

GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Volume 09, Nomor 02
Tahun 2026
E-ISSN: 2614-3585

DOI: 1033627

Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir *Toxic Friendship* di MTs Negeri 1 Temanggung

Guidance And Counseling Teachers' Efforts In Minimized Toxic Friendship At MTs Negeri 1 Temanggung

Ulil Hidayah[1], Wahidin [2], Muhammad Burhanul Khaq[3]

UIN Salatiga
Email: Ulilhida13@gmail.com

Abstrak: *Studi ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk, penyebab, dan dampak persahabatan toxic, serta upaya dan hambatan guru bimbingan dan konseling (BK) dalam meminimalkannya di MTs Negeri 1 Temanggung. Temuan menunjukkan bahwa persahabatan toxic muncul sebagai sarkasme timbal balik di kelas, pengucilan dari kelompok sebaya, perkelahian yang timbul dari kesalahpahaman, ejekan, ancaman, dan unggahan sarkastik di media sosial, termasuk saluran WhatsApp yang menargetkan satu siswa. Menurut guru BK, faktor penyebab yang dirasakan adalah pola pengasuhan yang keras di rumah dan riwayat perilaku sejak sekolah dasar yang terus diingat oleh teman sebaya. Dampaknya meliputi penarikan diri, kemurungan, kecemasan, keengganan untuk bersekolah, permintaan untuk pindah kelas atau sekolah, dan berkurangnya fokus belajar. Upaya pencegahan meliputi sosialisasi anti-perundungan selama masa orientasi sekolah (MATSAMA) dan bimbingan kelas selama jam istirahat. Upaya kuratif yang dilaporkan oleh guru BK meliputi konseling kelompok menggunakan Terapi Perilaku Kognitif (CBT), konseling individu untuk korban, dan koordinasi dengan guru wali kelas. Hambatannya adalah tidak adanya jam bimbingan kelas yang terjadwal, yang membuat layanan bergantung pada laporan, dan orang tua yang cenderung memihak anak-anak mereka. Kesimpulannya, persahabatan toxic di sini tumpang tindih dengan perundungan, dan layanan tetap bersifat reaktif. Sekolah harus menjadwalkan jam bimbingan kelas, menyediakan saluran pelaporan yang aman untuk deteksi dini, dan memperkuat kemitraan orang tua.*

Kata Kunci*: persahabatan toxic; guru bimbingan dan konseling; konseling kelompok; madrasah tsanawiyah*

Abstract: *This study aims to describe the forms, causes, and impacts of toxic friendship, as well as the efforts and obstacles of guidance and counseling (BK) teachers in minimizing it at MTs Negeri 1 Temanggung. The findings show that toxic friendship appears as mutual sarcasm in class, exclusion from peer groups, fights arising from misunderstandings, teasing, threats, and sarcastic*

posts on social media, including a WhatsApp channel targeting one student. According to the BK teacher, perceived contributing factors are harsh parenting at home and behavioral history since elementary school that peers continue to remember. The impacts include withdrawal, gloominess, anxiety, reluctance to attend school, requests to change class or school, and reduced focus on learning. Preventive efforts include anti-bullying socialization during the school orientation period (MATSAMA) and classroom guidance during free periods. Curative efforts reported by the BK teacher include group counseling using Cognitive Behavior Therapy (CBT), individual counseling for victims, and coordination with homeroom teachers. The obstacles are the absence of scheduled classroom hours, which makes services dependent on reports, and parents who tend to side with their children. In conclusion, toxic friendship here overlaps with bullying, and services remain reactive. Schools should schedule classroom guidance hours, provide safe reporting channels for early detection, and strengthen parent partnerships.
***Keywords**: toxic friendship*; guidance and counseling teacher; group counseling; Islamic junior high school

