



THE INFLUENCE OF TOXIC RELATIONSHIP IN DATING ON QUALITY OF LIFE IN EARLY ADULTS

PENGARUH TOXIC RELATIONSHIP DALAM BERPACARAN TERHADAP KUALITAS HIDUP DEWASA AWAL

Carissa Ratu Nolanda¹, Monty P. Satiadarma², Untung Subroto³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

E-mail: carissa.705210181@stu.untar.ac.id¹, monty_satiadarma@yahoo.com²,
untungs@fpsi.untar.ac.id³

ARTICLE INFO

Correspondent

Carissa Ratu Nolanda

carissa.705210181@stu.untar.ac.id

Key words:

toxic relationships, quality of life, young adults

Website:

<https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

Page: 652 – 668

ABSTRACT

Toxic Relationships are a common phenomenon among young adults, characterized by excessive control, verbal or physical abuse, and emotional manipulation, which negatively impact quality of life. Quality of life refers to an individual's assessment of their current level of functioning compared to their ideal standards or expectations. This assessment encompasses satisfaction with physical aspects, functional abilities, emotional conditions, and social relationships. It is subjective and can only be measured through the individual's personal perspective (Cella, 1994). This study aims to analyze the influence of toxic relationships on the quality of life of young adults using a quantitative approach and purposive sampling technique. The instruments used in this research include the Toxic Relationship Scale and the Indonesian Quality of Life Scale. The participants consisted of 383 individuals aged 18-25 years from the Greater Jakarta area (Jabodetabek), with at least six months of dating experience and past or current exposure to toxic relationships. Data were analyzed using Microsoft Excel and SPSS 27. The results show that toxic relationships contribute 18.4% to the quality of life of young adults.

Copyright © 2024 JSER. All rights reserved.

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Koresponden Carissa Ratu Nolanda <i>carissa.705210181@stu.untar.ac.id</i> Kata kunci: <i>toxic relationship, kualitas hidup, dewasa awal</i> Website: <i>https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</i> Hal: 652 – 668	<i>Toxic relationship</i> merupakan fenomena yang kerap terjadi pada individu dewasa awal, ditandai dengan kontrol berlebihan, kekerasan verbal atau fisik, dan manipulasi emosional yang berdampak negatif pada kualitas hidup. Kualitas hidup merupakan penilaian seseorang terhadap tingkat fungsi yang dicapai saat ini dibandingkan dengan standar atau harapan ideal mereka. Penilaian ini mencakup kepuasan terhadap aspek fisik, kemampuan berfungsi, kondisi emosional, serta hubungan sosial, dan bersifat subjektif sehingga hanya dapat diukur melalui sudut pandang pribadi individu tersebut (Cella, 1994). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh <i>toxic relationship</i> terhadap kualitas hidup individu dewasa awal menggunakan metode kuantitatif dan teknik <i>purposive sampling</i>. Alat Ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala <i>toxic relationship</i> dan kualitas hidup indonesia. Partisipan berjumlah 383 orang, berusia 18-25 tahun dari Jabodetabek dengan pengalaman pacaran minimal enam bulan serta pernah atau sedang mengalami <i>toxic relationship</i>. Data dianalisis menggunakan <i>Microsoft Excel</i> dan <i>SPSS 27</i>. Hasil menunjukkan <i>toxic relationship</i> memberikan pengaruh sebesar 18,4% terhadap kualitas hidup dewasa awal. Copyright © 2024 JSER. All rights reserved.

PENDAHULUAN

Masa dewasa awal adalah masa dimana ketika seseorang memasuki usia 18 hingga 25 tahun pada fase ini seseorang memasuki tahap peralihan dari remaja menuju dewasa yang ditandai oleh berbagai perubahan fisik, kognitif, serta tanggung jawab psikososial yang saling terkait (Ariffin et al., 2021). Erikson (1963) dalam Mokalu (2021) menyatakan bahwa tahap perkembangan dewasa awal melibatkan konflik "*intimacy vs. isolation*", dewasa awal menjadi masa individu berusaha membentuk hubungan intim dengan orang lain, termasuk hubungan romantis, seperti berpacaran. Berpacaran ini menjadi fenomena penting yang sering terjadi pada masa dewasa awal, dan akan berpengaruh terhadap kualitas hidup individu. Menurut Furman dan Rose (2009), berpacaran pada tahap dewasa awal seringkali melibatkan eksplorasi identitas dan penyesuaian emosional. Namun, tantangan seperti hubungan *toxic* dapat menimbulkan stres emosional dan psikologis yang serius. Hubungan dapat dikatakan *toxic* apabila hubungan tersebut membuat seseorang merasa tidak didukung, di salah pahami, dan direndahkan atau diserang (Muhiddin et al., 2023).

Toxic relationship seringkali membuat salah satu pihak merasa tidak didukung, di salah pahami, dan direndahkan atau diserang (Muhiddin, et al., 2023). Hal serupa

juga dijelaskan oleh Dr. Lillian Glass (1995) dalam Putra dan Tyas (2023) bahwa *toxic relationship* merupakan hubungan yang berusaha menjatuhkan mental pihak lain dengan berbagai bentuk serangan, seperti menjatuhkan harga diri dan martabat. *Toxic relationship* ditandai oleh kecemburuan romantis yang berlebihan, egoisme pasangan yang mementingkan diri sendiri, kurangnya kejujuran yang memicu ketidakpercayaan, komentar atau kritik negatif yang merendahkan, serta perasaan tidak aman akibat kontrol, ancaman, atau tekanan. Ciri-ciri ini berdampak negatif secara fisik dan psikologis bagi individu yang terlibat (Azzahra & Suhadi, 2023).

