

**KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGURANGI
RESIKO *TOXIC RELATIONSHIP* PADA SISWA
KELAS XI DI MAN 4 BANTUL**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

Disusun Oleh:

R. Najwa Alifia Zahro

NIM. 22102020078

Dosen Pembimbing:

A.Said Hasan Basri. S, Psi., M. Si.

NIP. 19750427 200801 1 008

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2026

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1348/Un.02/DD/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGURANGI RESIKO
RELATIONSHIP PADA SISWA KELAS XI MAN 4 BANTUL

TOXIC

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : R.NAJWA ALIFIA ZAHRO
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020078
Telah diujikan pada : Senin, 22 Juni 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 6a6c5779220bd

Ketua Sidang

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
SIGNED



Valid ID: 6a44b25a061bd

Penguji I

Zaen Musyirifin, M.Pd.I.
SIGNED



Valid ID: 6a68ba71da900

Penguji II

Sudharno Dwi Yuwono, M.Pd.
SIGNED



Valid ID: 6a700a51720a3

Yogyakarta, 22 Juni 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

HALAMAN PERSETUJUAN

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : R. Najwa Alifia Zahro

NIM : 22102020078

Judul Skripsi : Konseling kelompok Untuk Mengurangi Resiko *Toxic Relationship* Pada Siswa Kelas XI MAN 4 Bantul

skripsi tersebut sudah memenuhi syarat

- o Bebas dari unsur plagiarisme.
 - o Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukkan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan menggunakan setelan "small match exclusion" sepuluh kata.
 - o Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku.
- dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana. Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Dosen Pembimbing

Yogyakarta, 12 Juni 2026
Mengetahui,
Ketua Program Studi,



A. Said Hasan Basri, S. Psi., M. Si.
NIP. 19750427 200801 1 008



Zaen Musyrihin, M.Pd.I.
NIP. 19900428 000000 1 301

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : R. Najwa Alifia Zahro
NIM : 22102020078
Prodi : Bimbingan dan Konsling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Konseling Kleompok Untuk Mengurangi Resiko toxic Relationship Pada Siswa Kelas XI MAN 4 Bantul* adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme, kecuali bagian- bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 12 Juni 2026,

Yang menyatakan,



R. Najwa Alifia Zahro
22102020078

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji Syukur atas kehadiran Allah yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu. Karya ini saya persembahkan kepada Bapak dan Ibu tercinta atas kasih sayang dan selalu mendukung penulis baik melalui doa, finansial, maupun mental sehingga menyertai setiap langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.



MOTTO

□ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

“Orang-orang yang berusaha dengan sungguh-sungguh untuk (mencari keridaan) Kami benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Sesungguhnya Allah benar-benar bersama orang-orang yang berbuat kebaikan.” (Qs. Al-Ankabut:69)¹



¹ <https://quran.nu.or.id>

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Taufiq, Rahmat, dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Resiko Toxic Relationship Pada Siswa Kelas XI MAN 4 Bantul"**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pada proses penyusunan skripsi tentu banyak pihak yang turut serta dalam membantu dan berperan dalam memberikan saran, kritik, arahan, serta masukan kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan dengan baik dan tepat waktu. Banyak keterbatasan dan tantangan yang penulis hadapi dalam proses penyusunan skripsi. Oleh karena itu, dengan segala rasa hormat dan terima kasih sedalam-dalamnya penulis ucapkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D. Selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyirifin, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak A.Said Hasan Basri. S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa memberikan Ilmu Pengetahuan selama proses pembuatan skripsi.

5. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan.
6. Seluruh staf akademik dan administrasi yang telah memberikan pelayanan akademik dengan sigap dan baik.
7. Bapak Syaefulani, S.Ag., M.Pd. selaku kepala MAN 4 Bantul yang telah memberikan izin untuk dilaksanakannya penelitian ini.
8. Ibu Sudarsih, S.Pd., selaku Guru BK MAN 4 Bantul yang telah bersedia memberikan informasi kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Orangtua tercinta bapak Isa Ramli Buldani, S.Ag., M.Pd.I., dan Ibu Wahyuliyanti yang telah membantu memberikan motivasi kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini
10. Calon suami Mohamad Nurfazilah yang telah kebersamai penulis dari semester 1 hingga sidang skripsi, yang selalu mengantarkan penulis kemanapun saat proses penelitian.
11. Teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2022 yang telah kebersamai penulis selama perkuliahan

Penulis ucapkan terimakasih dan mohon maaf kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini, semoga kebaikan kalian semua mendapat keberkahan dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

ABSTRAK

R. Najwa Alifia Zahro (22102020078) "Konseling Kelompok untuk Mengurangi Resiko *Toxic Relationship* Pada Siswa Kelas XI MAN 4 Bantul". Skripsi, dalam program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Toxic relationship merupakan hubungan yang rusak akibat adanya konflik, manipulasi, kurangnya dukungan. Konseling kelompok sebagai salah satu layanan responsif bimbingan dan konseling dapat menjadi upaya preventif untuk membantu siswa memahami, mengatasi, dan mengurangi resiko *toxic relationship*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis tahapan konseling kelompok dalam mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas XI MAN 4 Bantul, serta mengidentifikasi hambatan yang muncul selama proses tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis deskriptif kualitatif. Subjek penelitian adalah Guru Bimbingan Konseling MAN 4 Bantul, dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipatif, wawancara semi terstruktur, dan dokumentasi. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi metode dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, *display* data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian terdapat 4 tahap konseling kelompok yang terdiri dari tahap awal, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran dan hambatannya yaitu sulit membangun kepercayaan dengan siswa, kurangnya tenaga guru BK sehingga *overload* kasus insidental, kurangnya pemahaman guru selain mengenai layanan yang diberikan guru BK.

Kata kunci: *toxic relationship*, konseling kelompok, siswa kelas XI, Guru BK

ABSTRACT

R. Najwa Alifia Zahro (22102020078), Group Counseling to Reduce the Risk of Toxic Relationships Among 11th-Grade Students at MAN 4 Bantul. Undergraduate Thesis, Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Da'wah and Communication, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Toxic relationship is a damaged relationship caused by conflict, manipulation, and lack of support. Group counseling, as one of the responsive services in guidance and counseling, can serve as a preventive effort to help students understand, overcome, and reduce the risk of toxic relationships. This study aims to identify, describe, and analyze the stages of group counseling in reducing the risk of toxic relationships among 11th-grade students at MAN 4 Bantul, as well as to identify obstacles that arise during the process. The research uses a qualitative approach with a descriptive qualitative analysis method. The research subject is the Guidance and Counseling Teacher at MAN 4 Bantul, selected using purposive sampling technique. Data collection was conducted through non-participant observation, semi-structured interviews, and documentation. Data validity was tested using methodological triangulation by comparing the results of interviews, observations, and documentation. Data analysis was carried out through data reduction, data display, and conclusion drawing. The results show that there are 4 stages of group counseling consisting of the initial stage, transition stage, working stage, and termination stage. The obstacles include difficulty in building trust with students, insufficient number of guidance and counseling teachers leading to overload of incidental cases, and lack of understanding among other teachers regarding the services provided by guidance and counseling teachers.

Keywords: *toxic relationship, group counseling, 11th-grade students, guidance and counseling teacher.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Kajian Pustaka	8
F. Kerangka Teori.....	12
G. Metode Penelitian.....	28
H. Sistematika Pembahasan.....	36
BAB II GAMBARAN UMUM MAN 4 BANTUL DAN LAYANAN	
KONSELING KELOMPOK MAN 4 BANTUL	38
A. Gambaran Umum MAN 4 Bantul	38
B. Gambaran Umum Layanan Konseling Kelompok MAN 4 Bantul	41

BAB III PEMBAHASAN TAHAP-TAHAP KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGURANGI RESIKO TOXIC RELATIONSHIP PADA SISWA KELAS XI MAN 4 BANTUL.....	49
A. Tahap-Tahap Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Resiko <i>Toxic Relationship</i> Pada Siswa MAN 4 Bantul.....	49
B. Hambatan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Resiko <i>Toxic Relationship</i> Pada Siswa kelas 11 di MAN 4 Bantul	61
C. Pembahasan Tahap-Tahap Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Resiko Toxic Relation	62
BAB IV PENUTUP	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA.....	67
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	70

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, layanan responsif menjadi komponen penting untuk menangani permasalahan yang dihadapi siswa. Terdapat beberapa macam layanan responsif di Sekolah yaitu konseling individual dan konseling kelompok. Layanan konseling individu berfungsi untuk meningkatkan kesadaran peserta didik dalam memperbaiki diri serta mencari solusi yang bersifat segera. Konseling kelompok berfungsi untuk meningkatkan kesadaran peserta didik secara berkelompok dan layanan rujukan bentuk kerjasama dengan pihak lain untuk membantu menangani masalah peserta didik.² Dari ke duanya, layanan konseling kelompok menjadi komponen penting dalam layanan responsif karena memiliki fungsi dapat membantu peserta didik terhindar dari konsekuensi permasalahan dan membantu untuk menyelesaikan berbagai permasalahan atau juga kebutuhan beberapa peserta didik secara cepat dalam waktu yang bersamaan.³

Konseling kelompok memiliki karakteristik dan struktur yang berbeda dari konseling individu. Konseling kelompok yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus dalam suatu kelompok, terdapat aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka.⁴ Salah satu ciri yang membedakan konseling kelompok dengan layanan konseling lainnya menurut Randi diantaranya konseling kelompok bersifat dinamis ada nya interaksi sosial.⁵ Berdasarkan kutipan di atas dapat diketahui bahwa

² Fajriatul Hidayah, Maulana Rezi, Tejarukmi Mutiara, Nina Purnamasari, *Panduan Implenentasi Bimbingan dan Konseling untuk Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*, (Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2022) Hlm 13.

³ Muya Barida, Dian Ari Widyastuti, Yuanita Dwi Krisphianti, *Buku Ajar Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: K-Media, 2023) Hlm 9.