PENDAHULUAN

Hubungan *toxic* adalah hubungan yang tidak seimbang dan merusak kesehatan mental salah satu pihak, sehingga satu pihak dominan sementara pihak lain menjadi korban yang dirugikan (Riani, 2021). Solferino & Tessitore (2021) menekankan bahwa hubungan seperti ini bisa menyebar ke dalam lingkaran sosial, sehingga dampaknya juga dirasakan oleh orang-orang di sekitarnya. Banyak orang tidak menyadari bahwa mereka sedang berada dalam sebuah hubungan yang buruk sampai akibatnya mulai terasa. Survei yang dihimpun Rizaty (2023) menunjukkan bahwa 44,3% responden dalam populasi umumnya pernah mengalami hubungan tidak sehat dengan teman sebaya, 64,3% dengan pasangan, dan 25,5% dengan rekan kerja. Putri & Komalasari (2025) menemukan bahwa *toxic friendship* dapat meninggalkan pengalaman trauma psikologis pada individu, dengan pemicu seperti pengkhianatan, ejekan dan pengucilan. Data tersebut menunjukkan bahwa pertemanan yang tidak sehat bukan pengalaman yang cukup asing, dan dapat dialami pelajar. Beberapa penelitian pada siswa SMP menunjukkan bahwa pengalaman pertemanan yang tidak sehat, seperti sering dikritik atau dijauhi teman, dialami oleh sebagian siswa, misalnya penelitian di SMP Negeri 1 Lilirilau, Soppeng yang mengaitkan harga diri dan resiliensi siswa korban *toxic relationship* (Sulfianti & Aryani, 2024). Temuan tersebut belum dapat digeneralisasi ke semua sekolah, sehingga diperlukan kajian kontekstual di sekolah yang bersangkutan.

Dampak *toxic friendship* pada pelajar tampak pada aspek akdemik maupun psikologis. Aini et al. (2023) melaporkan bahwa gangguan konsentrasi belajar, kesulitan mempertahankan perhatian, serta menurunnya semangat belajar terus muncul pada siswa SMK. Fadhilla & Siregar (2024) menambahkan bahwa dampaknya tidak hanya memengaruhi masalah emosional, tetapi juga perilaku remaja secara keseluruhan. Karena itu, upaya meminimalisir *toxic friendship* di sekolah memerlukan penanganan yang sistematis dan melibatkan berbagai pihak, dengan guru bimbingan dan konseling (BK) memegang peran strategis. Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 (Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2014) menempatkan layanan BK sebagai upaya membantu murid berkembang secara optimal, yang dijalankan antara lain melalui layanan informasi,

bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling perorangan, dan mediasi. Permana (2020) serta Wahyuni & Iswari, (2022) juga menegaskan peran guru BK dalam meningkatkan motivasi dan semangat belajar siswa. Di madrasah, guru BK juga bertanggung jawab secara langsung dalam pengembangan moral dan penanaman nilai-nilai kepada siswa (Maisarah, 2025). Sebagai lembaga pendidikan berlandaskan agama, madrasah tsanawiyah tidak hanya mengajarkan mata pelajaran akademik, tetapi juga membentuk karakter dan sikap mental siswa. Husniah (2023) melaporkan bahwa konseling individual membantu siswa menghadapi dampak hubungan toxic, dan Indah (2021) mengatakan bahwa konseling kelompok membantu remaja dalam memutuskan hubungan yang tidak sehat.

