

## **TOXIC FRIENDSHIP DAN SELF ESTEEM SISWA**

<sup>1</sup>Riska Ulfiani, <sup>2</sup>Sari Wardani, <sup>3</sup>Nurul Hasanah

<sup>1</sup>Mahasiswa STKIP Budidaya Binjai

[riskaulfiani379@gmail.com](mailto:riskaulfiani379@gmail.com)

<sup>2</sup>Dosen STKIP Budidaya Binjai

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

<sup>3</sup>Dosen STKIP Budidaya Binjai

[nurul.psikologi07@gmail.com](mailto:nurul.psikologi07@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Toxic Friendship Terhadap Self Esteem*. Penelitian ini dilakukan di SMPIT Al Falah Kutalimbaru. Metode penelitian ini menggunakan teknik non tes yaitu berupa kuesioner (angket). Sampel penelitian ini berjumlah 88 siswa kelas VIII SMPIT Al Falah Kutalimbaru. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara random. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *toxic friendship* terhadap *self esteem* siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru, hal ini ditunjukkan dari hasil  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $74,664 > 1,666$ ) dan  $p = 0,000$ . Selanjutnya berdasarkan hasil uji pengaruh variabel diperoleh nilai R Square diperoleh hasil sebesar 0,985 (98,5%). Hal ini menunjukkan bahwa *toxic friendship* memiliki pengaruh terhadap *self esteem* sebesar 98,5%. Sedangkan 1,5 % dipengaruhi oleh faktor lainnya.

**Kata kunci :** *Toxic Friendship, Self Esteem, Siswa*

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of toxic friendship on self-esteem. This research was conducted at SMPIT Al Falah Kutalimbaru. This research method uses a non-test technique in the form of a questionnaire (questionnaire). The sample of this research was 88 students of class VIII SMPIT Al Falah Kutalimbaru. The sampling technique was carried out randomly. The results showed that there was an influence of toxic friendship on the self-esteem of SMPIT Al Falah Kutalimbaru students, this was shown from the results of  $t_{count} > t_{table}$  ( $74.664 > 1.666$ ) and  $p = 0.000$ . Furthermore, based on the results of the variable influence test, the R Square value obtained was 0.985 (98.5%). This shows that toxic friendship has an influence on self-esteem of 98.5%. While 1.5% is influenced by other factors.*

**Keywords :** *Toxic Friendship, Self Esteem, Student*

## **I. PENDAHULUAN**

Siswa Menengah Pertama (SMP) atau dapat dikatakan remaja harus dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya dengan baik, hal ini dikarenakan akan berpengaruh pada perkembangannya selanjutnya. Menurut Boeree (2016) perkembangan psikologis pada remaja yang harus diperhatikan yaitu perkembangan sosio dan emosi (*self esteem*) karena merupakan kebutuhann dasar pada

individu yang akan merubah sikap, karena kebutuhan *self esteem* jika tidak terpenuhinya maka akan sangat menyulitkan individu tersebut untuk mencapai suatu kebutuhan tingkat tinggi, yaitu kebutuhan aktualisasi diri.

*Self esteem* adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik yaitu berupa penilaian negatiff maupun positif yang menghasilkan perasaan yang sangat sangat berharga, selain itu juga kemampuan untuk

dapat memahami apa yang dilakukannya (Andri & Savira, 2018; Refnadi, 2018). Dimana diharapkan bahwa individu dapat mempunyai *high self esteem*, agar terindar dari segala permasalahan-permasalahan mental.

Tetapi dapat dilihat pada kenyataannya tidak semua individu mempunyai *high self esteem*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Destriana, Rahayu, & Khasanah (2017) menunjukkan sebagian siswa masih mengalami *self esteem* yang rendah hal ini disebabkan oleh kurang penerimaan dari teman sebaya, seperti siswa tidak disukai temannya.

*Self esteem* sangat penting pada individu, karena akan timbulnya rasa penghargaan diri siswa tersebut seperti mendapatkan pengakuan dari orang-orang banyak mempunyai pengakuan dari dirinya sendiri, (Nurhasanah, Hidayat, & Mulyani, 2019). Individu yang didalam dirinya memiliki *self esteem* tinggi akan menumbuhkan rasa percaya diri, dimana siswa memiliki rasa yakin, memiliki rasa berguna, serta selalu berpikir positif, (Pamungkas, Setiani, Pudjiastuti, 2017). *Self esteem* akan dapat akan membuat seseorang hidupnya akan bermanfaat bukan hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga bermanfaat untuk banyak orang lain disekitar lingkungannya (Alfina & Awalya, 2021).