Toxic relationship menciptakan tekanan signifikan yang mempengaruhi kesehatan emosional, mental, fisik, dan sosial, sehingga menurunkan kualitas hidup secara menyeluruh. Korban sering mengalami stres, depresi, rendah diri, isolasi sosial, hingga penurunan produktivitas dan kemampuan menjalani kehidupan secara optimal. Dampaknya tidak hanya terbatas pada individu, tetapi juga dapat mempengaruhi hubungan dengan orang lain, lingkungan sosial, dan performa dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pekerjaan dan pendidikan (Kivania & Kanda, 2024).

Hal ini dapat terjadi karena disebabkan oleh faktor internal dan eksternal yang saling mempengaruhi. Faktor internal meliputi ketergantungan emosional yang membuat individu sulit mandiri dan pola pikir tidak dewasa yang memicu tindakan impulsif tanpa mempertimbangkan konsekuensi. Faktor eksternal mencakup tekanan sosial yang mempengaruhi cara pandang terhadap hubungan, pola asuh buruk yang membentuk karakter rentan terhadap perilaku *toxic*, serta ketidakjujuran, seperti kebohongan dan perselingkuhan, yang memicu konflik dan memperburuk kualitas hubungan. Kombinasi faktor-faktor ini menciptakan dinamika hubungan yang tidak sehat dan sulit diperbaiki tanpa kesadaran dan upaya dari kedua pihak (Wahyuni, et al., 2020). *Toxic relationship* dapat menyebabkan penurunan kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial seseorang, sehingga mengganggu cara individu merasakan dan menilai kehidupannya secara keseluruhan. Kondisi ini menunjukkan betapa pentingnya memahami keterkaitan antara fenomena *toxic relationship* dengan kualitas hidup untuk mengidentifikasi dampak negatif yang mungkin timbul dan mencari solusi untuk mengatasinya (Cai, et al., 2021).

Fenomena tersebut sejalan dengan Data dari Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan menunjukkan peningkatan kasus kekerasan yang mungkin disebabkan oleh *toxic relationship*, dengan angka kasus meningkat dari 226.062 pada tahun 2020 menjadi 338.496 pada tahun 2021 (Komnas Perempuan, 2021). Pada tahun 2023, meski terjadi penurunan kasus, masih terdapat 289.111 pengaduan (Komnas Perempuan, 2023).

Pada fenomena ini, pemahaman tentang kualitas hidup menjadi sangat relevan. Kualitas hidup (Quality of Life/QoL) menurut WHO (1997) mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, serta menggambarkan bagaimana individu menilai pengalaman hidup mereka dalam konteks budaya, nilai, tujuan, dan harapan. Konsep ini meliputi kesehatan fisik, keadaan psikologis, kemandirian, hubungan sosial, keyakinan pribadi, serta interaksi dengan lingkungan. Penelitian terbaru (Cai et al., 2021; Nurjaman et al., 2023) menekankan bahwa QoL bersifat subjektif, dipengaruhi oleh faktor kesehatan, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Tantangan seperti beban kerja, stres, kelelahan, dan kurangnya istirahat dapat memengaruhi QoL secara fisik dan mental. Oleh karena itu, penting

untuk memahami faktor-faktor ini agar dapat mengembangkan strategi peningkatan kesejahteraan individu.

Penelitian ini mengungkap dampak hubungan toxic pada kualitas hidup lima individu dewasa awal. Kasus-kasus menunjukkan perilaku posesif, manipulatif, kebohongan, kekerasan verbal, hingga pembatasan sosial yang dialami oleh F, W, B, D, dan R selama hubungan mereka. Dampak yang dirasakan meliputi stres, trust issue, trauma, hilangnya rasa percaya diri, serta sensitivitas terhadap situasi tertentu. F, seorang wanita, mengalami cedera fisik dan tekanan psikologis dari pasangannya yang posesif dan manipulatif. W kehilangan kepercayaan diri dan mengalami trauma hubungan. B menderita overthinking akibat tuntutan berlebihan. D menghadapi trauma keuangan dan sosial, sementara R menjadi skeptis terhadap wanita akibat kekerasan verbal dan posesif pasangannya. Semua kasus menunjukkan dampak signifikan terhadap kesehatan mental, rasa percaya diri, dan kemampuan membangun hubungan sosial, yang menyoroti pentingnya kesadaran dan upaya mengatasi perilaku toxic untuk meningkatkan kualitas hidup.

Dalam konteks jabodetabek, *toxic relationship* termasuk masalah yang signifikan, meskipun tidak dominan. Menurut Adilla, et al. (2023), 76% mahasiswa di perkotaan mengalami atau kadang-kadang mengalami toxic relationship, yang dipengaruhi oleh pola asuh buruk, minimnya kasih sayang, tekanan sosial, dan kurangnya dukungan lingkungan. Kepadatan penduduk yang tinggi dan keragaman sosial turut memperburuk situasi, sehingga menambah tekanan emosional yang memengaruhi kesehatan mental dan kualitas hidup individu. Penelitian menunjukkan variasi dinamika toxic relationship di berbagai wilayah Jabodetabek.

Berdasarkan World Population Review (2024), area metropolitan Jabodetabek memiliki populasi melebihi 30 juta orang dengan kepadatan 14.464 orang per kilometer persegi di Jakarta dan 4.383 orang per kilometer persegi di area metropolitan secara keseluruhan. Kepadatan dan keragaman sosial yang tinggi menambah dimensi kompleks dalam pengalaman dewasa awal untuk berjuang memenuhi kebutuhan hidup, mencari pekerjaan, melanjutkan pendidikan, meningkatkan kualitas hidup, atau menikah (Marsidi, et al., 2022). Oleh karena itu, menghadapi dan mengatasi tantangan dalam hubungan berpacaran serta tantangan dari lingkungan sosial dan ekonomi sangat penting guna mempertahankan kualitas hidup yang baik dan mencapai kesejahteraan yang optimal.