Berdasarkan observasi awal dan wawancara singkat dengan guru BK terdapat beberapa siswa di MTs Negeri 1 Temanggung yang terindikasi *toxic friendship*, baik sebagai korban maupun sebagai siswa yang berperilaku *toxic*. Catatan BK menunjukkan dua kasus yang sampai melibatkan orang tua, yaitu pada tahun 2025 dan 2026, sedangkan konflik kecil lainnya dapat diselesaikan tanpa melibatkan orang tua (D: buku catatan kasus). Sejauh penelusuran peneliti, data resmi mengenai jumlah siswa madrasah tsanawiah yang mengalami *toxic friendship* belum tersedia, baik di tingkat nasional maupun di lokasi penelitian. Kondisi ini menunjukkan perlunya kajian ilmiah untuk memahami bentuk masalah, faktor yang dipersepsikan berkontribusi, dampaknya bagi siswa, serta praktik dan hambatan layanan BK dalam konteks madrasah. Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa pertemanan *toxic* berkaitan dengan gangguan kosentrasi belajar serta masalah emosional dan perilaku remaja (Aini et al, 2023) dan (Fadhilla & Siregar, 2024). Dan bahwa konseling individual maupun kelompok dilaporkan membantu siswa atau remaja yang mengalami hubungan tidak sehat (Husniah, 2023) dan (Indah, 2021). Peran guru BK dalam menangani *toxic friendship* juga telah dikaji pada jenjang SMP (Noffiyanti, 2024). Namun, kajian tersebut belum menggambarkan rangkaian upaya preventif dan kuratif guru BK dalam konteks madrasah tsanawiyah, dan belum menyandingkan keterangan guru BK dengan pengalaman siswa yang menjadi korban toxic friendship. Penelitian ini memotret rangkaian upaya guru BK secara menyeluruh, dari pencegahan hingga penanganan, pada konteks madrasah tsanawiyah. Tujuannya adalah mendeskripsikan bentuk, faktor yang dipersepsikan berkontribusi, dan dampak *toxic friendship* sebagaimana dipahami guru BK dan siswa, serta upaya dan hambatan guru BK dalam meminimalisirnya di MTs Negeri 1 Temanggung.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi (Creswell & Poth, 2018). Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan memahami secara mendalam makna pengalaman siswa yang menjadi korban perilaku *toxic*, serta upaya guru BK dalam menangani *toxic friendship* pada konteks nyata di satu lembaga, yaitu MTs Negeri 1 Temanggung. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September hingga Oktober 2026.

Informan penelitian terdiri atas satu guru BK sebagai informan utama dengan jenis kelamin perempuan, dan merupakan guru bk di MTsN 1 Temanggung. Kemudian informan lain yaitu dua siswa yang terlibat dalam kasus *toxic friendship*. Informan utamanya adalah guru BK (inisial MK) yang dipilih secara *purposive* karena terlibat langsung dalam layanan BK dan penanganan kasus *toxic friendship* di madrasah. Informan siswa berjumlah dua orang, yaitu siswa yang menjadi korban dari perilaku *toxic*, yang dipilih secara purposive berdasarkan rekomendasi guru BK dan keterlibatan langsung dalam kasus.

Berdasarkan sumbernya, data primer diperoleh langsung dari informan melalui wawancara dan observasi, sedangkan data sekunder berasal dari dokumen pendukung seperti catatan bimbingan dan konseling serta literatur yang relevan (Sugiyono, 2019). Wawancara dengan siswa dilakukan setelah memperoleh izin dari guru BK dan dilakukan sesuai kesediaan siswa. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dengan guru BK dan siswa, observasi, dan dokumentasi. Kutipan data diberi kode W (wawancara), O (observasi),

dan D (dokumentasi) disertai tanggal pengambilan data. Kutipan waawancara guru BK diberi kode W-GBK, sedangkan kutipan wawancara siswa diberi kode W-A, W-D.

Pedoman wawancara semi-terstruktur memuat pokok pertanyaan tentang bentuk, faktor yang dipersepsikan berkontribusi, dan dampak *toxic friendship*, serta upaya dan hambatan layanan BK. Observasi diarahkan pada interaksi siswa di kelas, dokumentasi berupa catatan kasus BK. Pelaksanaan wawancara dilakukan dengan catatan lapangan dan perekaman suara.