*Self esteem* juga akan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelaminnya, intelegensi seseorang, kondisi fisiknya, lingkungan pada keluarga, dan lingkungan sosialnya. (Ghufron dan Risnawita, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial juga memberikan peran penting untuk membetuk *self esteem* siswa. Sebagai manusia kita terlahir untuk dapat menjadi manusia yang dapat bersosial, dapat membangun rasa cinta kepada sesama teman dengan memperlakukannya secara baik tetapi memang hal tersebut tidaklah mudah untuk dilakukan.

Selanjutnya berdasarkan hasil wawancara pada siswa di SMPIT Al Falah Kutalimbaru menunjukkan bahwa siswa memiliki *self esteem* yang rendah dikarenakan adanya *toxic friendship* seperti siswa suka menyendiri karena sering dibully, siswa sering melamun, dikarenakan tidak adanya teman di sekolah, siswa sering tidak fokus dalam belajar karena selalu diganggu teman, dan siswa selalu mudah menyerah karena tidak adanya dukungan dari teman.

Persahabatan (*friendship*) dapat memberikan pengaruh terhadap *self esteem* individu (Putri, 2016). Persahabatan (*friendship*) adalah hubungan yang sangat deka antara seseorang dengan yang lainnya. Teman akan berdampak pada sikap dan gaya hidup seseorang. Dimana akan membawa kebaikan ataupun keburukan pada saat yang bersamaan. Artinya, jika kita seseorang berteman dengan seseorang yang baik maka kita juga akan menjadi orang yang baik pula, begitu terpengaruh untuk juga sebaliknya (Dariyo, 2004: 47).

Dengan teman kita dapat memperoleh informasi yang tidak didapat di dalam keluarga, tempat menambah kemampuan dan tempat kedua setelah keluarga yang mengarahkan dirinya menuju perilaku yang baik serta memberikan masukan (koreksi) terhadap kekurangan yang dimilikinya, tentu saja akan membawa dampak positif bagi remaja yang bersangkutan (Simarmata, Karo, 2018).

Pertemanan yang beracun tentunya akan melukai kita secara emosional dibandingkan membantu diri kita. Ia akan berdampak pada stres, rasa kesedihan, dan kecemasan, (Bonior, 2012: 26). *Toxic friendship* akan menyebabkan pada rasa trauma yang mendalam dan nantinya akan menyebabkan individu tersebut sulit untuk percaya bahwa seorang teman yang baik

itu tidak pernah ada padahal individu akan sangat mengharapkan tempat yang dapat membuat dirinya merasa nyaman membutuhkan tempat nyaman untuk mengungkapkan perasaannya selain keluarganya sendiri yaitu temannya.

Maka dari itu kita harus bisa menjaga pertemanan dengan baik, saling menghargai dan berusaha untuk menjaga perasaannya dan tidak menyinggung perasaannya. Karena dengan seperti itu akan tercipta suatu hubungan pertemanan yang sehat nantinya.

## II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VII, VIII & IX siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru Tahun Ajaran 2022/2023. Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Instrumen pengumpulan data yaitu berupa angket. Sampel penelitian yaitu siswa kelas VII, VIII & IX berjumlah 88 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *random sampling*.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dari penelitian ini yaitu diketahui bahwa terdapat pengaruh *toxic friendship* terhadap *self esteem* siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru. Hal ini ditunjukkan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $74,664 > 1,666$ ) dan  $p = 0,000$ . Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

t	Sig
8.746	.000
74.664	.000

Hasil R Square juga menunjukkan bahwa variabel independent (*toxic friendship*) memiliki pengaruh terhadap variabel dependent (*self esteem*) sebesar 98,5%.

Sedangkan 1,5 % dipengaruhi oleh faktor lainnya. Hasil R Square dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini

Tabel 2. Hasil Uji R Square

No	R Square
1	.985

Dengan adanya penelitian menunjukkan bahwa memang *toxic friendship* ini harus mendapat perhatian khusus agar tidak mempengaruhi banyak siswa nantinya. Penelitian yang sama dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan oleh Wajdi (2021) tentang “Perilaku Komunikasi *Toxic Friendship* Dengan Teman Sebaya (Studi Pada Mahasiswa Fisipol Angkatan 2015-2016 Universitas Muhammadiyah Makassar)”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap komunikasi *toxic friendship* atau dapat dikatakan pertemanan yang tidak baik yang dialami pada mahasiswa Fisipol angkatan tahun 2015 sampai 2016 mendapatkan rata-rata bentuk sikap *Toxic friendship* yang paling banyak dialami oleh mahasiswa-mahasiswa adalah sebagai pengkritik dan tidak ada empati kepada teman sendiri.