Di Jakarta, mahasiswa Universitas Negeri Jakarta sering mengalami hubungan yang ditandai dengan perilaku posesif, pengawasan berlebihan, dan kurangnya kepercayaan akibat stigma hubungan dan budaya posesif (Adilla, et al., 2023). Di Bogor, toxic relationship didominasi oleh kekerasan, dominasi, dan norma hubungan yang membatasi perkembangan individu (Trikesumawardani, et al., 2024). Sementara itu, di Depok, hubungan remaja diwarnai hambatan komunikasi, manipulasi, dan kekerasan fisik, yang diperburuk oleh budaya dan norma sosial (Insyiradeasti, 2024). Di Bekasi, toxic relationship memicu gangguan makan akibat tekanan sosial, ekspektasi tubuh ideal, dan dominasi hubungan interpersonal (Izzati, 2022). Tekanan sosial dan lingkungan negatif ini memperburuk kesehatan mental, emosional, dan fisik individu, sehingga dukungan sosial yang kuat diperlukan untuk meminimalkan dampak *toxic relationship*. Ketidakseimbangan emosi akibat pengaruh lingkungan ini memperburuk gangguan makan dan

berdampak serius pada kesehatan fisik serta mental remaja, sehingga diperlukan perhatian lebih terhadap hubungan interpersonal yang sehat. Hasil data kasus yang ditemukan peneliti ini menggambarkan kondisi adanya *toxic relationship* yang dialami seseorang di *urban community*.

Namun, meskipun penelitian menunjukkan dampak signifikan *toxic relationship* terhadap kualitas hidup, masih terdapat kekurangan pemahaman mengenai bagaimana fenomena ini mempengaruhi kelompok dewasa awal secara khusus. Penelitian yang menunjukkan dampak signifikan dari *toxic relationship* terhadap kualitas hidup, masih terdapat kekurangan pemahaman mengenai bagaimana fenomena ini mempengaruhi kelompok dewasa awal secara spesifik. Survei Setianingrum dan Kelly (2023) menemukan bahwa 62% mahasiswa tidak bebas bersosialisasi, 40% mengalami kekerasan, dan 57% merasa terhambat mengembangkan potensi akibat hubungan *toxic*. Namun, studi ini belum secara spesifik meneliti dewasa awal secara mendalam, khususnya terkait dampaknya pada dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, sehingga diperlukan penelitian lebih fokus di area ini.

Toxic relationship memberikan dampak serius pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental, fisik, dan sosial. Penelitian Keny (2024) menggunakan pendekatan fenomenologi menunjukkan bahwa korban *toxic relationship* mengalami kekerasan verbal, fisik, dan ekonomi. Kekerasan verbal meliputi hinaan, makian, dan ucapan yang merendahkan harga diri, sementara kekerasan fisik mencakup tindakan memukul, menampar, atau melempar benda. Kekerasan ekonomi terjadi ketika pasangan memanfaatkan finansial secara tidak adil, seperti meminjam uang tanpa mengembalikan. Dampak yang dirasakan korban meliputi trauma, kecemasan, depresi, penurunan rasa percaya diri, dan ketakutan memulai hubungan baru. Secara sosial, korban sering kali merasa terisolasi, sulit berinteraksi, dan kehilangan dukungan lingkungan.

Penelitian Maharani dan Kalifa (2024) mendalami dampak *toxic relationship* pada remaja perempuan di Indonesia. Mereka menemukan bahwa kekerasan fisik, verbal, dan ekonomi dalam hubungan pacaran menyebabkan stres emosional, penurunan kualitas hidup, dan gangguan hubungan sosial. Serupa, Ferawati dan Gusnita (2024) menunjukkan bahwa laki-laki juga rentan terhadap dampak *toxic relationship*, terutama karena stigma sosial yang memaksa mereka untuk terlihat kuat. Laki-laki korban *toxic relationship* sering mengalami kekerasan fisik dan verbal yang memicu gangguan mental, stres berkepanjangan, dan isolasi sosial, bahkan merasa malu mencari bantuan.

Penelitian Azkia, et al. (2024) menemukan bahwa perilaku posesif mendominasi *toxic relationship* di kalangan mahasiswa. Sebanyak 78% responden melaporkan pengawasan ketat pasangan, sementara 52% mengalami kekerasan verbal, seperti hinaan dan ancaman. Selain itu, dominasi pasangan dalam hubungan membuat korban merasa bersalah, tidak nyaman, dan terhambat dalam pengembangan diri. Berbeda dengan hasil penelitian Putra dan Tyas (2023) yang menunjukkan bahwa jika ditinjau dari upaya yang telah dilakukan, ternyata mahasiswa angkatar 2020-2021 Prodi BK USD memiliki upaya yang cukup besar dalam mengatasi perilaku *toxic relationship* dari pasangannya. Hal ini dapat dilihat pada hasil yang menunjukkan bahwa angka persentase yang menunjukkan upaya paling tinggi yaitu dengan solusi. Dengan demikian, menandakan bahwa mahasiswa sudah mempunyai keberanian untuk keluar dari *toxic relationship* tanpa mempengaruhi

kualitas hidupnya.

Namun, penelitian sebelumnya menunjukkan beberapa keterbatasan. Mayoritas penelitian berfokus pada kelompok mahasiswa atau remaja, sehingga belum ada pemahaman mendalam mengenai dampak toxic relationship pada dewasa awal, kelompok yang sedang mengalami transisi hidup yang kompleks. Selain itu, studi-studi tersebut sering kali hanya mengeksplorasi dampak jangka pendek tanpa menyoroti efek jangka panjang terhadap kemampuan korban menjalani kehidupan sehari-hari. Penelitian sebelumnya juga cenderung terbatas pada gender tertentu atau wilayah geografis tertentu, sehingga kurang mencerminkan pengalaman yang lebih luas.

