre-test, pemaparan psikoedukasi mengenai toxic friendship dan cara antisipasinya, dan post-test. Pemberian pre-test kepada peserta dilakukan untuk menilai sejauh mana pemahaman peserta mengenai toxic friendship. Hal ini mencakup pemahaman peserta terhadap dampak toxic friendship pada mahasiswa universitas bhayangkara jakarta raya dan strategi antisipasi dalam menciptakan lingkungan pertemanan yang sehat. Peserta menunjukkan pemahaman mendasar seperti yang dikatakan Ica, salah satu peserta, ketika diminta untuk menjelaskan pengetahuannya mengenai toxic friendship menjawab dengan "Hubungan tentang persahabatan yang tidak sehat yang sehingga menimbulkan kerusakan mental psikologis."

Selanjutnya intervensi ini dilakukan dengan melakukan pemaparan psikoedukasi mengenai toxic friendship dan antisipasinya. Peneliti menjelaskan karakteristik toxic friendship yang dapat diidentifikasi melalui beberapa indikator. Peneliti juga memberikan pemahaman mengenai dampak dari toxic friendship yakni korban toxic friendship sering mengalami stres, kecemasan, dan depresi. Selain itu, toxic

friendship dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, isolasi sosial, dan hilangnya kepercayaan diri (Aini et al, 2023). Begitu pula dengan strategi antisipasi yang dapat dilakukan demi memperkuat persahabatan. Etika berteman merupakan cara antisipasi yang dapat dilakukan dengan cara memilih teman dengan bijak, memiliki batasan yang sehat, dan menjalin hubungan baik dengan teman. Selain itu penting juga untuk memiliki kerja sama serta keselarasan sesama teman, seperti saling menguatkan, melengkapi, percaya, dan menjegah terjadinya manipulasi antar sesama. (Satrio Wirayudha et al., n.d.).

Tujuan dari intervensi yang dilakukan adalah memberi pengetahuan lebih mendalam kepada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya mengenai dampak toxic friendship pada mahasiswa universitas bhayangkara jakarta raya dan strategi antisipasi dalam menciptakan lingkungan pertemanan yang sehat. Untuk itu peneliti memberikan post-test pada akhir pemaparan untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta meningkat setelah mendapatkan materi psikoedukasi. Post-test menunjukkan hasil yang positif berdasarkan kemampuan peserta memahami resiko yang terjadi bila terjebak dalam toxic friendship dan menambahkan pengetahuan serta wawasan peserta tentang toxic friendship.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyoroti pentingnya memahami dinamika persahabatan mahasiswa, khususnya terkait fenomena toxic friendship yang semakin relevan di kalangan mahasiswa. Sebagai makhluk sosial, mahasiswa membutuhkan lingkungan pertemanan yang sehat untuk mendukung perkembangan psikososial, akademik, dan emosional mereka. Toxic friendship, yang ditandai dengan manipulasi emosional, kritik berlebihan, serta ketidakseimbangan dukungan, dapat berdampak serius pada kesehatan mental, isolasi sosial, dan penurunan prestasi akademik.

Melalui intervensi psikoedukasi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, peneliti berhasil memberikan pemahaman lebih mendalam tentang toxic friendship serta strategi antisipasinya. Program ini mencakup penyampaian materi mengenai karakteristik, dampak, dan cara menghindari toxic friendship berdasarkan ajaran Ibnu Miskawaih tentang etika berteman dan pentingnya kerja sama serta keselarasan. Pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang pentingnya memilih teman dengan bijak, menjaga batasan sehat, serta membangun hubungan saling mendukung dan menghormati.

Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis yang signifikan. Secara teoritis, temuan ini memperkaya literatur tentang toxic friendship dan pengaruhnya terhadap mahasiswa. Secara praktis, penelitian ini menginspirasi upaya preventif

melalui psikoedukasi dan pembentukan kelompok dukungan yang mampu menciptakan lingkungan pertemanan yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

(Aini et al., n.d.; Amir & Wajdi, 2020; Azmi et al., 2024; Berndt, t. J., n.d.; Jonathan & Alfando, n.d.; Khofifah et al., 2020; Mendelson & Aboud, 1999; Nasir et al., n.d.; Pasya et al., 2024; Satrio Wirayudha et al., n.d.; Sejati et al., 2023)

Aini, N., Pramesthi, A., Cahyani, R., Nindiarto, A. S., Falsafy, D., Indreswari, H., & Malang, U. N. (n.d.). *Psychological Well-Being Siswa SMK yang Berada dalam Kelompok Pertemanan Toxic*.

Amir, M., & Wajdi, R. (2020). Perilaku Komunikasi Toxic Friendship (Studi terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar). *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi (J-KO)*, 2, 93–111.

Azmi, U., Yaqin, A., & Saifuddin, S. (2024). Religiusitas dan Toxic Friendship di Kalangan Peserta Didik. *ISLAMIKA*, 6(4), 1754–1767. <https://doi.org/10.36088/islamika.v6i4.5325>

berndt, t. j. (n.d.).

Jonathan, A., & Alfando, F. (n.d.). Teman dan Persoalan Hubungan Toxic Dalam Pandangan Etika Persahabatan Aristoteles. *Praxis: Jurnal Filsafat Terapan (2022)*, 1(1), 45–58. <https://doi.org/10.11111/moderasi.xxxxxxx>

Khofifah, Mumainnah Ainun, Salsabila A. Ananda, Ridfah Ahmad, & Ismail Ismailandari. (2020). *KesehatanMental dan Pandemi Covid-19*. 1085–1089.

Mendelson, M. J., & Aboud, F. E. (1999). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill friendship questionnaires. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 31(2), 130–132. <https://doi.org/10.1037/h0087080>

Nasir, A., Shah, K., Abdullah Sirodj, R., Win Afgani, M., & Raden Fatah Palembang, U. (n.d.). *Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif*.

Pasya, S. A., Wulandari, H., & Lixia, D. (2024). *35 COMMUNICATION BEHAVIOR IN TOXIC FRIENDSHIP OF COLLEGE STUDENTS AT UNIVERSITAS ISLAM RIAU* (Vol. 1, Issue 1).

Satrio Wirayudha, M., Julizun Azwar, A., & Fikri Rani, Y. (n.d.). *DAMPAK TOXIC FRIENDSHIP DAN STRATEGI ANTISIPASI DALAM KONSEP PERSAHABATAN PERSPEKTIF IBNU MISKAWAIH*.

Sejati, S., Badriyah, L., Afria, E., Bimbingan, J. P., Islam, K., Adab, U., Dakwah, D., Islam, U., Fatmawati, N., & Bengkulu, S. (2023). *Dampak Negatif Perilaku Toxic Friendship dengan Kualitas Pertemanan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu* (Vol. 2, Issue 01). <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa>

LAMPIRAN

Lembar pre-test

PRE-TEST

Nama: Ica
Usia: 18 tahun
Tanggal:

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?
hubungan tentang persahabatan yang tidak sehat yang sehingga melibatkan kerusakan mental psikologis

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?
- tidak menghargai penghargaan orang lain

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?
- Sangat berpengaruh kesehatan mental seseorang dan membuat seseorang menjadi mudah emosi dengan teman-temannya.
- Seseorang juga berpengaruh kurangnya percaya diri dalam mengungkapkan sesuatu

PRE-TEST

Nama: Nur Hafira Putri Rahmat
Usia: 23
Tanggal: 20 November 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?
Persahabatan tidak sehat, penyakit penyakit hati, in / dengki. Dampaknya bisa berupa kesehatan psikologis terganggu.

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?
Dampaknya bisa berupa kesehatan psikologis terganggu, rasa tidak aman, kenakut-akutan, perasaan beres.

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?
Bisa beresiko dan membuat terganggu kelainan, juga marah dan bisa merugikan.