Hal tersebut sangatlah disayangkan padahal teman memiliki pengaruh yang sangat besar dalam memberikan kontribusi bagi perkembangan diri individu lainnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Wajdi (2021) juga menunjukkan bahwa adapun dampak dari *toxic friendship* diantaranya adanya rasa kompetisi berlebih, kecemburuan, balas dendam, kemarahan, penghinaan, 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 sebuah penelitian dilakukan oleh Wulansari (2021) tentang pengaruh gaya kedekatan pertemanan terhadap self esteem pada diri remaja yang berada di sebuah panti asuhan. Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa secara ada pengaruh positif antara gaya kedekatan persahabatan individu dengan harga dirinya, serta ada juga dampak negatif antara gaya kedekatan pertemanan dengan self esteem pada remaja yang berada di panti asuhan tersebut. Artinya seseorang harus memperhatikan bahwa pertemanan itu juga memiliki kontribusi yang sangat penting bagi self esteemnya, maka menjaga persahabatan yang baik juga perlu ditanamkan.

Pertemanan yang beracun (*toxic friendship*) tentunya akan memberikan luka secara emosional dibandingkan membantu kita dalam mengembangkan pribadi kita. Ia akan menimbulkan rasa stres, kesedihan yang mendalam, atau kecemasan yang berlebihan, (Bonior, 2012: 26). Sehingga hal ini akan mempengaruhi *self esteem* kita, jika seseorang tidak mampu menghindar dari pertemanan yang tidak baik ini maka hal 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.

Melihat paparan di atas jelaslah bahwa dampak *toxic friendship* sangatlah buruk, maka dari itu siswa harus mempunyai self esteem yang baik. Individu harus yang memiliki *self esteem* tinggi akan tumbuh rasa percaya diri yang tinggi, yakin dengan apa yang ia jalani, dan rasa berguna, serta selalu berpikir positif, kedepan (Pamungkas, Setiani, Pudjiastuti,

2017). Oleh sebab itu *self esteem* yang sangat tinggi sangat dibutuhkan untuk mendukung kehidupannya seseorang agar menjadi yang lebih baik lagi, selain itu dengan memiliki *self-esteem* yang tinggi juga akan mendorong seseorang dalam mengambil sikap dan lebih bijaksana. Sehingga hal tersebut akan memberikan manfaat bagi orang lain (Alfina & Awalya, 2021).

#### IV. KESIMPULAN

Penelitian di atas dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh dari *toxic friendship* terhadap self esteem siswa SMPIT Al Falah Kutalimbaru. Hal ini ditunjukkan thitung > ttabel (74,664 > 1,666) dan  $p = 0,000$ . Selanjutnya berdasarkan hasil uji pengaruh variabel diperoleh nilai R Square diperoleh hasil sebesar 0,985 (98,5%). Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan model regresi, dimana variabel independent (*toxic friendship*) memiliki pengaruh terhadap variabel dependent (*self esteem*) sebesar 98,5%. Sedangkan 1,5 % dipengaruhi oleh faktor lainnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

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

Bonior, A. (2012). *What Does A Healthy Relationship Look Like?*. Psychologytoday

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.

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

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.

Putri, A. (2016). *Hubungan Antara Persahabatan dengan Self Esteem*. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

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

Simarmata, S.W & Karo-Karo, F.I. (2018). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Menyimpang Siswa Kelas X Smk Swasta Satria Binjai Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal ANSIRU PAI*. Vol 3, No 1. Hal 63-72.

Wajdi, R. (2021). *Perilaku Komunikasi Toxic Friendship Dengan Teman Sebaya (Studi pada Mahasiswa Fisipol angkatan 2015-2016 Universitas Muhammadiyah Makassar)*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Makassar.

Wulansari. O (2021). Pengaruh Gaya Kelekatan Persahabatan Terhadap

Harga Diri (*Self Esteem*) Pada Remaja Panti Asuhan. Tesis. Universitas Muhammadiyah Malang.