⁴ Henni Syafriana Nasution dan Abdillah, *Bimbingan Konseling: Konsep, Teori dan Aplikasinya*, (Lembaga Peduli pengembangan pendidikan Indonesia, 2019) Hlm 157.

⁵ Randi Saputra, Dkk, *Buku Ajar Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Sonpedia.com, 2024) Hlm 63.

kelebihan konseling kelompok terletak pada interaksi sosial antar anggota kelompok melalui proses berbagi pengalaman, saling memberikan dukungan emosional secara bersama serta menciptakan lingkungan yang aman untuk eksplorasi diri.

Menurut Latipun terdapat 4 (empat) hal yang perlu diperhatikan dalam konseling kelompok, yaitu hubungan antara konselor dengan klien, berfokus pada pemikiran dan tingkahlaku, aspek terapi bagi klien, memberikan dorongan dan pemahaman kepada klien untuk mengatasi masalah.⁶ Berdasarkan kutipan tersebut dapat diketahui bahwa konseling kelompok merupakan suatu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang membantu mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Konseling kelompok melibatkan hubungan antara konselor dengan beberapa klien, berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. konseling kelompok juga berfungsi memberikan dorongan dan pemahaman kepada klien untuk mengatasi masalah yang dialami.

Dari kedua ahli dapat diketahui bahwa konseling kelompok memiliki ciri utama yaitu konseling kelompok unggul dalam interaksi antar anggota kelompok melalui proses berbagi pengalaman dan saling memberikan dukungan. Selain itu, layanan ini memberikan dorongan dan pemahaman, dengan tujuan akhir mengentaskan masalah yang dialami anggota secara cepat dan lebih efektif. Maka layanan ini relevan dalam membantu mengatasi persoalan yang dialami oleh siswa di sekolah salah satunya terkait *toxic relationship*.

Riset yang dilakukan oleh Huda menunjukkan adanya penggunaan konseling kelompok untuk memutuskan *toxic relationship*. penelitian tersebut menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif dan berhasil dalam memutuskan *toxic relationship* di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur dapat dilihat perubahan psikologis remaja

⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang : Universitas Muhammadiyah Malang, 2008) hlm 83.

sebelum dan sesudah mengikut penerapan konseling kelompok. Namun penelitian tersebut belum mengkaji berkaitan dengan tahap-tahap konseling kelompok.⁷

Toxic relationship memang memiliki beberapa definisi menurut ahli. Menurut Lilian Glass *toxic relationship* dipahami sebagai hubungan yang bersifat merusak karena konflik, tidak saling mendukung, muncul persaingan, sampai hilangnya rasa hormat dan kekompakan.⁸ Adapun definisi *toxic relationship* menurut Tri yaitu *toxic relationship* terdiri atas dua kata yaitu toxic yang artinya racun dan relationship yang artinya hubungan. Makna dari penggabungan dua kata tersebut yaitu hubungan antar individu yang bersifat merusak yang akan melahirkan banyak permasalahan serta kerugian dalam hubungan yang dijalani.⁹ Berdasarkan kedua ahli tersebut dapat diketahui bahwa *toxic relationship* dapat diartikan sebagai hubungan yang bersifat merusak karena konflik dan tidak saling mendukung, *toxic relationship* biasa terjadi dalam hubungan pertemanan.

Toxic relationship dapat terjadi diberbagai bidang kehidupan. Hubungan yang merusak seperti *toxic relationship* tidak hanya dalam hubungan pacaran, namun juga hubungan dengan teman ataupun orangtua.¹⁰ Pada siswa *toxic relationship* dapat berdampak buruk pada penurunan prestasi akademik siswa, karena menimbulkan stress, kecemasan hingga depresi. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Asma dan Awang bahwa *toxic relationship* memiliki pengaruh terhadap perilaku penurunan prestasi akademik. gejala fisik, emosional dan manipulatif terbukti berelasi dengan kecenderungan menunda tugas, menyalahkan, atau menghindari pekerjaan.¹¹

⁷ Huda, Khofia Idah Nurul, Penerapan Konseling Kelompok dalam Memutuskan Toxic Relationship Pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur, (ETHESES: UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, 2021)

⁸ Namira Fitria, *Proses Komunikasi Interpersonal Untuk Meningkatkan Self Worth Setelah Mengalami Toxic Relationship Pada Perempuan Dewasa*, (Jurnal ilmu komunikasi, 2023) Hlm 103.

⁹ Tri Sulastris, Dkk, *Psikodukasi Toxic Relationship: How to Get Rid of It?*, (Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari, 2022) Hlm 809

¹⁰ Laily Hanifah, Dkk, *Meningkatkan Kesadaran Remaja: Edukasi Toxic Relationship dan Body Image Untuk Kesehatan Reproduksi*, (Jurnal masyarakat mandiri, 2024) Hlm 1763.

¹¹ Anggi Ernita, Dkk, "Efektivitas Konseling Behavioral Teknik *Symbolic Modelling* Untuk Mereduksi Hubungan *Toxic Relationship* Siswa Menengah Kejuruan", (Jurnal kajian pendidikan, 2024) Hlm 67.

Remaja yang mengalami *toxic relationship* terutama dalam lingkungan pertemanan, sehingga dapat merusak rasa percaya diri remaja. Ketika remaja menerima kritik negatif dan ejekan secara terus-menerus, mereka mulai meragukan kemampuan dan nilai diri mereka.¹² *Toxic* dalam berpacaran sendiri juga meliputi kekerasan emosional (*Emotional Abuse*) yang dimana adanya perilaku ancaman yang dilakukan terhadap pacarnya dengan perkataan maupun mimik wajah, selanjutnya kekerasan fisik (*Physical Abuse*) adanya perilaku yang mengakibatkan pasangan terluka secara fisik akibat dari tindakan memukul, menampar, dan menendang, serta kekerasan seksual (*Sexual Abuse*) adanya pemaksaan dalam melakukan hubungan seksual walaupun pasangannya tidak menghendakinya.¹³

Dampak seseorang terjerumus keadalam *toxic relationship* adalah terganggunya kesehatan mental dan fisik. Seseorang bisa dikatakan teman yang *toxic*/bermasalah bila orang tersebut menimbulkan kegaduhan dilingkaran pertemanan mereka. Dengan adanya kegaduhan tersebut membuat mereka harus dijauhkan dari lingkungan pertemanan dan dikucilkan oleh teman sepermainan.¹⁴ Ketika dibiarkan dalam jangka waktu yang lama, efek *toxic relationship* akan semakin buruk. Dampak yang akan dialami jangka panjang seperti hilangnya jati diri ketidakmampuan untuk meninggalkan hubungan yang tidak sehat karena keraguan terhadap harga diri atau kemampuan diri, suasana hati tertekan, merasa cemas, kecenderungan menggunakan oba-obatan terlarang.¹⁵ Adapun dampak lain dari *toxic relationship* yaitu, merasa sakit fisik maupun mental dalam kesehatan mental dapat mengakibatkan ketidak mampuan belajar dan fokus, gangguan bicara atau

¹² Education Studies and others, *Dampak Lingkungan Pertemanan Toxic Terhadap Kesehatan Mental Remaja* 1, 5.2 (2024), 37–48.

¹³ Ghaida Putri Zahra, Milda Yanuvianti, *Hubungan Antara Kekerasan dalam Pacaran (Dating Violence) dengan Self Esteem Wanita Korban KDP Di Kota Bandung*, (Bandung: Prosiding Psikologi, 2017)

¹⁴ Alvin Jonathan and others, *Teman Dan Persoalan Hubungan Toxic Dalam Pandangan Etika Persahabatan Aristoteles*, 2022,.

¹⁵ Ageng Saepudin Kanda & Ranti Kivania. *Dampak Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Mental*. (Sammajiva: Jurnal Penelitian bisnis dan manajemen, 2024). Vol.2, No.1.

berbelit, pengurangan berat badan secara drastis ataupun terjadinya peningkatan berat badan hingga obesitas, emosi yang tidak bisa di kontrol, *anxiety*, insomnia.¹⁶

Konseling kelompok yang kondusif bisa dijadikan sebagai sarana dalam memberikan kesempatan bagi anggotanya. Misal seperti menambah penerimaan diri dan orang lain, memberikan ide, perasaan, dukungan bantuan alternatif (pemecahan masalah) dan pengambilan keputusan yang tepat, dapat berlatih tentang perilaku baru serta bertanggung jawab atas pilihan yang ditentukan sendiri.¹⁷ konseling kelompok merupakan bentuk usaha pemberian kepada orang-orang yang memerlukan. Suasana kelompok yaitu hubungan dari semua orang yang terlibat dalam kelompok dapat merupakan wahana dimana masing-masing anggota kelompok itu dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan, dan berbagai reaksi dari anggota kelompok lainnya untuk kepentingan dirinya yang bersangkutan dengan pengembangan diri anggota kelompok yang bersangkutan.¹⁸

Ketertarikan penulis untuk penulisan ini adalah adanya konseling kelompok untuk mengatasi terjadinya *toxic relationship* pada siswa di MAN 4 Bantul. Konseling kelompok ini berfokus untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa, harapannya setiap siswa dapat tereduksi mengenai *toxic relationship*, karena pada masa remaja tak jarang siswa banyak terlibat kenakalan remaja yang dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan. Selain itu, kurangnya penelitian mengenai konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship*, meskipun sudah ada beberapa penelitian tetapi dengan subjek siswa SMA masih sangat terbatas. Sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk membuktikan keefektifan layanan ini.

¹⁶ Susilawati, D. (2023). *Dampak Mengerikan Toxic Relationship Pada Kesehatan mental*.

¹⁷ Khofia indah, *Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan Toxic Relationship Pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur*, skripsi, (2021)

¹⁸ Ibid., hlm. 185.