Analisis data dilakukan melalui tahapan: (1) membaca berulang transkrip wawancara, catatan observasi, dan dokumen, (2) memberi kode pada satuan makna, (3) membandingkan keterangan antar informan dan antar sumber data, dan (4) menafsirkan tema berdasarkan pertanyaan penelitian (Braun, & Clarke, 2022). Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber kepada informan (Sugiyono, 2019). Penelitian dilaksanakan dengan izin madrasah dan persetujuan informan. Identitas informan serta siswa yang disebutkan dalam kasus dirahasiakan melalui penggunaan inisial. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan keterangan guru BK dan siswa yang menjadi korban, dengan data observasi dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini disajikan berdasarkan keterangan guru BK (MK) dan dua siswa informan, yaitu siswa yang menjadi korban *toxic friendship*. Mengenai bentuk toxic friendship di MTs Negeri 1 Temanggung, guru BK menyampaikan bahwa terdapat beberapa murid yang terindikasi *toxic friendship,* Ciri yang terindikasi berupa saling menyindir saat di kelas, salah satu murid yang tidak memperoleh kelompok pertemanan (*circle*) sehingga dikucilkan, kesalahpahaman yang berakhir perkelahian, serta sindiran melalui media sosial. Guru BK setempat juga menegaskan adanya kasus ketika murid membuat saluran Whats App untuk menyindir satu murid sebagai sasaran (W-GBK, 28 September 2026). Siswa W-A dalam wawancara juga mengatakan "Temenku suka jelek-jelekin aku dibelakang, dan dia suka ngancem pas ada kejadian tertentu supaya aku gak ngaduin ke orang tuaku" (W-A, 08 Oktober 2026). Siswa W-D juga mengatakan "Di kelas saya suka di ejek sama teman-teman menggunakan nama bapak saya sebagai bahan candaan mereka" (W-D, 10 Oktober 2026). Keterangan tentang saluran WhatsApp yang dibuat khusus untuk menyasar satu siswa juga disampaikan oleh W-A, yang mengatakan "saya pernah di sindir di saluran bahkan story Whats App pada saat itu" (W-A, 08 Oktober 2026).

Guru BK menyebutkan bahwa salah satu faktor penyebab munculnya perilaku *toxic friendship* pada murid adalah faktor keluarga. Menurut guru BK salah satu murid yang terindikasi berperilaku *toxic* kerap dibentak dan dikasari oleh orang tuanya di rumah, dan perlakuan tersebut diterapkan pula kepada teman-temannya karena di anggap hal biasa. Akibatnya, menurut guru BK, murid tersebut dipandang toxic oleh teman-temannya. Guru BK juga menjelaskan bahwa perilaku itu tidak berhenti begitu saja. Ketika individu sudah terindikasi *toxic* sejak SD dan melanjutkan ke jenjang berikutnya bersama teman yang sama, maka temannya juga akan mengingat perilakunya di masa SD dulu dan tetap memperlakukannya dengan sama (W-GBK, 28 September 2026). Riwayat perilaku sejak SD juga disampaikan oleh W-A, yang mengatakan "dia temanku dari SD, dan beberapa bulan yang lalu kejadiannya terulang kembali" (W-A, 08 Oktober 2026).

Selain itu, reputasi lama yang terus diingat teman-teman menunjukkan adanya stigma yang berpotensi menyulitkan siswa membangun relasi baru. W-A juga mengatakan" dia temanku dari SD, dan beberapa bulan yang lalu kejadiannya terulang kembali"(W-A, 08 Oktober 2026). Menurut guru BK, korban *toxic friendship* umumnya dijauhi teman-temannya dan berakhir menyendiri, kemudian menjadi murung dan enggan untuk masuk sekolah. Apabila tidak teratasi, siswa dapat meminta pindah kelas bahkan pindah sekolah. Keterangan ini sejalan dengan pernyataan W-A dalam wawancara "pada saat itu saya merasa enggan untuk berangkat ke sekolah dan sampai beberapa kali izin ke wali kelas" (W-A, 08 Oktober

2026). Dari sisi prestasi, siswa yang terlibat cenderung tidak fokus belajar karena perhatiannya tertuju pada masalah yang dihadapi. Madrasah tercatat memiliki dua kasus *toxic friendship* yang sampai melibatkan orang tua, yaitu pada tahun 2025 dan 2026, sementara konflik kecil lainnya di kelas dapat diselesaikan tanpa melibatkan orang tua (W-GBK, 28 September 2026), (D: Buku catatan kasus). Tidak semua dampak dialami oleh siswa. W-A mengatakan bahwa "saya merasa cemas dan mood berkurang tapi saya tidak berkeinginan untuk dendam dan marah ke dia, saya malah terinspirasi untuk mengubah sifat saya agar menjadi lebih baik lagi" (W-A, 08 Oktober 2026).