PRE-TEST

Nama: Alisa Anakira
Usia: 19
Tanggal: 29 Nov 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?
Hubungan persahabatan / persahabatan yang tidak sehat dan merusak kesehatan mental seseorang. Dalam hubungan persahabatan / persahabatan yang tidak sehat ini dapat memberikan pengaruh buruk.

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?
Cenderung memperdaya orang lain, stress, Rendah harga diri

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?
Resikonya merusak kesehatan mental, dan terlalu sering membuat ketukaran teman baik.

PRE-TEST

Nama: Agrefina Damayanti Siahaon

Usia: 20

Tanggal: 29 November 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?

hubungan pertemanan yang tidak sehat seperti yang dapat menyebabkan menurunnya rasa percaya diri, dan rasa tidak nyaman.

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?

rasa rendah diri, kebencian pada diri sendiri, rasa takut dan tidak nyaman.

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?

- sulit mendapatkan relasi
- adanya perasaan insecure
- takut mengungkapkan pendapat

PRE-TEST

Nama: Ajiing

Usia: 21

Tanggal: 29 November 2023

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?

toxic friendship adalah suatu hubungan yg tidak sehat atau buruk.

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?

dapat merugikan orang lain dan diri sendiri, merasa psikologis dan dapat juga menyebabkan stress.

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?

dapat diisali orang lain dan susah untuk menjalin relasi.

PRE-TEST

Nama: Tasya Husniy
Usia: 20
Tanggal: 20 November 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?
Toxic friendship hubungan persahabatan / pertemanan yg tidak sehat.

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?
Menyebabkan rendah diri, kebencian, pesimisme, Nlander.

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?
Risiko terbesarnya kesehatan mental menurun, merasa kecewa / pendidikan.

PRE-TEST

Nama: ADINDA FOKHIMATUL FATIHAH
Usia: 20 TAHUN
Tanggal: 20 / 11 / 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?
Toxic friendship → jenis hubungan persahabatan yang tidak sehat dapat merusak kesehatan psikologi seseorang termasuk diri sendiri.

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?
• Tidak dapat menghargai pencapaian orang lain.
• Menganggap diri sendiri paling benar.
• Mencari / selalu mengutamakan keinginan pribadi.

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?
• Sulit mencari teman.
• Upaya mengatasi diri sendiri karena depresi.

PRE-TEST

Nama: Dimas Elfan Nazar N.
Usia: 23 tahun
Tanggal: Jumat, 29 November 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?

- situasi yang ketika dimana kita terlibat dalam suatu hubungan yang buruk dan tidak sehat terhadap orang lain

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?

- cemas
- stress
- depresi
- terancam

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?

- kematian.

PRE-TEST

Nama: Caesa Rinjani
Usia: 19 thn
Tanggal: 29 November 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?

Pertemanan yg tidak sehat, dilakukan secara ilegal
Mabok. free sexs,

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?

terjunjung perogaulan bebas, ikut menjadi toxic,
rendah diri, Psisme, tidak menghargai Pencapaian
orang lain.

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?

Stress, sedih, meragukan diri sendiri
merasa tidak jadi diri sendiri

PRE-TEST

Nama: *Dina Sephin Selwani*
Usia: *22 tahun*
Tanggal: *20 November 2024*

1. Apa yang anda ketahui tentang toxic friendship?
hubungan ga sehat dlm pertemanan

2. Sebutkan yang anda ketahui apa saja dampak dari toxic friendship?
tidak percaya umke kawan lagi

3. Menurut anda apa resiko terbesar dari toxic friendship?
anti sosial atau tidak mau berteman

Lembar post-test

POST-TEST

Nama: Alung
Usia: 21
Tanggal: 29

1. Setelah mengikuti pemaparan materi hal positif apa yang dapat anda ambil?

lebih aware mengenai toxic friendship

2. Setelah mengikuti penyulahan dan pemaparan materi hari ini apakah anda sudah memahami resiko yang apa terjadi jika anda terjebak dari toxic friendship?

sudah sangat memahami dan jika saya merasa sama sudah tau bagaimana cara mengatasinya.