Penelitian ini menekankan pembahasan mengenai *toxic relationship* secara umum, tidak hanya terbatas pada hubungan lawan jenis, istilah *toxic relationship* disini merujuk pada pola hubungan yang merugikan secara emosional, psikologis, maupun sosial bagi individu yang terlibat. Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan pada pola hubungan lawan jenis dan teman sebaya yang bersifat merendahkan, manipulatif dan penuh tekanan. Hal ini penting diperhatikan bagi siswa kelas XI yang sering mengalami dinamika pertemanan yang kompleks. Secara alami siswa sudah memiliki kelompok pertemanan yang nyaman dilihat sejak kelas X lalu terbentuk kelompok yang lebih intens dengan kriteria pertemanan dikelas XI.¹⁹

Terdapat beberapa kasus *toxic relationship* pada siswa kelas XI di MAN 4 Bantul yaitu pengaruh pertemanan untuk melanggar aturan sekolah seperti merokok, membolos kelas. Selain itu kasus berpacaran tidak sehat yang dilakukan siswa kelas XI di area sekolah yang mengakibatkan siswa lain terganggu dengan perilaku tersebut, adanya pengelompokan pertemanan yang terbentuk berdasarkan popularitas, kecantikan, kepintaran, status ekonomi. Hal ini mengakibatkan beberapa siswa yang tidak memiliki kelompok menjadi terisolir dan tidak aktif di kelas.²⁰

Konseling kelompok relevan dilakukan dalam menangani kasus *toxic relationship* untuk memberikan intervensi dari berbagai siswa yang terlibat untuk mendapatkan solusi dari permasalahan yang ada di sekolah. Dengan adanya konseling kelompok, siswa dapat mengetahui sudut pandang dari setiap anggota kelompok sehingga dapat menciptakan solusi secara bersama antar anggota kelompok.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas pokok permasalahan yang di jelaskan dalam penulisan ini adalah

¹⁹ Hasil Wawancara dengan guru BK MAN 4 Bantul Sudarsih, S.Pd Pada tanggal 15 April 2026

²⁰ Hasil wawancara dengan guru BK MAN 4 Bantul. Sudarsih, S.Pd. Pada tanggl 13 April 2026

1. Bagaimana tahapan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas XI MAN 4 Bantul?
2. Bagaimana hambatan dalam tahapan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas XI MAN 4 Bantul

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis tahapan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas XI MAN 4 Bantul.

D. Manfaat Penelitian

Adanya penelitian ini diharapkan memiliki banyak manfaat bagi yang membaca dan yang terlibat dalam penulisan penelitian ini. Adapun manfaat penulisan sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Sebagai sumbangan informasi terkait konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* siswa.
 - b. Menambah ilmu pengetahuan tentang bagaimana penerapan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* siswa.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Penulis

Mampu menambahkan ilmu dan memberikan kemampuan sebagai bekal calon guru BK/Konselor/dosen dalam upaya menangani kasus *toxic relationship* pada peserta didik dengan menggunakan teknik konseling kelompok.
 - b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat dijadikan pedoman agar mengetahui cara penerapan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* dari perencanaan,

pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengawasan. Kepala sekolah juga dapat strategi yang tepat dalam konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* siswa di sekolah.

E. Kajian Pustaka

Bagian kajian pustaka menjelaskan tentang penilaian yang relevan dengan masalah yang akan diteliti. Sejauh ini hasil penelusuran penulis tidak menemukan yang kesamaan dengan penulis sebelumnya. Tetapi penulis menemukan penulisan yang memiliki kemiripan dengan penulisan yang akan diteliti dan sebuah penulisan dengan tema yang sejenis sebagai bahan acuan dalam mengetahui mengklarifikasi persamaan dan perbedaan yang belum diteliti oleh penulis terdahulu. Hal ini berfungsi sebagai bahan pertimbangan dan referensi.

Berdasarkan penelusuran yang telah dilakukan, peneliti menemukan beberapa kajian pustaka penulisan tentang konseling kelompok untuk mengurangi perilaku *toxic relationship* sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan Ummul Yakin Universitas Negeri Makassar pada jurnal Bimbingan dan Konseling dengan judul "Penerapan Konseling Kelompok Teknik *Reframing* untuk Menurunkan perilaku *Toxic Friendship* pada Siswa SMA negeri 3 Makassar". Hasil dari adanya konseling kelompok teknik *reframing* berpengaruh secara signifikan untuk menurunkan perilaku *toxic friendship* siswa.²¹

Persamaan penulisan ini dengan penulisan yang akan dilakukan yaitu objek yang dibahas adalah konseling kelompok untuk mengurangi perilaku *toxic relationship* pada siswa. Sedangkan perbedaannya terdapat pada teknik yang digunakan dan penggunaan kata "*relationship*" dan "*friendship*" serta tempat dilakukannya penulisan, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan

²¹ Ummul Yakin, *Penerapan Konseling Kelompok Teknik Reframing Untuk Menurunkan Perilaku Toxic Friendship Pada Siswa Sma Negeri 3 Makassar*, (Makassar: Jurnal Bimbingan dan Konseling), (2024), 150–58.

metode analisis deskriptif kualitatif, dengan subjek penelitian siswa kelas XI MAN 4 Bantul.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Salsabilla, Azzahra Aulia Muharram, Barirotul 'Aizza Salsabila, Siti Rahmah Muflihatul Jannah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta pada jurnal *Altruism: The Indonesian Journal of Community Engagement* dengan judul "Layanan Psikoedukasi sebagai Upaya untuk Mencegah *Toxic Relationship* Pada Remaja di MAN 3 Sleman". Hasil dari matrik SWOT yang dilakukan, pemberian layanan ini diperlukan agar siswa juga perlu memahami tentang kriteria hubungan baik dengan pasangan, saudara, orangtua, maupun pertemanan yang sehat melalui sikap empati, tulus, dan menerima tanpa syarat.²²

Persamaan dari penulisan ini adalah topik yang dibahas mengenai mencegah atau mengurangi resiko *toxic relationship* pada remaja dengan menggunakan metode kualitatif serta subjek yang diteliti merupakan siswa MAN. Sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada jenis layanan yang dilakukan merupakan layanan psikoedukasi menggunakan metode matriks SWOT sedangkan penelitian ini tidak menggunakan jenis layanan.

3. Penelitian Nisa Atul Uyun dengan judul penulisan "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Terhadap Perilaku *Toxic Relationship* Siswa Kelas VIII MTS 2 Lenek Laun Tahun 2023". Hasil penelitian ini berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan t-test menunjukkan bahwa t-hitung lebih besar dari pada t-tabel ($7,070 > 2,571$) pada taraf signitifikan 5% menunjukkan bahwa ada pengaruh untuk mencegah perilaku *toxic relationship* dengan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik modelling pada siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk.

Hal tersebut menunjukkan H_a : diterima dan H_o : ditolak. Sehingga hal ini dapat

²² Azzahra Aulia Muharram, Barirotul Aizza Salsabila, and Siti Rahmah Muflihatul, *Layanan Psikoedukasi Sebagai Upaya Untuk Mencegah Toxic Relationship Pada Remaja Di MAN 3 Sleman*, (Yogyakarta: Jurnal Altruism), (2023), 38–46.

disimpulkan bahwa ada perubahan perilaku *toxic relationship* dalam pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan *teknik modelling* untuk mencegah perilaku *toxic relationship* siswa kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk.²³

Persamaan dari penulisan ini adalah topik yang dibahas yaitu *toxic relationship*. Sedangkan perbedaannya yaitu pada metode penelitian yang dilakukan yaitu kuantitatif sedangkan pada penulisan ini menggunakan metode kualitatif, serta penggunaan *teknik modelling* yang dilakukan oleh penelitian tersebut, subjek yang diteliti pada penelitian ini adalah siswa kelas 11 MAN 4 Bantul.

4. Penelitian khofia Indah Nurul Huda Lumban Tobing dengan judul penulisan “Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan *Toxic Relationship* Pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur”. Hasil penelitian ini adalah penerapan konseling kelompok dalam memutuskan *toxic relationship* diketahui ada perubahan yang signifikan. Hal ini dilihat dari kondisi psikologis remaja. Penerapan yang dilakukan adalah penerapan konseling kelompok yang dilakukan dua siklus. Siklus I dengan dua pertemuan dan siklus II dengan dua pertemuan.²⁴

Persamaan dari penulisan ini adalah topik yang dibahas adalah konseling kelompok dan *toxic relationship*, sedangkan perbedaan dari penelitian ini adalah fokus penelitian yang diteliti penulis fokus pada mengurangi resiko *toxic relationship* sedangkan penelitian diatas fokus pada memutuskan *toxic relationship*, dan metode penelitian yang digunakan ini menggunakan kuantitatif metode eksperimen dengan bentuk *pre-experimental one group pretest-posttest design* sedangkan penulisan menggunakan kualitatif deskriptif.

²³ Atul Uyun, Nisa, *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Terhadap Perilaku Toxic Relationship Siswa Kelas V111 Mts 2 Lenek Lauk Tahun 2023*, (Skripsi: Universitas Hamzanwadi), 2023.

²⁴ Khofia Indah Nurul Huda Lumban Tobing, *Penerapan Konseling Kelompok dalam Memutuskan Toxic Relationship pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur*, (Skripsi: IAIN Padangsidimpuan) 2021

5. Penelitian Hasanah Pratiwi dengan judul penulisan "Pengaruh layanan Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training Toxic Relationship* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Kencana Sastra Tahun Ajaran 2024/2025". Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisis data dengan uji Wilcoxon dengan bantuan SPSS Statistic versi 25 diketahui bahwa nilai Asymp Sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 atau $0,018 < 0,05$. Data skor rata-rata keseluruhan pre-test 215,57 dan posttest 139,86 dengan selisih 75,71 atau 35,12%. Artinya ada perubahan selisih penurunan perilaku *toxic friendship* yang tinggi setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *assertive training*. Dengan kata lain hipotesis dalam penelitian ini diterima. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh layanan konseling kelompok teknik *assertive training* terhadap perilaku *toxic friendship* siswa kelas kelas VIII di SMP Swasta Kencana Tahun Ajaran 2024.²⁵

Persamaan dari penulisan ini adalah topik pembahasan mengenai konseling kelompok dan *toxic relationship* dan perbedaan dari penulisan sebelumnya dengan yang diteliti adalah metode penelitian yang digunakan merupakan metode eksperimen dan penggunaan teknik *Assertive training* sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif metode penulisan yang sama yaitu kualitatif.