Toxic relationship tidak hanya berdampak pada individu yang terlibat, tetapi juga menciptakan masalah lebih luas, seperti konflik dengan keluarga, masalah ekonomi, sosial, serta ketidaknyamanan di lingkungan (Vuja & Indrayuda, 2020). Keluar dari hubungan yang tidak sehat ini sering kali sulit, karena banyak korban tidak menyadari dampaknya atau merasa terjebak dalam hubungan tersebut. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya toxic relationship, serta menyediakan dukungan yang memadai bagi korban.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada dampak toxic relationship terhadap kualitas hidup dan kesehatan mental dewasa awal di wilayah Jabodetabek. Dengan mendalami pengaruh toxic relationship pada berbagai dimensi kualitas hidup, seperti fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, penelitian ini diharapkan dapat mengisi gap yang ada dan memberikan kontribusi untuk memahami serta menangani dampak hubungan tidak sehat di masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yang merupakan pendekatan sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas. Dengan teknik pengambilan data menggunakan metode *non probability sampling*, yaitu teknik di mana sampel diambil secara acak tanpa memperhitungkan peluang setiap anggota populasi untuk terpilih. Hal ini disebabkan oleh ketidakpastian jumlah populasi dan kesulitan dalam menentukan jumlah sampel yang tepat. *Sampling non-probability* (tidak acak) adalah metode pengambilan sampel di mana setiap elemen dalam populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Dalam metode ini, probabilitas pemilihan anggota tertentu tidak diketahui (Ferdinand, 2011) dalam (Nur Amalina, 2015). Dalam pengambilan data di penelitian ini, teknik yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Menurut Notoatmodjo (2010) dalam (Kumara, 2018) teknik *purposive sampling* adalah metode pemilihan sampel yang didasarkan pada kriteria tertentu dari populasi.

Metode ini dipilih karena keterbatasan waktu, tenaga, dan anggaran yang membuat pemilihan sampel besar atau jauh menjadi tidak memungkinkan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner daring berupa *link Google Form* yang akan disebarluaskan melalui media sosial. Partisipan diundang untuk mengisi kuesioner secara online melalui tautan yang dibagikan di platform media sosial, seperti Whatsapp, Instagram, dan Twitter. Penelitian ini akan menggunakan skala yang dikembangkan oleh Inrayani (2020) (dalam Ainnaya, 2022) untuk mengukur *toxic relationship*, dengan merujuk pada aspek-aspek yang diuraikan oleh Fuller (2020). Skala ini terdiri dari tiga aspek dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,933. Skala ini

mencakup komponen *emotional abuse*, *physical abuse*, dan sikap manipulatif. Skala psikologi yang digunakan adalah skala Likert, yang mencakup 30 item.

Penelitian dilakukan dengan melibatkan partisipan pada masa dewasa awal yang sedang atau telah mengalami hubungan *toxic*. Kuesioner disebarakan melalui *Google Form* yang dibagikan di media sosial. Proses pengisian kuesioner berlangsung selama satu bulan. Setiap responden diberikan persetujuan *informed consent*, yang berarti mereka telah menyetujui partisipasi mereka dengan memahami bahwa informasi dan jawaban mereka akan dirahasiakan. Peneliti juga memastikan kerahasiaan jawaban setiap responden dan menjaga privasi mereka dengan ketat.

Alat Ukur Penelitian

Toxic Relationship Scale

Penelitian ini akan menggunakan skala yang dikembangkan oleh Inrayani (2020) (dalam Ainnaya, 2022) untuk mengukur *toxic relationship*, dengan merujuk pada aspek-aspek yang diuraikan oleh Fuller (2020). Skala ini terdiri dari tiga aspek dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,933. Skala ini mencakup komponen *emotional abuse*, *physical abuse*, dan sikap manipulatif. Skala psikologi yang digunakan adalah skala Likert, yang mencakup 30 item. Skala Likert ini memiliki lima pilihan jawaban: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), N (Netral), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Untuk penilaian item favorable, skor diberikan sebagai berikut: SS = 5, S = 4, N = 3, TS = 2, STS = 1. Sedangkan untuk item unfavorable, skoring-nya adalah: SS = 1, S = 2, N = 3, TS = 4, dan STS = 5.

Tabel 1. Blue Print Skala Toxic Relationship

Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Emotional Abuse	Kekerasan berbentuk makian, cacian, dan menimbulkan bekas luka pada korban yang dapat terlihat.	1,7,13,19,25	4,10,16,22,28	10
Physical Abuse	Kekerasan berbentuk pukulan, cakaran, ataupun menampar pasangan dan meninggalkan.	2,8,14,20,26	5,11,17,23,29	10
Sikap Manipulative	Perasaan untuk membuat pasangan merasa bersalah dan bertindak sebagai korban.	3,9,15,21,27	6,12,18,24,30	10
Total		15	15	30

Kualitas Hidup

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan Skala Kualitas Hidup Indonesia (KHI). Dimensi-dimensi dalam skala kualitas hidup dengan tingkat reliabilitas yang sangat

tinggi ($\alpha=0,88$) dan Validitas konstruk diuji melalui pendekatan analisis faktor, validitas konvergen, dan validitas *by known group*. Hasil analisis faktor menunjukkan nilai KMO sebesar 0,914 dan nilai *Bartlett's Test* sebesar 3003 dengan signifikansi 0,000, yang mengindikasikan bahwa variabel-variabel yang dianalisis memenuhi syarat untuk dilakukan analisis faktor. Selanjutnya, analisis faktor dilakukan dengan memilih item yang memiliki korelasi item-total $\geq 0,30$, yang menghasilkan 9 faktor dengan total 30 item diambil dari penelitian Resmiya dan Misbach (2019), yang mengembangkan Skala Kualitas Hidup Indonesia (KHI) melalui pendekatan psikologi asli Indonesia. Dimensi tersebut mencakup keagamaan dan spiritualitas, yang merupakan penghayatan individu terhadap hubungan mereka dengan Tuhan; pemaknaan hidup, yang menggambarkan pemahaman individu tentang arti kehidupannya; dan pencapaian hidup, yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap tujuan hidup yang ingin dicapainya. Selain itu, dimensi etos kerja, pendidikan dan ilmu pengetahuan, prososial, hubungan sosial, kesehatan fisik, dan psikologis.