Bentuk *toxic friendship* yang ditemukan, yaitu sindiran, pengucilan, ejekan, ancaman, dan perkelahian akibat kesalahpahaman, sejalan dengan temuan (Putri, S., & Komalasari, 2025) bahwa pengkhianatan, ejekan, dan pengucilan oleh teman dapat berkaitan dengan trauma psikologis. Hanipah et al, (2026) menyebut manipulasi, kontrol berlebihan, kecemburuan, dan rendahnya empati sebagai ciri hubungan *toxic*, tetapi kajian tersebut dilakukan pada mahasiswa sehingga kesamaannya dengan temuan di madrasah perlu dibaca hati-hati. Solferino & Tessitore (2021) menggambarkan bahwa hubungan *toxic* dapat menyebar dalam jejaring sosial. Adapun saluran WhatsApp yang dibuat khusus untuk menyasar satu siswa layak dicermati, sasaran yang jelas dan sarana yang sengaja dibuat menunjukkan adanya kesengajaan, sehingga berpotensi memenuhi sebagian ciri *bullying*. Karena itu, penanganan *toxic friendship* di sekolah beririsan dengan program anti-*bullying*.

Menurut guru BK, pola pengasuhan yang keras di rumah dan riwayat perilaku sejak SD dipersepsikan berkontribusi pada munculnya perilaku *toxic*. Keterangan ini sejalan dengan Lestari, (2026) yang menyatakan bahwa pola pengasuhan negatif merusak fondasi kelekatan dan perkembangan identitas remaja. Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori belajar sosial (*social learning*), yang memandang bahwa perilaku dipelajari melalui pengamatan dan peniruan terhadap model di lingkungan terdekat (Albert Bandura, 1971). Siswa yang terbiasa menerima perlakuan kasar di rumah berpeluang menormalkan pola tersebut dalam relasi dengan teman sebaya. Namun, keterangan ini bersumber dari satu informan dan menyangkut satu siswa, sehingga perlu dibaca sebagai indikasi, bukan hubungan sebab-akibat yang berlaku umum.

Penurunan fokus belajar sejalan dengan Aini et al. (2023) yang menemukan gangguan konsentrasi dan penurunan motivasi pada siswa dalam pertemanan *toxic*. Penarikan diri dan perasaan murung juga konsisten dengan Fadhilla & Siregar (2024) yang menegaskan bahwa dampak pertemanan *toxic* mencakup aspek emosional dan perilaku remaja. Temuan bahwa dampak dapat berujung pada keinginan pindah kelas atau sekolah memperluas gambaran dampak tersebut ke ranah keberlanjutan pendidikan siswa. Dampak ini tidak dialami sama oleh semua siswa, karena W-A mengaku terdorong memperbaiki dirinya.