Pemaparan kajian pustaka di atas, fokus penulisan yang dilakukan jelas berbeda dengan fokus pembahasan pada penulisan yang penulis lakukan. Oleh karena itu, kiranya dapat dijadikan alasan bahwa judul skripsi layak diteliti, karena belum terdapat skripsi yang spesifik membahas tentang layanan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas 11 MAN 4 Bantul.

²⁵ Hasanah Pratiwi, Pengaruh layanan Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training Toxic Relationship* Siswa Kelas VIII SMP Swasta Kencana Sastra Tahun Ajaran 2024/2025

F. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.²⁶

Adapun menurut para ahli menyampaikan beberapa pendapat mengenai konseling kelompok yaitu menurut Latipun mengatakan konseling kelompok adalah bentuk konseling yang membantu beberapa individu yang diarahkannya mencapai fungsi kesadaran secara efektif untuk jangka waktu pendek dan menengah.²⁷ Menurut W.S. Winkel konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari konseling, yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil. Di dalam konseling kelompok terdapat dua aspek pokok yaitu aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka. Aspek proses dalam konseling kelompok memiliki ciri khas karena proses itu dilalui oleh lebih dari dua orang; demikian pula aspek pertemuan tatap muka karena yang berhadapan muka adalah sejumlah orang yang tergabung dalam kelompok, yang saling memberikan bantuan psikologis.²⁸

²⁶ Kurnanto M.Edi, *Konseling Kelompok*, Bandung: Alfabeta, 2013, hlm 7-9.

²⁷ Namora Lumongga Lubis dan Hasnida, *Konseling Kelompok* (Edisi pertama), Jakarta: Prenada Media, 2017.Hlm 24

²⁸ W.S,Winkel. dan M.M. Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi. 2007. Hlm 590

Dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu proses bantuan psikologis yang melibatkan sekelompok individu dengan tujuan membantu mereka mengatasi masalah, mengembangkan diri, dan mencapai kesadaran efektif. Konseling kelompok melibatkan dinamika kelompok, interaksi antar anggota, dan pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu. Konselor profesional memfasilitasi proses ini dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dengan fokus pada perubahan perilaku dan pengembangan potensi individu.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Halena tujuan dari konseling kelompok yaitu untuk mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas di dalam kelompok dengan demikian dapat menumbuhkan hubungan yang baik antar anggota kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang di inginkan sebagaimana terungkap di dalam kelompok.²⁹

Secara umum tujuan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi peserta didik diungkap dan didinamikan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi peserta didik berkembang secara optimal.³⁰

Dapat disimpulkan bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi dan komunikasi peserta didik dengan cara menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok, menumbuhkan hubungan

²⁹ Hallen,A, *Bimbingan dan Konseling*. Edisi Revisi, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hlm 73

³⁰ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta:Rajawali Pers, 2013), hlm 171-172

baik antar anggota kelompok, dan mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

c. Unsur-Unsur Konseling Kelompok

Menurut Reni Liana dalam kegiatan konseling kelompok, terdapat beberapa unsur agar dalam kegiatan tersebut dapat berjalan secara teratur sehingga kegiatan tersebut juga dengan konseling kelompok. Adapun unsur-unsur yang ada didalam layanan konseling kelompok yaitu:

Anggota kelompok adalah individu normal yang mempunyai masalah dalam rentang penyesuaian yang masih dapat diatasi oleh pemimpin kelompok maupun anggota kelompok yang lainnya, pemimpin kelompok, adalah seseorang ahli yang memimpin jalannya kegiatan konseling kelompok, konseling kelompok dipimpin oleh seorang konselor atau psikolog yang profesional dengan latihan khusus bekerja dengan kelompok, Permasalahan yang dihadapi antara anggota konseling kelompok adalah sama, metode yang dilaksanakan dalam konseling kelompok berpusat pada proses kelompok dan perasaan kelompok, interaksi antara anggota kelompok sangat penting dan tidak bias dinomorduakan. Kegiatan konseling kelompok dilaksanakan berdasarkan pada alam kesadaran masing-masing anggota kelompok dan juga pemimpin kelompok. Menekankan pada perasaan dan kebutuhan anggota, adanya dinamika kelompok antara anggota kelompok dalam kegiatan konseling kelompok, ada unsur batasan yang dilakukan oleh pemimpin kelompok.³¹

Disimpulkan bahwa unsur-unsur dalam konseling kelompok adalah meliputi anggota kelompok yang merupakan individu normal dengan masalah penyesuaian yang masih dapat diatasi melalui bantuan pemimpin kelompok seperti konselor/psikolog, permasalahan yang dihadapi anggota bersifat relatif sama,

³¹ R Liana, *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Untuk Mengurangi Perilaku Membolos*, (Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang 2019.)

sehingga memungkinkan metode konseling berpusat pada proses dan perasaan kelompok.

d. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Nasrina dan Slamet bahwa memiliki 4 tahapan dalam konseling kelompok, antara lain sebagai berikut:

Tahap awal adalah proses utama selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Pada awalnya tahap ini akan diwarnai keraguan dan kekhawatiran, namun juga harapan dari peserta. Namun apabila konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahap ini akan memunculkan kepercayaan terhadap kelompok. Langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah: Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih, Berdoa, Menjelaskan pengertian konseling kelompok, Menjelaskan tujuan layanan konseling kelompok, Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok, Menjelaskan asas-asas konseling kelompok dan melaksanakan pengenalan dilanjutkan rangkaian nama

Tahap Peralihan ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi. Langkah-langkah pada tahap peralihan yaitu: menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok, tanya jawab mengenai kesiapan anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan lebih lanjut, mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut dan memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

Tahap Kegiatan ini adalah proses penggalan permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan

oleh anggota kelompok. Langkah-langkah pada tahap kegiatan adalah: Mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian; Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu; Membahas masalah terpilih secara tuntas; Selingan/bergantian membahas masalah yang akan dituntaskan; Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya.

Tahap pengakhiran adalah pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku didalam kelompok. Langkah-langkah pada tahap pengakhiran Adalah: Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri; Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing; Membahas kegiatan lanjutan setelah dilakukan konseling kelompok; Pesan serta tanggapan anggota kelompok setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok; Ucapan terimakasih dari konselor kepada anggota kelompok karena telah berkenan mengikuti kegiatan konseling kelompok; Berdoa untuk menutup sesi konseling kelompok; Perpisahan, memberikan closing statement dan permintaan maaf konselor apabila terdapat perketaan yang kurang berkenan selama proses konseling kelompok; Teknik konseling kelompok.³²

Dapat disimpulkan bahwa tahapan konseling kelompok menurut Nasrina dan Slamet mengemukakan bahwa konseling kelompok memiliki 4 tahapan, yaitu: 1) Tahap awal kelompok, yang fokus pada orientasi dan eksplorasi, membangun kepercayaan, dan menjelaskan tujuan serta asas konseling kelompok. 2) Tahap peralihan, yang membangun iklim saling percaya dan mengatasi rasa takut anggota kelompok. 3) Tahap kegiatan, yang fokus pada penggalian permasalahan dan tindakan

³² Nasrina Nur Fahmi dan Slamet, *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman*, (*Jurnal Hisbah*, 13.1, 2016), 69–84.

efektif, dengan membahas masalah pribadi anggota kelompok. 4) Tahap pengakhiran, yang menandai perubahan tingkah laku anggota kelompok, dengan membahas kesan, kemajuan, dan kegiatan lanjutan. Keempat tahapan ini membantu konselor memfasilitasi proses konseling kelompok yang efektif dan membantu anggota kelompok mencapai tujuan mereka.

e. Teknik-Teknik Konseling Kelompok

Pelaksanaan konseling kelompok ada teknik yang harus diikuti agar proses konseling kelompok dapat berjalan dengan sesuai dengan rencana dan menghindari hambatan-hambatan yang ada. Menurut Nasrina dan Slamet teknik yang ada didalam konseling kelompok, antara lain:

Pertama, Teknik umum, yaitu teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu pada berkembangnya dinamika kelompok yang diakui oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun teknik-teknik secara garis besar meliputi: komunikasi multi arah secara efektif dan terbuka, pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi. Dorongan minimal untuk memantapkan respon aktivitas kelompok, penjelasan, pendalaman, pemberian contoh untuk memantapkan analisis, argumnetasi, dan pembahasan, pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku yang dikehendaki. Komunikasi multiarah secara efektif dinamis dan terbuka.

Kedua, Teknik permainan kelompok, yaitu dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut: sederhana, mengembirakan, menimbulkan rasa santai, meningkatkan keakraban.

Ketiga, *Modelling*, yaitu suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tinglah laku yang menjadi tujuan. Teknik ini dilaksanakan dengan mengamati dan menghadirkan model secara langsung saat konseling kelompok untuk mencapai tujuan, sehingga kecakapan-kecakapan pribadi atau sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati atau mencontoh tingkah laku model-model yang ada.

Keempat, Bermain peran, merupakan suatu teknik konseling melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan anggota kelompok. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan dengan memerankannya sebagai tokoh hidup atau benda mati yang disesuaikan dengan kejadian dalam kehidupan sebenarnya.

Kelima, Menggunakan humor, dapat digunakan sebagai selingan saat konseling kelompok yang mendorong suasana yang segar dan relaks agar tidak menimbulkan ketegangan.

Keenam, *Home work assignments*, teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah dapat melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan.³³

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok memerlukan teknik yang tepat untuk mencapai tujuan dan menghindari hambatan. Dengan adanya teknik konseling kelompok diharapkan mampu melakukan konseling kelompok dengan baik dengan memperhatikan teknik konseling kelompok agar berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan dari konseling kelompok.