Tabel 2. Blue Print Skala Kualitas Hidup Indonesia (KHI)

Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah	%
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
Keagamaan dan Spiritualitas	Keagamaan dan Spiritualitas merupakan penghayatan individu terhadap hubungannya dengan tuhan.	1,2,4,5	3	5	17%
Pemaknaan Hidup	Pemaknaan hidup merupakan penghayatan individu mengenai arti kehidupannya.	6,7,8		3	10%
Pencapaian Hidup	Pencapaian hidup merupakan persepsi individu terhadap apa yang diinginkannya dalam hidup.	11,12	9,10	4	13%
Etos Kerja	Etos kerja merupakan ukuran kinerja individu yang ditandai dengan tanggung jawab dan manajemen waktu.		13,14,15	3	10%
Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan	Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan merupakan pemaknaan individu terhadap apa yang dipelajarinya.	16,17,18		3	10%
Prososial	Prososial merupakan tindakan yang dilakukan individu untuk membantu orang lain.		19,20	2	7%

Hubungan Sosial	Hubungan Sosial meruoakan interaksi kedekatan individu dengan orang lain.	22,23,24	21	4	13%
Kesehatan Fisik	Kesehatan Fisik merupakan penghayatan individu terhadap kondisi tubuhnya	25,27,28	26	4	13%
Psikologis	Psikologis merupakan proses mental yang mempengaruhi perilaku individu	29,30		2	7%
Total		20	10	30	100 %

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Data Utama

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa residual dari model yang menghubungkan *toxic relationship* (variabel X) dengan kualitas hidup (variabel Y) berdistribusi normal, dengan nilai signifikansi 0,102 (lebih besar dari 0,05). Hasil ini mengindikasikan tidak adanya penyimpangan signifikan dari distribusi normal. Sehingga, asumsi normalitas residual dalam model regresi terpenuhi. Dengan terpenuhinya asumsi ini, dapat disimpulkan bahwa model regresi linear yang digunakan sudah cukup baik dalam menjelaskan hubungan antara *toxic relationship* dan kualitas hidup.

Tabel 4. Uji Normalitas Variabel *Toxic Relationship* dan Kualitas Hidup

Variabel	P	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i> dan Kualitas Hidup 383 Terdistribusi Normal		

Uji Linearitas

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel kualitas hidup dan *toxic relationship*. Pada uji *Linearity*, nilai F sebesar 89,093 dengan tingkat signifikansi (*p-value*) < 0,001, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linear secara signifikan. Sementara itu, pada uji *Deviation from Linearity*, nilai F sebesar 1,157 dengan *p-value* sebesar 0,184, menandakan tidak adanya penyimpangan signifikan dari linearitas. Dengan demikian, model linear cukup baik untuk menggambarkan hubungan antara kualitas hidup dan *toxic relationship*. Hasil ini mengindikasikan bahwa perubahan pada variabel kualitas hidup memiliki korelasi langsung dengan perubahan pada variabel *toxic relationship*, sehingga hubungan kedua variabel dapat dijelaskan secara signifikan melalui pendekatan linear.

Tabel 5. Uji Linearitas *Toxic Relationship* dan Kualitas Hidup

Variabel		N	Sig.	F	Keterangan
Toxic Relationship > Kualitas Hidup	Linearity	383	<,001	89.093	Linear
	Deviation	<i>f</i>			
	Linearity	383	0.184	1.157	

Analisis Hipotesis

1. Uji Regresi Linear Variabel

Hasil uji regresi linear menunjukkan bahwa *toxic relationship* secara signifikan mempengaruhi kualitas hidup, dengan nilai $\beta = -0.429$ dan $p < 0.001$. Koefisien determinasi ($R^2 = 0.184$) menunjukkan bahwa 18,4% variasi dalam kualitas hidup dipengaruhi oleh *toxic relationship*, sementara sisanya 81,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hal ini menegaskan bahwa *toxic relationship* memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup individu.

Tabel 6. Uji Regresi Linear Variabel *Toxic Relationship* dan Kualitas Hidup

Variabel β	P	R2	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i> > Kualitas Hidup	-0.429	0.184	Berpengaruh 18,4%

0. Uji Regresi Linear Dimensi *Toxic Relationship* pada Kualitas Hidup

Berdasarkan hasil uji regresi linear, *emotional abuse* terhadap kualitas hidup memperoleh nilai $\beta = -0.418$, $p < 0.001$, dan $R^2 = 0.175$. Hasil ini menunjukkan bahwa *emotional abuse* memiliki koefisien determinasi sebesar 0.175, yang berarti bahwa *emotional abuse* berkontribusi sebesar 17,5% dalam mempengaruhi kualitas hidup pada dewasa awal. Selain itu, *physical abuse* terhadap kualitas hidup memperoleh nilai $\beta = -0.384$, $p < 0.001$, dan $R^2 = 0.147$. Hal ini menunjukkan bahwa *physical abuse* memiliki koefisien determinasi sebesar 0.147, yang berarti bahwa *physical abuse* memberikan kontribusi sebesar 14,7% terhadap kualitas hidup individu. Selanjutnya, sifat manipulatif terhadap kualitas hidup memperoleh nilai $\beta = -0.412$, $p < 0.001$, dan $R^2 = 0.170$. Hasil ini menunjukkan bahwa sifat manipulatif memiliki koefisien determinasi sebesar 0.170, yang berarti bahwa sifat manipulatif mempengaruhi kualitas hidup sebesar 17%. Secara keseluruhan, masing-masing aspek *toxic relationship* menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kualitas hidup, meskipun masih terdapat kontribusi dari faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini.