Upaya pencegahan dilakukan melalui sosialilasi anti-bullying pada Masa Ta'aruf Siswa Madrasah (MATSAMA) agar siswa memahami penyebab dan dampak yang dirasakan ketika terjerumus ke dalam bullying (W-GBK, 28 September 2026). Guru BK juga menambahkan bimbingan klasikal di kelas ketika jam kosong sebagai tambahan kegiatan preventif dari *toxic friendship*. Oktary et al, (2026) menegaskan urgensi dari penguatan layanan bimbingan dan konseling preventif karena toxic friendship menurunkan kualitas interaksi sosial dan kenyamanan belajar siswa. Sosialisasi anti-bullying pada MATSAMA sejalan dengan temuan Aldiana, (2024) yang menekankan perlunya bimbingan guru dan pengawasan orang tua terhadap perilaku perundungan di lingkungan madrasah dan rumah, sehingga dampak sosialisasi perlu dipertahankan melalui bimbingan klasikal dan pengawasan berkelanjutan. Nafisah et al, (2024) juga melaporkan bahwa kegiatan sosialisasi pencegahan bullying pada lingkungan TPTQ Baituttaqdis merupakan bentuk antisipasi terhadap tindakan kekerasan fisik, psikis, maupun verbal. Sosialisasi pada MATSAMA bersifat klasikal dan informatif sehingga bermanfaat sebagai pembekalan awal bagi murid baru, namun jika hanya diberikan sekali di awal tahun ajaran, keberlanjutan dampaknya perlu dipertanyakan.

Pada tahap kuratif guru BK lebih sering menggunakan konseling kelompok untuk meluruskan permasalahan, sedangkan konseling individual diberikan sebagai tindak lanjut bagi korban *toxic friendship*. Noffiyanti (2024) menegaskan bahwa *toxic friendship* dapat meningkatkan stres, merusak harga diri, menurunkan kepercayaan diri, dan mengganggu perkembangan sosial akademik siswa, sehingga guru BK perlu memberikan konseling individual dan kelompok dalam penanganannya. Sausan & Rahmi (2024) menambahkan bahwa guru BK menangani *toxic friendship* melalui asesmen, konseling individual, konseling kelompok, bimbingan klasikal, layanan informasi, evaluasi, dan tindak lanjut. Guru BK melaporkan bahwa dalam konseling kelompok digunakan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) agar siswa dapat mengubah pikiran irasional yang memicu emosi dan perilaku maladaptif menjadi pikiran yang positif dan adaptif (W-GBK, 28 September 2026). Hal ini sejalan dengan penelitian Putri (2026) yang melaporkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok mampu membantu siswa dalam mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif yang sebelumnya mempengaruhi kecenderungan mereka untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Temuan ini sejalan dengan pandangan Corey (2024) bahwa CBT merupakan pendekatan konseling terstruktur yang membantu individu mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku melalui hubungan kolaboratif, restrukturisasi kognitif, serta latihan kognitif, emosional, dan perilaku yang diterapkan secara sistematis di luar sesi konseling. Penelitian ini tidak menguji efektivitas CBT, teknik tersebut dibahas sebagai praktik yang dilaporkan guru BK, bukan sebagai intervensi yang terbukti efektif berdasarkan penelitian ini.

Dengan demikian, restrukturisasi pikiran yang disfungsional diharapkan dapat menghasilkan perubahan pada respons emosional dan perilaku (Beck, 2021). Setting kelompok memungkinkan siswa saling belajar dan memberi umpan balik dan pilihan konseling kelompok untuk meluruskan masalah dan konseling individual bagi korban juga sejalan dengan temuan Husniah (2023) dan Indah (2021) mengenai manfaat kedua layanan tersebut bagi siswa atau remaja yang mengalami hubungan *toxic*. Menurut Milawati & Nuzulia, (2025) konseling kelompok menggunakan pendekatan CBT dapat membantu siswa mengenali dan mengubah pikiran-pikiran irasional yang memicu respons emosional dan perilaku maladaptif. Konseling individual diberikan kepada korban untuk menangani dampak emosional dan sosial toxic friendship, sedangkan koordinasi dengan wali kelas memperkuat identifikasi serta pemantauan perkembangan siswa (Fitriya et al, 2026).