³³ Nasrina Nur Fahmi dan Slamet, *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman*, (Jurnal Hisbah, 13.1, 2016)

f. Faktor-Faktor Konseling Kelompok

Faktor konseling kelompok meliputi berbagai elemen untuk mencapai keberhasilan dalam pengentasan masalah individu melalui dinamika kelompok. Menurut Namora Lamungga faktor-faktor konseling kelompok yaitu:³⁴

Pertama, Faktor Konselor. Konselor adalah pihak yang membantu klien dalam proses konseling kelompok. Seorang konselor harus dapat menerima kondisi klien apa adanya. Konselor harus dapat menciptakan suasana yang kondusif saat proses konseling kelompok berlangsung. Posisi konselor sebagai pihak yang membantu dan benar-benar memahami dengan baik permasalahan yang sedang dihadapi klien.

Kedua, Faktor Klien. Kehadiran klien untuk menjalankan proses konseling kelompok bukanlah tanpa alasan. Adanya kebutuhan, harapan mendesak dan menemukan jalan buntu sehingga klien sadar bahwa membutuhkan bantuan profesional untuk menangani masalahnya.

Ketiga, Kohesivitas Kelompok. Kohesivitas kelompok terjadi karena adanya bentuk penerimaan yang hangat dari masing-masing anggota kelompok. Apabila kohesivitas terbentuk, masing-masing anggota kelompok akan dapat berinteraksi secara optimal dan tanpa keraguan memberikan umpan balik demi kemajuan anggota kelompok.

Uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor konseling kelompok yang mempengaruhi keberhasilan pengentasan masalah individu melalui dinamika kelompok meliputi konselor yang dapat menerima kondisi klien apa adanya dan menciptakan suasana kondusif, klien yang memiliki kebutuhan dan harapan untuk mendapatkan bantuan profesional, serta kohesivitas kelompok yang terbentuk melalui

³⁴ Namora Lumongga Lubis Hasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: penerbit: KENCANA, 2016) hlm 20

penerimaan hangat antar anggota kelompok, sehingga memungkinkan interaksi optimal dan umpan balik yang konstruktif.

g. Hambatan Konseling Kelompok

Dalam pelaksanaan konseling kelompok tidak semua sesi berjalan dengan lancar, terdapat beberapa hambatan yang dapat mempengaruhi dinamika dan hasil konseling. Menurut Siti terdapat beberapa hambatan yang sering terjadi pada konseling kelompok yaitu:³⁵

Pertama, guru BK sulit untuk meningkatkan antusiasme peserta yang tinggi karena fasilitas yang kurang memadai di sekolah dan akibatnya banyak siswa yang malas belajar, sebagian besar siswa di kelas ini lebih memilih untuk terlibat dalam kegiatan selain yang ditugaskan guru.

Kedua, banyak anak-anak di sekolah ini mengalami kesulitan berteman atau tidak seimbang dalam membangun persahabatan, yang mengakibatkan hubungan antar individu menjadi sumbu dengan teman sebayanya. Menjadi tantangan tersendiri bagi guru bimbingan konseling untuk menyatukan siswa tersebut dan membina hubungan karena siswa di sekolah ini lebih memilih teman, siswa lebih memilih bergaul dengan siswa kaya, begitu pula sebaliknya. kerjasama antar siswa.

Ketiga, siswa di sekolah ini memiliki kelompok pertemanan sehingga sulit bagi guru BK untuk mempertemukan mereka. Akibatnya, tidak pernah ada kerjasama yang baik dan konsisten di antara para siswa ini. Guru BK juga tidak mampu meningkatkan partisipasi siswa, menghambat berkembangnya ikatan yang kuat antar siswa selama kegiatan kelompok.

Uraian di atas, disimpulkan bahwa terdapat 3 hambatan konseling kelompok yaitu kurangnya antusiasme siswa yang diakibatkan fasilitas kurang memadai,

³⁵ Siti Fadilah Br Purba,dkk, *Hambatan Guru bimbingan dan Konseling dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Dolok Masihul*, (Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 2023) 4-5

hubungan siswa yang terbangun berdasarkan status ekonomi, siswa sudah memiliki kelompok bermain sehingga sulit untuk disatukan dengan siswa lainnya.

2. Tinjauan Tentang *Toxic Relationship*

a. Pengertian *Toxic Relationship*

Toxic relationship adalah hubungan yang menghancurkan, di mana salah satu pihak secara sengaja menciptakan lingkungan yang penuh dengan manipulasi, kontrol, dan penghinaan. Korban dari hubungan ini seringkali mengalami trauma mendalam, merasa tidak berdaya, dan kesulitan untuk membangun hubungan yang sehat di masa depan.³⁶

Toxic relationship didefinisikan secara berbeda oleh masing-masing individu yang mengalaminya namun tetap memiliki inti yang sama yaitu, merugikan. *Toxic relationship* dikenal sebagai hubungan antara dua orang yang tidak sehat dan merupakan sebuah hubungan yang membuat salah satu pasangan merasa tidak nyaman sebab kurangnya dukungan dan direndahkan. *Toxic* diartikan sebagai kata sifat yang dapat menggambarkan seseorang dengan banyak sifat negatif seperti suka marah, sering melontarkan kata-kata kasar. Beberapa bentuk tindakan negatif yang dapat menimbulkan dampak terhadap kesehatan mental adalah kekerasan fisik, kekerasan seksual, dan kekerasan emosional.³⁷

Disimpulkan bahwa *Toxic relationship* merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang bersifat merusak dan tidak sehat, ditandai dengan adanya pola manipulasi, kontrol, serta penghinaan yang dilakukan oleh salah satu pihak terhadap pihak lainnya. Hubungan ini dapat menimbulkan dampak negatif yang signifikan terhadap kondisi psikologis korban, seperti trauma mendalam, perasaan

³⁶ Kanda, A. S., & Kivania, R. (2024). „Dampak Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Mental“. *Sammajiva: Jurnal Penelitian Bisnis dan Manajemen*, 2(1), 118-129.

³⁷ Bab 1, ‘Bab I Pendahuluan’, *با حض خ*, Galang Tanjung, 2018, 1–9.

tidak berdaya, dan kesulitan dalam membangun relasi yang sehat di kemudian hari. Bentuk-bentuk tindakan negatif dalam *toxic relationship* meliputi kekerasan fisik, seksual, maupun emosional yang secara langsung maupun tidak langsung dapat mengganggu kesehatan mental individu. Dengan demikian, *toxic relationship* perlu dipahami sebagai permasalahan relasional yang memerlukan penanganan melalui upaya preventif dan kuratif, salah satunya melalui layanan konseling kelompok.

b. Bentuk-Bentuk Toxic Relationship

Bila dilihat dari bentuknya, *toxic relationship* ini sebenarnya memiliki 2 (dua) bentuk yaitu:

Bentuk verbal, kekerasan verbal itu terjadi ketika seseorang membentak orang lain atau pasangannya. Kekerasan verbal ini terjadi tidak hanya pada saat seseorang berteriak atau berbicara dengan nada yang tinggi tetapi dapat dilakukan dengan nada halus sekalipun. Kekerasan verbal ini terjadi ketika seseorang ingin menghancurkan karakter orang lain. Seperti, merendahkan, mengolok-ngolok, memanggil dengan panggilan yang tidak pantas

Bentuk fisik, kekerasan fisik itu seperti kekerasan yang melibatkan kontak langsung dan dimaksudkan untuk menimbulkan perasaan intimidasi, cedera, atau penderitaan fisik lain atau kerusakan tubuh. Seperti, memukul, menendang, mendorong, menampar.³⁸

Adapun bentuk-bentuk konflik dalam hubungan *toxic relationship* menurut beberapa ahli, yaitu: Konflik Interpersonal, Konflik jenis ini muncul antar individu dalam suatu kelompok, misalnya antara rekan kerja, teman, atau rekan kerja. Penyebab timbulnya konflik antarpribadi antara lain adalah ungkapan kata yang kasar/kotor, jeleknya perasaan, merasa diri hebat, merasa diri lebih tinggi,

³⁸ Evendi, I, Kekerasan Dalam Pacaran (Studi pada Siswa SMAN 4 Bombana), Jurnal Neo Societal, Vol. 3, No. 2, 2018, hlm.389 399.

cemburu, perbedaan pendapat, perbedaan pemahaman, ego yang tinggi, permasalahan yang dibicarakan di luar lingkungan sekolah, dan masalah yang berasal dari luar lingkungan kelas.³⁹

Konflik Antar pribadi, Konflik ini terjadi antara individu dengan kelompok atau organisasi lain, misalnya antara pegawai dengan pemerintah atau antara warga negara dengan pemerintah. Salah satu cara untuk meningkatkan analisis konflik pihak swasta adalah dengan mengajarkan siswa berbagai teknik khusus yang mungkin mereka gunakan untuk berinteraksi dengan pihak swasta lainnya.⁴⁰

Konflik Sosial, Terjadinya konflik antar berbagai kelompok dalam masyarakat, misalnya antara Suku, Agama, Ras, atau kelompok sosial. Konflik sosial muncul antara dua kelompok atau lebih, yang bermanifestasi sebagai konflik fisik antara mereka sebagai anggota berbagai kelompok yang terlibat konflik.⁴¹

Konflik Keluarga, Konflik ini muncul dalam kelompok akibat beberapa faktor seperti kesulitan atau permasalahan ekonomi, seperti perbedaan pendapat mengenai hak waris. Dalam lingkungan keluarga atau kelompok, konflik dapat muncul karena berbagai jenis konflik yang berbeda-beda, termasuk keunikan dan keberagaman dalam konflik tersebut.⁴²

Disimpulkan bahwa dalam bentuk-bentuk *toxic relationship* memiliki dua bentuk utama, yaitu verbal dan fisik. Bentuk verbal meliputi kekerasan seperti merendahkan, mengolok-olok, dan memanggil dengan panggilan tidak pantas, sedangkan bentuk fisik meliputi kekerasan seperti memukul, menendang, dan

³⁹ Muslim, A. *Manajemen konflik interpersonal di sekolah*. Jurnal Paedagogy, 2020 1(1),

⁴⁰ Mz, F., Mukhlis, M., & Idham, M. (2020). *Analisis konflik antarkelas dalam novel Si Anak Badai karya Tere Liye*. JIM Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, 2020 5(1),

⁴¹ Suparlan, P. *Konflik sosial dan alternatif pemecahannya*. Antropologi Indonesia, 2006 30(2).