Tabel 7. Uji Regresi Linear Dimensi *Toxic Relationship* dan Kualitas Hidup

Variabel	β	P	R ²	Interpretasi
<i>Emotional Abuse</i> > Kualitas Hidup	-0.418	<,001	0.175	Berpengaruh 17,5%
<i>Physical Abuse</i> > Kualitas Hidup	-0.384	<,001	0.147	Berpengaruh 14,7%
Sifat Manipulatif > Kualitas Hidup	-0.412	<,001	0.170	Berpengaruh 17%

0. Uji Regresi Linear *Toxic Relationship* pada Dimensi Kualitas Hidup

Hasil uji regresi linear menunjukkan bahwa *Toxic Relationship* memiliki pengaruh signifikan terhadap berbagai dimensi kehidupan. Pada dimensi Pemaknaan Hidup, pengaruh *Toxic Relationship* sangat kuat dengan nilai R^2 sebesar 0,747, mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *Toxic Relationship*, semakin tinggi pemaknaan hidup individu. Pada dimensi Pencapaian Hidup, *Toxic Relationship* menunjukkan pengaruh positif yang kuat ($\beta = 0,737$, $R^2 = 0,543$), yang berarti hubungan yang merusak mendorong individu untuk mencapai lebih banyak. Sebaliknya, pada dimensi Keagamaan Spiritual dan Pendidikan & Ilmu Pengetahuan, pengaruhnya negatif, dengan nilai β masing-masing -0,390 dan -0,527, serta R^2 sebesar 0,152 dan 0,278, menunjukkan bahwa hubungan *toxic* dapat menurunkan keyakinan spiritual dan pencapaian pendidikan. Dimensi Hubungan Sosial juga menunjukkan pengaruh positif yang sangat kuat ($\beta = 0,818$, $R^2 = 0,669$), mengindikasikan bahwa hubungan yang merusak dapat meningkatkan hubungan sosial. Sementara itu, pada dimensi Etos Kerja, pengaruhnya relatif lemah ($\beta = 0,273$, $R^2 = 0,074$), menunjukkan adanya hubungan positif meski tidak signifikan. Dimensi Prosocial menunjukkan pengaruh positif moderat ($\beta = 0,336$, $R^2 = 0,113$), sementara pada dimensi Kesehatan Fisik, pengaruh *Toxic Relationship* tampak tidak jelas dengan nilai R^2 negatif (-0,435). Terakhir, pada dimensi Psikologi, pengaruhnya negatif moderat ($\beta = -0,452$, $R^2 = 0,170$), menunjukkan dampak merusak pada kesejahteraan psikologis. Secara keseluruhan, *Toxic Relationship* mempengaruhi banyak dimensi kehidupan, dengan pengaruh terkuat pada Pemaknaan Hidup, Pencapaian Hidup, dan Hubungan Sosial, sementara dimensi lain menunjukkan dampak negatif atau pengaruh yang lebih kecil.

Tabel 8. Uji Regresi Linear *Toxic Relationship* pada Dimensi Kualitas Hidup

Variabel	β	P	R ²	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i> > Keagamaan Spiritual	-0.390	<,001	0.152	Berpengaruh 15,2%
<i>Toxic Relationship</i> > Pemaknaan Hidup	0.864	<,001	0.747	Berpengaruh 74,7%
<i>Toxic Relationship</i> > Pencapaian Hidup	0.737	<,001	0.543	Berpengaruh 54,3%
<i>Toxic Relationship</i> > Etos Kerja	0.273	<,001	0.074	Berpengaruh 7,4%
<i>Toxic Relationship</i> > Pendidikan & Ilmu Pengetahuan	-0.527	<,001	0.278	Berpengaruh 27,8%
<i>Toxic Relationship</i> > Prosocial	0.336	<,001	0.113	Berpengaruh 11,3%
<i>Toxic Relationship</i> > Hubungan Sosial	0.818	<,001	0.669	Berpengaruh 66,9%

<i>Toxic Relationship</i> > Kesehatan Fisik	-0.435 <,001 0.190	Berpengaruh 19%
<i>Toxic Relationship</i> > Psikologi	-0.452 <,001 0.170	Berpengaruh 17%

Hasil Koefisien

Hasil koefisien *determinan* (R²) pada penelitian ini dengan nilai R square 0.184 hasil ini menunjukkan bahwa sumbangan efektif kualitas hidup pada *toxic relationship* sebesar 18,4%.

Tabel 9. Hasil Koefisien *Determinan*

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.429	0.184	0.182	0.40099

Hasil koefisien ini menunjukkan bahwa *toxic relationship* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kualitas hidup. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien regresi sebesar -0,205, yang berarti setiap peningkatan satu unit dalam *toxic relationship* akan menurunkan kualitas hidup sebesar 0,205 unit, dengan asumsi variabel lain tetap konstan. Hubungan ini diperkuat oleh nilai signifikansi (Sig) kurang dari 0,001, yang menunjukkan bahwa pengaruh tersebut sangat signifikan secara statistik. Selain itu, nilai Beta sebesar -0,429 menegaskan bahwa *toxic relationship* memiliki hubungan negatif yang cukup kuat dengan kualitas hidup. Nilai t sebesar -9,266 juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa *toxic relationship* merupakan prediktor yang signifikan terhadap kualitas hidup. Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa semakin buruk tingkat *toxic relationship* yang dialami seseorang, semakin rendah kualitas hidup yang dirasakannya. Temuan ini penting untuk menjadi perhatian dalam upaya meningkatkan kualitas hidup individu melalui pengelolaan hubungan yang lebih sehat

Tabel 10. Hasil Koefisien

Model		Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
1	(constant)	3.230	0.086		37.488	<,001
	<i>Toxic Relationship</i>	-0.205	0.022	-0.429	-9.266	<,001

Uji Beda

Usia

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam tingkat *toxic relationship* berdasarkan usia individu dewasa awal ($F = 2.935$, Sig. = 0.005), yang mengindikasikan bahwa usia mempengaruhi tingkat *toxic relationship*. Namun, tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam kualitas hidup berdasarkan usia ($F = 1.520$, Sig. = 0.159), yang menunjukkan bahwa usia tidak mempengaruhi kualitas hidup secara signifikan dalam konteks ini.