3. Setelah mengikuti pemaparan materi hari ini, apakah menambah pengetahuan dan wawasan anda tentang toxic friendship? Mengapa?

Ya, wawasan saya bertambah dan menjadi lebih aware

POST-TEST

Nama: Tanya Hanany
Usia: 20
Tanggal: 29 November 2024

1. Setelah mengikuti pemaparan materi hal positif apa yang dapat anda ambil?

Hal positifnya kesadaran diri yg lebih baik membantu mengidentifikasi batasan diri yg perlu dijaga dan setiap hubungan.

2. Setelah mengikuti penyulahan dan pemaparan materi hari ini apakah anda sudah memahami resiko yang apa terjadi jika anda terjebak dari toxic friendship?

sudah. dari pemaparan materi tsb resiko nya adalah sebagai kepercayaan diri menurun dan resiko lainnya maka dari itu perlu menghindari toxic friendship.

3. Setelah mengikuti pemaparan materi hari ini, apakah menambah pengetahuan dan wawasan anda tentang toxic friendship? Mengapa?

menambah, karena dari materi tsb kita jadi tau bahaya s.kat yg perlu dicegah di toxic friendship.

POST-TEST

Nama: ADINDA RDEHIMATUL FATIHAH
Usia: 20 TAHUN
Tanggal: 29 / 11 / 2024

1. Setelah mengikuti pemaparan materi hal positif apa yang dapat anda ambil?

- Mengetahui tentang toxic friendship.
- Menambah ilmu tentang bahaya pertemanan yang tidak sehat

2. Setelah mengikuti penyulahan dan pemaparan materi hari ini apakah anda sudah memahami resiko yang apa terjadi jika anda terjebak dari toxic friendship?

- sudah, materi sudah sangat jelas.

3. Setelah mengikuti pemaparan materi hari ini, apakah menambah pengetahuan dan wawasan anda tentang toxic friendship? Mengapa?

- Iya, karena menjadi lebih aware soal pertemanan.

POST-TEST

Nama: Dimas Elfan Nazar N
Usia: 23 Tahun
Tanggal: Jumat, 29 November 2024

1. Setelah mengikuti pemaparan materi hal positif apa yang dapat anda ambil?

berfikir sehat

2. Setelah mengikuti penyulahan dan pemaparan materi hari ini apakah anda sudah memahami resiko yang apa terjadi jika anda terjebak dari toxic friendship?

- Sangat terbantu apa langkah yang harus saya lakukan

3. Setelah mengikuti pemaparan materi hari ini, apakah menambah pengetahuan dan wawasan anda tentang toxic friendship? Mengapa?

- hati-hati pilih teman!

POST-TEST

Nama: Caesa Rinjani
Usia: 19 thn
Tanggal: 29 November 2021

1. Setelah mengikuti pemaparan materi hal positif apa yang dapat anda ambil?

Memperluas relasi positif, mencegah dampak positif

2. Setelah mengikuti penyulahan dan pemaparan materi hari ini apakah anda sudah memahami resiko yang apa terjadi jika anda terjebak dari toxic friendship?

Paham

3. Setelah mengikuti pemaparan materi hari ini, apakah menambah pengetahuan dan wawasan anda tentang toxic friendship? Mengapa?

Iya, bisa menjaga batasan yg sehat, memilih teman yg baik / positif untuk diri sendiri

POST-TEST

Nama: Ds
Usia: 27
Tanggal: 29 Nov 2024.

1. Setelah mengikuti pemaparan materi hal positif apa yang dapat anda ambil?

caranya: jangan hilangkan kebaruan ~~terjadi~~ dalam toxic friendship

2. Setelah mengikuti penyulahan dan pemaparan materi hari ini apakah anda sudah memahami resiko yang apa terjadi jika anda terjebak dari toxic friendship?

Sudah

3. Setelah mengikuti pemaparan materi hari ini, apakah menambah pengetahuan dan wawasan anda tentang toxic friendship? Mengapa?

tentunya menambah ~~ke~~ pengetahuan dan strategi untuk mencegah terjadinya toxic friendship.

donna sephia