⁴² Jalil, A. *Manajemen konflik dalam keluarga relevansinya dalam membentuk keluarga sakinah*.

mendorong. Konflik dalam *toxic relationship* dapat berupa konflik interpersonal, antar pribadi, sosial, dan keluarga, yang disebabkan oleh faktor-faktor seperti perbedaan pendapat, ego tinggi, dan kesulitan ekonomi.

c. Ciri-ciri individu yang mengalami *toxic relationship*

Toxic relationship membuat orang-orang didalamnya merasa terpenjara, tidak berdaya dan merasa sering diabaikan. Individu yang terjebak dalam zona *toxic relationship* akan merasa tidak dapat menikmati saat-saat indah atau menjadi diri sendiri. Ada beberapa ciri-ciri *toxic relationship* menurut Kusumastuti dalam jurnal Ageng dan Ranti, yaitu:⁴³

1) Kurang mendapat dukungan.

Kurang mendapat dukungan merupakan salah satu indikator bahwa seseorang sedang mengalami *toxic relationship* kurangnya dukungan dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu yang dapat menyebabkan stress, depresi, dan sulit dalam membuat keputusan.

2) Merasa tidak dihargai.

Merasa tidak dihargai merupakan seorang individu merasa bahwa kontribusi, perasaan, dan kebutuhannya tidak dihargai oleh teman atau pasangan. Merasa tidak dihargai dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis individu seperti sulit untuk membuat keputusan, mengurangi motivasi dan minat dalam lingkaran pertemanan.

3) Takut berbicara jujur.

Takut berbicara jujur merupakan seorang individu merasa takut untuk berbicara jujur dengan teman atau pasangan. Mereka merasa tidak aman untuk dapat mengungkapkan perasaan dan pikiran.

⁴³ Ageng Saepudin Kanda, 'Dampak Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Mental', 2.1 (2024).

4) Sering merasa dicurigai.

Seseorang yang mengalami *toxic relationship* akan merasa dicurigai oleh teman atau pasangan. Seseorang yang memiliki pasangan *toxic* yang selalu cemburu berlebihan dan posesif berlebihan dalam berhubungan akan membuat seseorang selalu merasa tidak nyaman dan merasa di curigai.

5) Saat berkomunikasi sering bersifat sarkastik.

Seseorang yang mengalami *toxic relationship* akan bersifat sarkastik saat berkomunikasi, mereka akan merasa tertuduh dan merasa diserang. Seseorang yang bersifat sarkastik akan tidak nyaman ketika seseorang menaikkan nada bicara dan mendapatkan perkataan yang membuat mereka merasa tidak nyaman saat berkomunikasi.

6) Merasa lelah fisik dan mental saat berada dalam lingkungan yang *toxic*.

Saat merasa lelah fisik dan mental ketika berada dalam lingkaran yang *toxic* merupakan suatu tanda bahwa seseorang sedang mengalami hubungan yang tidak seimbang. seseorang yang sudah lelah fisik dan mental akan kehabisan energi dan tidak bisa lagi menghadapi stress dan tekanan yang dihadapi ketika dalam lingkungan yang *toxic*.

7) Takut untuk bertindak agar tidak menyinggung.

Seseorang yang takut untuk bertindak agar tidak menyinggung merupakan seseorang yang sangat berhati untuk bertindak dan berbicara dengan orang lain. Seseorang yang takut untuk bertindak akan sulit untuk menyampaikan pendapat dan mengambil keputusan.

Dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri *toxic relationship* menurut Kusumastuti dalam jurnal Ageng dan Ranti *toxic relationship* adalah hubungan yang membuat individu merasa terpenjara, tidak berdaya, dan diabaikan, sehingga mereka tidak

dapat menikmati saat-saat indah atau menjadi diri sendiri. Ciri-ciri *toxic relationship* meliputi kurang mendapat dukungan, merasa tidak dihargai, takut berbicara jujur, sering merasa dicurigai, komunikasi yang sarkastik, merasa lelah fisik dan mental, serta takut untuk bertindak agar tidak menyinggung.

d. Konseling Kelompok Untuk *Toxic Relationship* dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam

Toxic relationship tidak selalu muncul dari niat yang jahat, lingkungan, trauma masa lalu, atau pola komunikasi yang buruk dapat membentuk individu dengan kecenderungan relasi yang *toxic*. Istilah tersebut merujuk pada hubungan yang menyimpang dari prinsip adab, melanggar nilai ukhuwah, dan merusak arah keimanan. Beberapa tanda-tandanya meliputi dominasi sepihak, sindiran tersembunyi, sikap manipulatif, serta pembentukan rasa bersalah secara terus-menerus.⁴⁴ Al-Qur'an menggambarkan jenis hubungan seperti ini sebagai relasi yang berujung penyesalan, bukan pertumbuhan. Surah Al-Furqan ayat 28–29 memberikan gambaran konkret tentang seseorang yang menyesali keputusannya karena menjadikan teman buruk sebagai sahabat dekat:

لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ ۖ يُوَيَّلْنِي لِيَتَّبِعِيَ لَمْ أَتَّخِذْ فَلَانًا خَلِيلًا ۚ

جَاءَنِي ۖ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولًا ۚ

“Oh, celaka aku! Sekiranya (dahulu) aku tidak menjadikan si fulan sebagai teman setia. Sungguh, dia telah menyesatkanku dari peringatan (Al-Qur'an) ketika telah datang kepadaku. Setan itu adalah makhluk yang sangat enggan menolong manusia (Al-Furqan/25:28–29)”.⁴⁵

Implikasi menurut perspektif Bimbingan Konseling Islam, konseling kelompok untuk mengurangi *toxic relationship* adalah upaya pembimbing atau

⁴⁴ Gilang Sadewa and others, *Upaya Penanganan Hubungan Toxic Dalam Pertemanan*, 05.02 (2025).

⁴⁵ <https://quran.nu.or.id/al-furqan/28>

konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok, agar tercapai perkembangan yang optimal.⁴⁶ Keberadaan konselor dalam sistem pendidikan nasional yang dinyatakan sebagai salah satu kualifikasi pendidik, sejajar dengan kualifikasi guru, dosen, pamong belajar, fasilitator dan instruktur (UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 6).⁴⁷

Guru Bimbingan Konseling merupakan bagian dari struktur sekolah, menangani permasalahan yang mengenai peserta didik merupakan salah satu bagian dari tugas guru Bimbingan dan Konseling disekolah. Guru BK harus dapat memahami bagaimana cara mengatasi dan menangani peserta didik dengan berbagai karakteristiknya yang unik. Bimbingan dan Konseling memiliki berbagai layanan pengentasan dalam membantu peserta didik. Salah satunya adalah konseling kelompok.⁴⁸ Terdapat 3 (Tiga) cara dalam menangani siswa yang mengalami *toxic relationship*.⁴⁹ Pertama, Melakukan observasi dan identifikasi awal terhadap siswa yang terliba. Kedua, Guru Bimbingan dan Konseling juga akan melibatkan orangtua siswa dalam proses ini. Kolaborasi dengan orangtua sangat penting dalam mengatasi masalah ini. Ketiga, Melakukan konseling kelompok bagi beberapa siswa yang terlibat untuk memberikan dukungan penuh dan meminimalisir resiko terjadinya *toxic relationship*.

⁴⁶Rifda El Fiah, Ice Angfralisa , *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016*, (Lampung: Jurnal Bimbingan dan Konseling), (2016), 43–56.

⁴⁷ Undang Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003.

⁴⁸ Melisa Lestari, 'Efikasi Diri Guru BK Dalam Melaksanakan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas di SMP Indralaya Kabupaten Ogan Ilir, (Sumatera Selatan: Jurnal Konseling Komprehensif), 2022, 54–63.

⁴⁹ Noffiyanti, *Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Menangani Toxic Friendship di SMP Negeri 2 Sragi Lampung Selatan*, (2024).

Dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* dapat terbentuk karena berbagai faktor, seperti lingkungan, trauma masa lalu, atau pola komunikasi yang buruk, dan dapat merusak arah keimanan serta melanggar nilai ukhuwah. Konseling kelompok dalam perspektif Bimbingan Konseling Islam (BKI) dapat membantu mengurangi *toxic relationship* dengan memfasilitasi individu untuk memahami diri sendiri dan mengembangkan kemampuan empati, serta meningkatkan kesadaran akan nilai-nilai Islam tentang hubungan yang sehat. Konselor dapat membantu individu mengidentifikasi tanda-tanda *toxic relationship*, seperti dominasi sepihak dan sikap manipulatif, serta mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif. Al-Qur'an juga menekankan pentingnya memilih teman yang baik dan menghindari hubungan yang berujung penyesalan, seperti yang tercantum dalam Surah Al-Furqan ayat 28-29. Dengan demikian, konseling kelompok dapat menjadi salah satu upaya untuk membantu individu mengembangkan hubungan yang sehat dan mengurangi *toxic relationship*.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan data lapangan terkait layanan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship*. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif yang mengumpulkan dan menganalisis data berupa kata-kata dan perbuatan manusia, dengan pengumpulan data melalui wawancara dan dokumentasi.⁵⁰

⁵⁰Afrizal, *Metode Penulisan Kualitatif: Sebuah Upaya Mendukung Penggunaan Penulisan Kualitatif dalam Berbagai Disiplin Ilmu* (Jakarta: Rajawali Pers, 2016), Hlm.13.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan dan menginterpretasikan data yang diperoleh dari guru BK MAN 4 Bantul mengenai layanan kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada Siswa MAN 4 Bantul. Sehingga penulis dapat memahami secara mendalam tentang pengalaman, persepsi, dan pandangan mereka terkait dengan topik yang diteliti.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian menurut Suharsimi Arikonto memberi batasan subjek penulisan sebagai benda, hal atau orang tempat data untuk variabel penulisan melekat, dan yang dipermasalahkan. Dalam sebuah penulisan, subjek penulisan mempunyai peran yang sangat strategis karena pada subjek penelitian, itulah data tentang variabel yang penulisan amati.⁵¹

Metode yang digunakan untuk menentukan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu sebuah metode *sampling non random* sampling dimana peneliti memastikan pengutipan ilustrasi melalui metode menentukan identitas sosial spesial yang cocok dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menanggapi kasus penelitian.⁵² Sampel penelitian dapat dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih guru BK yang memiliki karakteristik tertentu, seperti guru BK yang sudah melakukan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship*.