Tabel 11. Uji Beda Berdasarkan Usia

Variabel	F	Sig.	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i>	4.009	.003	Ada perbedaan
Kualitas Hidup	3.362	.010	Ada Perbedaan

Jenis Kelamin

Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam tingkat *toxic relationship* dan kualitas hidup berdasarkan jenis kelamin, dengan nilai F sebesar 6,192 dan signifikansi (sig.) $< 0,001$ untuk *toxic relationship*, serta F sebesar 4,882 dan signifikansi (sig.) 0,031 untuk kualitas hidup. Perbedaan signifikan pada kedua variabel ini mencerminkan bahwa jenis kelamin mempengaruhi respons terhadap konflik dalam hubungan dan juga mempengaruhi kualitas hidup individu.

Tabel 12. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel		Mean	Standard Deviation	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i>	Laki-laki	4.0626	0.75618	Ada perbedaan
	Perempuan	3.6355	0.96735	
Kualitas Hidup	Laki-laki	2.3836	0.41005	Tidak ada perbedaan
	Perempuan	2.4879	0.45527	

Domisili

Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam tingkat *toxic relationship* dan kualitas hidup berdasarkan domisili, dengan nilai F sebesar 4,009 dan signifikansi (sig.) 0,003 untuk *toxic relationship*, serta F sebesar 3,362 dan signifikansi (sig.) 0,010 untuk kualitas hidup.

Tabel 13. Uji Beda Berdasarkan Domisili

Variabel	F	Sig.	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i>	4.009	.003	Ada perbedaan
Kualitas Hidup	3.362	.010	Ada Perbedaan

Pendidikan Terakhir

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat *toxic relationship* maupun kualitas hidup berdasarkan pendidikan terakhir. Pada variabel *toxic relationship*, nilai F sebesar 1.798 dengan

signifikansi (Sig.) 0.098 ($p > 0.05$) mengindikasikan tidak ada perbedaan nyata antara kelompok pendidikan terakhir. Hal serupa juga ditemukan pada variabel kualitas hidup, dengan nilai F sebesar .776 dan Sig. 0.590 ($p > 0.05$). Ini menunjukkan bahwa pendidikan terakhir tidak secara signifikan mempengaruhi tingkat *toxic relationship* maupun kualitas hidup individu.

Tabel 14. Uji Beda Pendidikan Terakhir

Variabel	F	Sig.	Interpretasi
Toxic Relationship	1.798	.098	Tidak ada perbedaan
Kualitas Hidup	.776	.590	Tidak ada perbedaan

Sosial Ekonomi

Hasil uji beda menunjukkan perbedaan signifikan pada tingkat *toxic relationship* berdasarkan sosial ekonomi ($F = 12.179$, sig. $< 0,001$), yang mengindikasikan bahwa faktor sosial ekonomi mempengaruhi pengalaman individu dalam hubungan *toxic*. Namun, tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam kualitas hidup berdasarkan sosial ekonomi ($F = 1,545$, sig. 0.215), yang menunjukkan bahwa faktor sosial ekonomi tidak mempengaruhi kualitas hidup secara signifikan.

Tabel 15. Uji Beda Sosial Ekonomi

Variabel	F	Sig.	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i>	12.179	<.001	Ada perbedaan
Kualitas Hidup	1.545	.215	Tidak ada perbedaan

Durasi Hubungan

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam *toxic relationship* berdasarkan durasi hubungan, dengan nilai F sebesar 3.930 dan signifikansi (Sig.) 0.030 ($p < 0.05$), yang berarti ada perbedaan yang signifikan. Namun, pada variabel kualitas hidup, nilai F sebesar .543 dengan Sig. 0.653 ($p > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan berdasarkan durasi hubungan.

Tabel 16. Uji Beda Durasi Hubungan

Variabel	F	Sig.	Interpretasi
<i>Toxic Relationship</i>	3.930	.030	Ada perbedaan
Kualitas Hidup	.543	.653	Tidak ada perbedaan

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *toxic relationship* terhadap kualitas hidup pada dewasa awal. Berdasarkan hasil analisis data yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya, ditemukan beberapa kesimpulan penting antara lain. Pertama, *toxic relationship* berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup dewasa awal, yang dibuktikan dengan hasil analisis regresi yang menunjukkan pengaruh negatif signifikan antara *toxic relationship* dengan kualitas hidup. Berdasarkan nilai koefisien -0.429 dan nilai Sig. < 0.001, hipotesis alternatif (H1) diterima, sedangkan hipotesis nol (H0) ditolak berarti adanya pengaruh yang signifikan antara *toxic relationship* dalam berpacaran dengan kualitas hidup pada individu dewasa awal. Ini berarti semakin tinggi tingkat *toxic relationship* yang dialami individu dewasa awal, semakin rendah pula kualitas hidup yang dirasakan. Penurunan kualitas hidup ini terlihat pada beberapa dimensi penting, seperti kesehatan psikologis, spiritualitas, pendidikan, dan kesehatan fisik. Hal ini didukung oleh temuan bahwa dimensi *toxic relationship*, seperti *emotional abuse*, *physical abuse*, dan sifat manipulatif, secara signifikan mempengaruhi kualitas hidup individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, M., Masita, Ngurah Ardiawan, K., & Eka Sari, M. (2022). Metodologi penelitian kuantitatif. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Ainnaya Alfatiha Ady, D. (2022). *Self esteem* sebagai prediktor terhadap kecenderungan *toxic relationship* pada dewasa awal yang berpacaran (Skripsi, Universitas Bosowa). Universitas Bosowa Makassar.
- Ariffin, N. M., Jannah, M., & Kamsani, S. R. (2021). Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai. *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 114. <https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i2.10430>
- Azzahra, R., & Suhadi, M. F. (2021). Toxic relationship in Anna Todd's Wattpad story after. *Jurnal Sastra*, 166-176. <https://doi.org/10.1234/jurnal.sastra.2021.166-176>
- Azkie, W., Safitri, D., & Saipiatuddin. (2024). *Toxic relationship* dalam pacaran pada mahasiswa FIS Universitas Negeri Jakarta. *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(2), 175-187. <https://doi.org/10.62383/wissen.v2i2.109>
- Cai, T., Verze, P., & Bjerklund Johansen, T. E. (2021). *The quality of life definition: Where are we going?* *Uro J. Urol.*, 1(1), 14-22.

