

ABSTRAK

HUBUNGAN TOXIC FRIENDSHIP DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA SISWA SMAN 1 BANGSAL

Oleh: Alif Rachmandani Prambudi

Toxic friendship merupakan hubungan pertemanan yang tidak sehat dan dapat memberikan dampak negatif terhadap kondisi psikologis seseorang. Remaja sebagai kelompok usia yang sedang berada pada masa transisi memiliki kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental akibat tekanan sosial, termasuk hubungan pertemanan yang bersifat toksik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara toxic friendship dengan kesehatan mental pada siswa SMAN 1 Bangsal. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 271 siswa SMAN 1 Bangsal. Teknik sampling yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling*, sehingga diperoleh sampel sebanyak 271 responden. Variabel penelitian meliputi toxic friendship sebagai variabel independen dan kesehatan mental sebagai variabel dependen. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Friendship Quality Scale untuk mengukur toxic friendship dan Mental Health Inventory-38 (MHI-38) untuk mengukur kesehatan mental. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman's rho dengan bantuan SPSS versi 21. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat toxic friendship kategori sedang sebanyak 106 siswa (39,1%) dan sebagian besar responden memiliki kesehatan mental kategori baik sebanyak 111 siswa (41,0%). Hasil uji Spearman's rho diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,030$ ($\alpha < 0,05$) dengan correlation coefficient $-0,132$, sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara toxic friendship dengan kesehatan mental pada siswa SMAN 1 Bangsal. Nilai koefisien korelasi menunjukkan keeratan hubungan yang sangat rendah dengan arah hubungan negatif, yang berarti semakin tinggi tingkat toxic friendship maka semakin rendah kesehatan mental yang dialami siswa. Hubungan pertemanan yang tidak sehat, seperti manipulasi, tekanan emosional, dan kurangnya dukungan sosial, dapat meningkatkan stres psikologis sehingga berdampak pada penurunan kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, pembentukan hubungan pertemanan yang sehat serta dukungan dari keluarga dan sekolah diperlukan untuk menjaga kesehatan mental siswa.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Siswa, Toxic Friendship.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN TOXIC FRIENDSHIP AND MENTAL HEALTH AMONG STUDENTS AT SMAN 1 BANGSAL

By: Alif Rachmandani Prambudi

Toxic friendship is an unhealthy interpersonal relationship that can negatively affect an individual's psychological well-being. Adolescents, as individuals undergoing a transitional stage of development, are particularly vulnerable to mental health problems due to social pressures, including toxic friendships. This study aimed to determine the relationship between toxic friendship and mental health among students at SMAN 1 Bangsal. This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The population consisted of 271 students at SMAN 1 Bangsal. The sampling technique used was proportionate *Stratified Random Sampling*, resulting in a sample of 271 respondents. The independent variable was toxic friendship, while the dependent variable was mental health. Data were collected using the Friendship Quality Scale to measure toxic friendship and the Mental Health Inventory-38 (MHI-38) to assess mental health. Data were analyzed using the Spearman's rho test with SPSS version 21. The results showed that the majority of respondents had a moderate level of toxic friendship, with 106 students (39.1%), and most respondents had good mental health, with 111 students (41.0%). The Spearman's rho test yielded a p-value of 0.030 ($\alpha < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.132, indicating that H_0 was rejected. This means that there is a significant relationship between toxic friendship and mental health among students at SMAN 1 Bangsal. The correlation coefficient indicated a very weak negative relationship, suggesting that the higher the level of toxic friendship experienced by students, the greater the likelihood of mental health problems. Unhealthy friendships characterized by manipulation, emotional pressure, and a lack of social support may increase psychological stress, thereby negatively affecting adolescents' mental health. Therefore, fostering healthy friendships and strengthening support from families and schools are essential to maintaining students' mental well-being.

Keywords: Mental Health, Students, Toxic Friendship.