Adapun kriteria penentuan subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

⁵¹ Ilham Raka Guntara, dkk, *Strategi Komunikasi Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Kabupaten Kampar Menuju Kota Layak Anak Tingkat Utama*, (Riau: *Public Service and Governance Journal* Vol 4, No 1 2023).

⁵² Ika Lenaini and others, *Teknik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling*, (Palembang: Jurnal Kajian, Penelitian, & Pengembangan Pendidikan Sejarah), (2021), 33–39.

1. Guru bimbingan dan konseling yang menjadi fasilitator konseling kelompok
2. Pernah merancang dan melaksanakan layanan konseling kelompok dengan tema *toxic relationship* pada siswa

Fokus penelitian ini pada guru BK MAN 4 Bantul, sehingga subjek yang diwawancarai adalah Guru Bimbingan Konseling yang menjadi fasilitator pada konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas XI MAN 4 Bantul. Adapun subjek dalam penulisan ini adalah Ibu Sudarsih, S.Pd., selaku guru Bimbingan Konseling/ fasilitator konseling kelompok.

b. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan permasalahan yang diteliti. Objek penelitian adalah sifat keadaan dari suatu benda, orang, atau yang menjadi pusat perhatian dan sasaran penelitian. sifat keadaan dimaksud bisa berupa sifat, kuantitas, dan kualitas yang bisa perilaku, kegiatan, pendapat pandangan penilaian, sikap pro-kontra, simpati-antipati.⁵³ Objek penelitian dalam tulisan ini adalah tahap-tahap konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* dan hambatan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas XI MAN 4 Bantul

3. Metode Pengumpulan data

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi sebagai berikut:

⁵³ Surokim dkk, *Riset Komunikasi Strategis Praktis Bagi Penulis Pemula* (Jawa Timur: Pusat Kajian Komunikasi Publik, 2016) Hlm 132.

a. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data yang kompleks karena melibatkan berbagai faktor dalam pelaksanaannya.⁵⁴ Observasi yang digunakan yaitu observasi non-partisipasi. Teknik tersebut digunakan karena pada penelitian ini penulis mengamati situasi dan perilaku subyek penelitian secara objektif tanpa terlibat langsung dalam aktivitas yang berlangsung, sehingga data yang diperoleh sesuai dengan fakta yang didapat di lapangan.

Adapun cara peneliti dalam melakukan observasi, yaitu:⁵⁵ Pemilihan (*selection*), Peneliti dapat menentukan pilihannya atas sejumlah gejala alam, sosial, dan atau kemanusiaan yang dianggap dapat memberikan informasi sesuai dengan kebutuhannya, peneliti melakukan pemilihan subjek amatan. Pencatatan yang digunakan peneliti berupa daftar ceklist dan pencatatan berupa narasi. Data yang diperoleh dari hasil observasi berupa tahap-tahap konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa serta kondisi lingkungan madrasah.

b. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui tatap muka dan tanya jawab langsung antara penulis dan narasumber.⁵⁶ wawancara ini adalah wawancara semi terstruktur. Menurut Fadhallah dalam bukunya:

“wawancara semi terstruktur yaitu interviewer telah mempersiapkan daftar pertanyaan yang akan diajukan kepada interviewee tetapi urutan pengajuan pertanyaan-pertanyaan tersebut bersifat fleksibel karena bergantung pada arah pembicaran”⁵⁷

Wawancara semi terstruktur peneliti gunakan karena teknik ini memberikan keleluasaan bagi penulis untuk menggali informasi lebih mendalam

⁵⁴ Mochamad Nashrullah dkk, *Buku Prosedur: Penulisan Pendidikan Metodologi Penulisan Pendidikan Prosedur Penulisan, Subyek Penulisan, dan Pengembangan Teknik Pengumpulan Data*. (Sidoarjo: Umsida Press, 2023) Hlm 59.

⁵⁵ Hasyim Hasanah, ‘Teknik-Teknik Observasi’, 21–46.

⁵⁶ *Ibid.*, 58

⁵⁷ A fadhallah, SPsi., M. Si, *wawancara*, (Jakarta: UNJ Press, 2020) hlm 8

dan *fleksibel* dengan tetap mengacu pada pedoman wawancara yang telah disusun agar memperoleh data yang sesuai dengan fokus penelitian yaitu tahap-tahap konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa. Wawancara dilakukan dengan sumber yang bisa memberikan keterangan bagaimana tahap konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas 11 di MAN 4 Bantul. Yaitu segala kegiatan mengumpulkan data dengan melakukan tanya jawab secara lisan kepada subjek.

c. Dokumentasi

Studi dokumen adalah metode pengumpulan data yang tidak ditujukan langsung kepada subjek penulisan studi dokumen adalah jenis pengumpulan data yang meneliti berbagai macam dokumen yang berguna untuk bahan analisis.⁵⁸ Dengan menyelidiki tanda-tanda tertulis seperti buku-buku dokumen, peraturan-peraturan, catatan harian, gambar-gambar kegiatan, notulen rapat, dan lain sebagainya.

Metode ini digunakan dalam memperoleh data sekunder tentang tahapan konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas 11 MAN 4 Bantul yang terdapat pada guru bimbingan konseling. Data yang diperoleh yaitu dokumentasi proses konseling kelompok, rencana layanan konseling kelompok, hasil layanan konseling kelompok, daftar siswa yang terlibat *toxic relationship*.

4. Uji Validasi Data

Uji validasi data mengacu pada sejauh mana data yang dikumpulkan dapat dipercaya, akurat, dan benar-benar mencerminkan fenomena yang ingin diukur atau

⁵⁸ *Ibid.*, 62

diteliti.⁵⁹ Salah satu teknik keabsahan data dengan cara proses triangulasi. Penulisan ini menggunakan pengecekan pada data yang telah diperoleh dari sumber yang sama menggunakan teknik yang berbeda. Dalam penulisan ini data yang diperoleh dari wawancara mendalam dicek dengan triangulasi

Norman K. Denkin mendefinisikan triangulasi sebagai gabungan atau kombinasi berbagai metode yang dipakai untuk mengkaji fenomena yang saling terkait dari sudut pandang dan perspektif yang berbeda.⁶⁰ Penelitian ini menggunakan triangulasi metode untuk mengkaji kebenaran informasi tertentu melalui berbagai metode dan sumber perolehan data. selain melalui wawancara dan dokumentasi, peneliti menggunakan observasi non-partisipan, dokumen tertulis, arsip, catatan resmi, catatan atau tulisan pribadi dan gambar atau foto. Tentu masing-masing cara itu akan menghasilkan bukti atau data yang berbeda, yang selanjutnya akan memberikan pandangan (insights) yang berbeda pula mengenai fenomena yang diteliti. Melalui perbandingan ini, akan memperoleh gambaran yang lebih objektif dan meminimalisir bias data sehingga hasil penelitian yang diperoleh memiliki tingkat keabsahan yang lebih tinggi.

Dalam penelitian ini, peneliti membandingkan data hasil wawancara mendalam dengan guru BK di MAN 4 Bantul, hasil observasi non-partisipan pada saat pelaksanaan konseling kelompok, serta dokumentasi berupa catatan fasilitator, rencana layanan konseling kelompok, laporan konseling kelompok, dokumentasi pelaksanaan konseling kelompok. Jika ketiga metode menghasilkan data yang selaras, maka data dinyatakan valid.

5. Metode analisis data

⁵⁹ Alamsyah Agit dkk, *Metodologi Penulisan Kuantitatif & Kualitatif* (Bandung, Media Sains Indonesia) Hlm 173-174.

⁶⁰ Norman K. Denkin, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), 31.

Pada penelitian ini menggunakan beberapa teknik analisis data. Setelah data dalam penulisan ini terkumpul, data tersebut akan dianalisis dan diklarifikasikan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Data yang telah ditemukan dalam wawancara dan dokumentasi kemudian dideskripsikan secara sistematis.⁶¹

Analisis data pada penelitian ini digunakan untuk menafsirkan atau memberi makna yang mempunyai arti terhadap data yang akan dikumpulkan dengan Langkah-langkah berikut:

a. Reduksi data

Reduksi data merupakan tahap dari teknik analisis data kualitatif. Reduksi data merupakan penyederhanaan, penggolongan, dan membuang yang tidak perlu data sedemikian rupa sehingga data tersebut dapat menghasilkan informasi yang bermakna dan memudahkan dalam penarikan kesimpulan. Banyaknya jumlah data dan kompleknya data, diperlukan analisis data melalui tahap reduksi. Tahap reduksi ini dilakukan untuk pemilihan relevan atau tidaknya data dengan tujuan akhir. Dalam penulisan ini, reduksi data digunakan untuk memilih, mengkategorikan, menyederhanakan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan narasumber.

Reduksi data yang dilakukan dalam penelitian ini dengan cara:⁶² Meringkas data. Mengurangi data yang telah dikumpulkan menjadi bentuk yang lebih singkat dan mudah dipahami. Tetapi tetap mempertahankan informasi yang penting, membuat kode. Proses memberikan label atau kode pada data yang telah dikumpulkan untuk memudahkan identifikasi, pengorganisasian, dan analisis data, transformasi data. Data mentah diubah kedalam bentuk yang lebih siap analisis, bisa berupa kode, memo, tabel, ringkasan, bagan konsep, dan matriks, pemfokusan. Peneliti memilih bagian

⁶¹ Sugiyono, *Memahami Penulisan Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2009) Hlm. 334.

⁶² Ahlan Syaeful Millah and others, *Analisis Data Dalam Penelitian Tindakan Kelas*, (Ciamis: Jurnal Kreativitas Mahasiswa, 2023), 140–53.

data yang benar-benar penting untuk ditampilkan dan untuk diajukan sebagai temuan penelitian atau dasar keputusan analisis.