- Cella, D. F. (1994). Quality of life: Concepts and definition. *Journal of Pain and Symptom Management*, 9(3), 186.
- Fitria, N. (2023). Proses komunikasi intrapersonal untuk meningkatkan *self-worth* setelah mengalami *toxic relationship* pada perempuan dewasa. *Jurnal Ilmu Komunikasi, Brand Communication*, 3(1), 1-10. Universitas Bina Sarana Informatika.
- Ferawati, K., & Gusnita, C. (2024). Analisis *labelling* terhadap laki-laki korban kekerasan fisik dan verbal dalam *toxic relationship*. *Jurnal Assyari*, 6(2), 1979-1993. <https://doi.org/10.47476/assyari.v6i2.6577>
- Furman, W., & Rose, A. J. (2015). *Romantic Relationships in Adolescence and Emerging Adulthood*. *Annual Review of Psychology*, 66, 531-552.
- Franzfabian, A. F., & Dewi, K. S. (2015). Hidup dengan perilaku seks bebas pada individu dewasa awal: Sebuah interpretative phenomenological analysis. *Empati*, 4(2), 31-36.
- Gasparini, D. (2024). *Yes, Being in a Toxic Relationship Affects Your Mental Health – Here's What to Do*. CharlieHealth. <https://www.charliehealth.com/post/how-toxic-relationships-affect-your-mental-health>
- Glass, L. (1995). *Toxic people*. Simon & Schuster.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Insyiradeasti, H. (2024). The relationship between interpersonal communication and toxic relationships in adolescents in Cimanggis Sub District, Depok City. *BINA: Jurnal Pembangunan Daerah*, 2(2), 59-72.
- Irma Yanti, C. (2023). *Toxic relationship* pada remaja yang berpacaran: Studi fenomenologi pada remaja korban toxic relationship di Kota Bandar Lampung. Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Lampung.
- Keny, W. C., Syahputra, R. F., & Pratomo, D. R. (2023). Pengalaman toxic relationship dan dampaknya pada kalangan generasi muda. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Negeri Surabaya*, 918-926. <https://doi.org/ISSN1234-5678>
- Komnas Perempuan. (2021). Catatan tahunan 2020 Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan Republik Indonesia. Komnas Perempuan Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan. <https://komnasperempuan.go.id/siaranpers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan>
- Komnas Perempuan. (2023). CATAHU 2023: Peluang penguatan sistem penyikapan di tengah peningkatan kompleksitas kekerasan terhadap perempuan. Diakses dari <https://komnasperempuan.go.id/catatan-tahunan-detail/catahu-2023-peluang-penguatan-sistem-penyikapan-di-tengah-peningkatan-kompleksitas-kekerasan-terhadap-perempuan>

- Kumara, A. R. (2018). Metodologi penelitian kualitatif. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan.
- Maharani, K. D., & Kalifa, A. D. (2024). Pengaruh *toxic relationship* pada remaja di Indonesia. Fakultas Bisnis Humaniora, Psikologi, Universitas Teknologi Yogyakarta. <https://doi.org/10.0000/abcdefg>
- Marsidi, S. R., Yaqiin, A. A., Amsyar, A., Komala, E., Pratomo, G., Kim, I. V. A., & Hutagalung, R. B. Z. (2022). Gambaran kecemasan individu dewasa di Jakarta, Bekasi, dan Tangerang (JATEBANG): Gejala dan penyebab. Jurnal Psikologi Terapan, 5(1), 1-12. <https://doi.org/10.29103/jpt.v5i1.8150>
- Mahmoud, M. A., & Fareed, M. (2018). Assessment of quality of life among medical students in Saudi Arabia: A study based on WHO-QOL-BREF protocol. International Journal of Medical Research & Health Sciences, 7(10), 1-11. <https://doi.org/10.22317/ijmrhs.v7n10a1>
- Muhiddin, S., Dewi, C. R., & Massinai, S. M. M. (2023). "Supportive" Friends vs. "Toxic" Friends: Aspects of Friendship Promoting and Hindering Youth Mental Health during Covid-19 Pandemic. INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental, 8(2), 235-262. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v8i22023.235-262>
- Nur Amalina, R., & Khasanah, I. (2015). Analisis pengaruh persepsi harga, kualitas layanan dan lokasi terhadap keputusan pembelian (Studi pada Rocket Chicken Sukorejo Kendal). Diponegoro Journal of Management, 4(2), 1-9. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/dbr>
- Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). *Toxic relationship* dalam komunikasi interpersonal di kalangan remaja. Communication, 12(2), 138-149. <https://doi.org/10.2086-5708>
- Saskia, N. N., Idris, F. P., & Sumiaty. (2023). Perilaku *toxic relationship* terhadap kesehatan remaja di Kota Makassar. Window of Public Health Journal, 4(3), 525-538. <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4319>
- Setianingrum, M. E., & Kelly, E. (2023). *Toxic relationships* ditinjau dari self esteem pada mahasiswa. Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Solferino, N., & Tessitore, M. E. (2019). Human networks and toxic relationships. Munich Personal RePEc Archive. <https://mpa.ub.uni-muenchen.de/95756/>
- Trikesumawardani, S., Fitriah, M., & Purnomo, A. M. (2024). Hubungan Human Relations Mahasiswa dengan Toxic Relationship. Jurnal Komunikasi dan Organisasi, 6(2), 323-332. doi:10.26740/jkom.v6n2.p323-332
- Vuja Syafrianti Alhidayah, & Indrayuda. (2020). Toxic. E-Jurnal Sendratasik, Vol.(No. 3 Seri Q).