Indikasi keberhasilan layanan dilihat dari perubahan sikap, kelas yang kondusif, dan murid yang dapat berteman dengan baik (W-GBK, 28 September 2026). Koordinasi dengan wali kelas penting karena wali kelas berinteraksi paling intens dengan murid dan dapat menjadi sumber informasi awal, sekaligus menutup keterbatasan akses guru BK ke kelas. Hoiroh & Noviyanti, (2026) menekankan bahwa untuk menciptakan lingkungan belajar yang nyaman layanan BK harus dilaksanakan secara kolaborasi dengan kepala sekolah, wali kelas, dan guru lain. Guru BK menyampaikan bahwa salah satu hambatan adalah tidak adanya jam masuk kelas bagi guru BK, sehingga guru BK menunggu informasi dari siswa atau wali kelas. Akibatnya, layanan kurang responsif terhadap kelas yang jarang berkomunikasi dengan guru BK. Hambatan lain berasal dari orang tua yang cenderung memihak anaknya, membenarkan perbuatan anak, dan lebih memilih menyalahkan pihak sekolah (W-GBK, 28 September 2026). Hal ini diperkuat oleh penelitian Nove (2026) yang melaporkan bahwa ketiadaan jam bimbingan klasikal membuat layanan BK cenderung bersifat reaktif karena guru BK lebih bergantung pada laporan siswa atau wali kelas. Kondisi ini bisa menghambat deteksi dini perilaku toxic friendship, terutama bentuk pengucilan dan perundungan yang cenderung terjadi secara tersembunyi.

PENUTUP

Toxic friendship di MTs Negeri 1 Temanggung muncul dalam bentuk saling menyindir di kelas, pengucilan, perkelahian akibat kesalahpahaman, ejekan, ancaman, dan sindiran

melalui media sosial. Menurut guru BK, faktor yang dipersepsikan berkontribusi adalah pola pengasuhan yang keras di rumah dan riwayat perilaku sejak SD yang terus diingat teman. Keterangan ini terutama bersumber dari guru BK dan menyangkut dua siswa, sehingga dibaca sebagai indikasi, bukan sebab-akibat yang berlaku umum. Dampaknya mencakup penarikan diri, murung, cemas, enggan bersekolah, keinginan pindah kelas atau sekolah, dan fokus belajar menurun. Guru BK meminimalisir toxic friendship melalui upaya preventif berupa sosialisasi anti-bullying pada MATSAMA dan bimbingan klasikal saat jam kosong. Upaya kuratif yang dilaporkan guru BK berupa konseling kelompok dengan teknik CBT untuk meluruskan permasalahan, konseling individual bagi korban, dan koordinasi dengan wali kelas untuk memantau perkembangan siswa. Hambatan utamanya adalah tidak adanya jam masuk kelas bagi guru BK, sehingga layanan bersifat reaktif dan bergantung pada laporan siswa atau wali kelas. Padahal bentuk toxic friendship seperti sindiran dan pengucilan cenderung tersembunyi dan mudah terlambat terdeteksi. Hambatan lainnya adalah sikap orang tua yang cenderung membela anak, yang menunjukkan kemitraan sekolah dan keluarga belum terbangun.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, N., Cahyani, P. R. A., Nindiarto, A. S., Falsafy, D., & Indreswari, H. (2023). Psychological well-being siswa SMK yang berada dalam kelompok pertemanan toxic. . . Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran), 6(1), 1783–1793.

Aldiana, A. (2024). Sosialisasi anti perundungan (bullying) : Representasi pencegahan kekerasan pada anak di MI Sunan Giri Malang. 2(2), 211–216.

Bandura, A.. (1971). Bandura_SocialLearningTheory.pdf. General Learning Press.

Beck, J.S. (2021). Cognitive Behavior Therapy Basics And Beyond. The Guilford Press.

Braun, V., & Clarke, V. (2022). Thematic analysis: A practical guide. SAGE Publications.

Corey, G.. (2024). Theory and practice of counseling and psychotherapy (11th ed.). Cengage Learning.

Creswell, J.W & Poth, C. N. (2018). Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (4th ed.). Sage.

Fadhilla, R., & Siregar, A. P. (2024). Dampak Lingkungan Pertemanan Toxic Terhadap Kesehatan Mental Remaja 1. Research and Education Studies, 5(2), 37–48.

Fitriya, L., Maghfiroh, H. (2026). Efektivitas Teknik Assertive Training Terhadap Perilaku Toxic Friendship Pada Siswa SMP Plus Abdul Aziz JEMBER. Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi, 9(1), 92–108.

Hanipah, Muhammad Daffa, S. N. A.-D. (2026). Toxic Friendship and Mental Health Among University Students: An Integrative Psychological and Qur'anic Analysis. Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir, 5(01).

Hoiroh, M., Noviyanti, I. (2026). Efektivitas Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Dalam Mengurangi Perilaku Bullying. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 11(September), 358–366.

Husniah, W. O. P. P. R. (2023). Peran konseling individual dalam menangani dampak perilaku toxic relationship dalam pertemanan.

Indah, K. (2021). Penerapan konseling kelompok dalam memutuskan toxic relationship pada remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur.

Lestari, S. N. D. (2026). Toxic parenting dan dampaknya bagi kesehatan mental remaja. Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Mulitkultural, IV, 1–10.

Maisarah, R. (2025). Peran Guru BK dalam Memfasilitasi Pembentukan Karakter Siswa Berbasis Nilai-Nilai Islam. 2(1), 291–296.

Menterian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan Dan Konseling

Pada Pendidikan Dasar Dan Pendidikan Menengah.
Milawati, M., & Nuzulia, S. (2025). Group Counseling through Cognitive Behavioral Therapy with Cogntive Restructuring Technique for Self-Esteem Enhancement of Bullying Victims. Indonesian Journal of Guidance and Counseling, 14(2), 132–140.
Nafisah, F. D., Robbani, M. Z., Laela, N. A., & Agustia, S. T. (2024). Sosialisasi Pencegahan Bullying di TPTQ Baituttaqdis Kedungwuluh Purwokerto Barat. 4(2), 219–228.
Noffiyanti. (2024). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Menangani Toxic Friendship Di SMP Negeri 2 Sragi Lampung Selatan. Jurnal Penelitian Islam, 18(1).
Nove, A. H. (2026). Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop Barriers in the Implementation of Guidance and Counseling Services in Schools. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop, 6, 33–44.
Oktary, D., Hayati, I. R., & Khadijah, K. (2026). Survei Perilaku Toxic Friendship Pada Siswa : Tantangan Dalam Membangun Lingkungan Belajar Yang Sehat. Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 15(1).
Permana, S. A. (2020). Peran guru BK dalam meningkatkan keterampilan belajar dan motivasi belajar siswa. Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, 1(2), 61–69.
Putri, A. H. (2026). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukrisasi Kognitif Dalam Mengurangi Isolasi Sosial Pada Siswa Korban Bullying Di SMA Tunas Kelapa Samarinda. Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains Dan Terapan, 6(3), 1603–1610.
Putri, S., & Komalasari, S. (2025). Analisis faktor trauma dari pengalaman toxic friendship pada generasi Z. 12(01), 38–47.
Riani. (2021). Stop toxic relationship. Pustaka Taman Ilmu.
Rizaty, M. A. (2023). Hasil survei pengalaman masyarakat Indonesia jalani hubungan toxic. Data Indonesia.
Sausan, L. C.,& Rahmi, A. (2024). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Circle Toxic Friendship Di SMKN 2 Bukittinggi. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 09, 370–379.
Solferino, N., & Tessitore, M. E. (2021). Human networks and toxic relationships. Mathematics, 9(18), 2258.
Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta. (Sumber Otoritatif Di Indonesia Untuk Definisi Data Primer Dan Sekunder).
Sulfianti I., & Aryani, F. (2020). Hubungan Antara Harga Diri Serta Resiliensi Terhadap Siswa Korban Toxic Relationship Di SMP Negeri 1 Lilirilau Kabupaten Soppeng
Wahyuni, Y., & Iswari, M. (2022). Peran bimbingan dan konseling dalam meningkatkan motivasi belajar matematika pada siswa kelas VII SMPN 3 Pekanbaru. Jurnal Pendidikan Tambusai, 6(1), 8043–8050.