Disimpulkan bahwa reduksi data adalah tahap analisis data kualitatif yang melibatkan penyederhanaan, penggolongan, dan pembuangan data yang tidak perlu untuk menghasilkan informasi yang bermakna dan memudahkan penarikan kesimpulan. Reduksi data diawali dengan merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya terhadap isi dari suatu data yang berasal dari lapangan. Sehingga data yang telah direduksi dapat memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencari bila diperlukan tentang hasil pengamatan.

b. *Display data*

Display data atau penyajian data juga merupakan tahap dari teknik analisis data kualitatif. Bentuk penyajian data kualitatif bisa berupa teks naratif (berbentuk catatan lapangan) matriks, grafik, jaringan ataupun began. Pada penyajian data dalam penelitian ini yang digunakan oleh peneliti berupa teks naratif.⁶³ Melalui penyajian data tersebut, maka nantinya data akan terorganisasikan dan tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan melalui analisis dokumentasi, wawancara dan observasi dengan sumber atau informan yang ada di MAN 4 Bantul.

Display data pada penelitian ini yaitu menampilkan data secara sederhana dalam bentuk kata-kata, kalimat, dan naratif dengan maksud agar data yang telah dikumpulkan dikuasai oleh penulis sebagai dasar pengemabilan kesimpulan yang tepat.

c. Kesimpulan

⁶³ Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2013) Hlm 247

Penarikan kesimpulan bertujuan untuk menjawab rumusan masalah yang ada dalam penulisan yang telah didapat oleh penulis yaitu mengenai tahap-tahap konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas 11 MAN 4 Bantul. Hasil temuan dalam penulisan ini berbentuk deskripsi tentang objek penulisan yang kemudian disimpulkan untuk mengetahui adanya konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* pada siswa kelas 11 MAN 4 Bantul.

Metode untuk menarik kesimpulan yang digunakan oleh peneliti yaitu metode induktif. Metode ini merupakan proses penyimpulan secara umum dari hasil observasi yang terbatas. Hasil kesimpulan yang diperoleh bisa jadi kurang valid atau bisa mengakibatkan kesalahan penafsiran apabila data yang dipergunakan kurang lengkap atau pola yang diamati kurang spesifik.⁶⁴ Peneliti diharapkan dapat menjawab rumusan masalah yang dikemukakan di awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten dalam mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikumpulkan merupakan kesimpulan yang kredibel.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk memberikan kemudahan dalam memahami isi skripsi, sistematika penyusunan skripsi adalah sebagai berikut:

BAB I, pendahuluan yang meliputi penegasan judul, latar belakang, rumusan masalah, tujuan masalah, manfaat penulisan, kajian pustaka, kerangka teori, dan metode penulisan.

BAB II, berisi gambaran umum objek penulisan meliputi sejarah berdirinya MAN 4 Bantul, visi dan misi, kegiatan ekstrakurikuler, gambaran umum bimbingan konseling MAN 4 Bantul

⁶⁴ Diah Prawitha Sari, *Berfikir Matematis Dengan Metode Induktif, Deduktif, Analogi, Integratif dan Abstrak*, (Ternate: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika, 2016), Hlm. 86

BAB III, merupakan pembahasan dari hasil penulisan dilapangan yaitu layanan konseling kelompok untuk mengurangi resiko toxic relationship pada siswa kelas 11 MAN 4 Bantul.

BAB IV adalah penutup yang meliputi kesimpulan dan saran atas peneliian yang telah dilakukan. Daftar Pustaka dan lampiran-lampiran yang menjadi penunjang penulisan.



BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil analisis deskriptif di bab III dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap konseling kelompok untuk mengurangi resiko *toxic relationship* ada 4 tahap, yaitu: (1) pelaksanaan konseling kelompok untuk mengurangi *toxic relationship* terdiri dari beberapa tahap, yaitu: Tahap pra konseling, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap pengakhiran. (2) faktor penghambatnya adalah membangun kepercayaan antara guru BK dengan konseli maupun antar sesama anggota kelompok, siswa yang tidak memiliki power mengalami respons fisik seperti gemetar serta menjadi sasaran sindiran di kantin maupun media sosial, *overload* kasus insidental yang ditangani guru BK, stigma negatif dari guru mata pelajaran.

B. Saran

Demi meningkatkan mutu MAN 4 Bantul serta kemajuan pelaksanaan bimbingan konseling yang ada di MAN 4 Bantul, penulis berusaha memberikan masukan dan pertimbangan terhadap penerapan layanan bimbingan konseling, yaitu:

1. Melakukan *follow-up* setelah dilakukan intervensi untuk melihat perubahan perilaku siswa bertahan atau kembali seperti semula.
2. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lebih spesifik seperti *reframing*, *modelling* atau *role playing* dalam menangani kasus *toxic relationship*

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, "Metode Penulisan Kualitatif: Sebuah Upaya Mendukung Penggunaan Penulisan Kualitatif dalam Berbagai Disiplin Ilmu", Rajawali Pers, (2016),
- Ageng Saepudin Kanda, Ranti Kivania, "Dampak Toxic relationship Terhadap Kesehatan mental, Jurnal Penelitian Bisnis dan Manajemen, (2024)
- Ahlan Syaeful Millah, Apriyani, Dede Arobiah, Elsa Selvia Febriani, Eris Ramdhani, "Analisis Data Dalam Penelitian Tindakan Kelas", Jurnal Kreativitas Mahasiswa, (2023)
- Alvin Jonathan, Fladinand Alfando, Viviana Fransisca, Universitas Pradita, "Teman dan Persoalan Hubungan Toxic Dalam Pandangan Etika Persahabatan Aristoteles", Jurnal Filsafat Terapan, (2022)
- Atul Uyun, Nisa, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Terhadap Perilaku Toxic Relationship Siswa Kelas VIII MTS 2 Lenek Lauk Tahun 2023", Thesis Universitas Hamzanwadi, (2023)
- Diah Prawitha Sari, "Berpikir Matematis Dengan Metode Induktif, Deduktif, Analogi, Antegratif dan Abstrak", Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika, (2016)
- Henni Syafriana Nasution, Abdillah, "Bimbingan Konseling: Konsep, Teori dan Aplikasinya", Lembaga Peduli pengembangan pendidikan Indonesia, (2019)
- Ghaida Putri Zahra, Milda Yanuvianti, "Hubungan Antara Kekerasa Dalam Berpacaran (Dating Violence) Dengan Self Esteem Pada Wanita Korban KDP di Kota Bandung", Prosiding Psikologi, (2017)
- Gilang Sadewa, Laily Liddini, Chaula Luthfia, Apik Anitasari Intan Saputri, "Upaya Penanganan Hubungan Toxic Dalam Pertemanan Perspektif Al-Qur'an dan Hadis", Jurnal Studi Islam dan Budaya. (2025)
- Hasanah, Hasyim, "Teknik-Teknik Observasi", Jurnal at-Taqaddum, (2016), 21–46
- Ika Lenaini, "Teknik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling", Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah, (2021)
- Khofia indah, "Penerapan Konseling Kelompok Dalam Memutuskan Toxic Relationship Pada Remaja di Desa Panompuan Jae Kecamatan Angkola Timur", skripsi, (2021)
- Laily Hanifah, Dkk, "Meningkatkan Kesadaran Remaja: Edukasi Toxic Relationship dan Body Image Untuk Kesehatan Reproduksi", Jurnal masyarakat mandiri, (2024)
- Mardia Bin Smith, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara". Jurnal Penelitian dan Pendidikan. (2011)
- Melisa Lestari, "Efikasi Diri Guru BK dalam Melaksanakan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realitas di SMP Indralaya Kabupaten Ogan Ilir", Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling, (2022)
- Muya Barida, Dian Ari Widyastuti, Yuanita Dwi Krisphianti, "Buku Ajar Konseling Kelompok", Yogyakarta: K-Media, (2023)

- Nining Kurniati, Sri Rejeki, Muhammad Nizar, Okti Sri Purwanti, Cemy Nur Fitria, "Pengaruh Pola Asuh Orang Tua "Toxic Parents" Bagi Kesehatan Mental Anak Sanggar Bimbingan Kepong Kuala Lumpur Malaysia", Buletin KKN Pendidikan, (2023)
- Noffiyanti, "Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Menangani Toxic Friendship di SMP Negeri 2 Sragi Lampung Selatan". jurnal Penelitian Islam. (2024)
- Norman K. Denkin, "Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi", Bandung: Remaja Rosdakarya, (2007)
- Nur Fahmi, Nasrina, and Slamet, "Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman", Jurnal Hisbah, 13 (2016)
- Rahmad Fadhilla, Anggita Pratiwi Siregar, "Dampak Lingkungan Pertemanan Toxic Terhadap Kesehatan Mental Remaja", Journal Research and Education Studies, (2024)
- Rahmawati, R., & Multi Purnomo, A, "Keterkaitan Antara Komunikasi Persuasif Dan Kemampuan pribadi Konselor P2Tp2a Dalam Layanan Konseling Pasda Perempuan korban Kekerasan The Relationship Between Instrumental Communication and Councellor Personal Ability in Counseling Services For Women Vict", Jurnal Komunikasi, (2021)
- Randi, "Buku Ajar Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling", Sonpedia.com, (2024)
- Rasimin, Muhamad Hamdi, "Bimbingan dan Konseling Kelompok" Editor by Bunga Sari Fatmawati. Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT). (2021)
- Reni Liana, "Pengaruh Koseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Untuk Mengurangi Perilaku Membolos (Penelitian Pada Siswa Kelas X Teknik Bodi Otomotif (TBO) SMK Ma'arid NU 1 Bener Kabupaten Purworejo), Skripsi Universitas Muhammadiyah Magelang, (2019)
- Rifda El Fiah, Ica Anggratisa, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016", Jurnal Bimbingan dan Konseling, (2015)
- Salsabilla, Azzahra Aulia Muharram, Barirotul 'Aizza Salsabila, Siti Rahmah Muflihatul Jannah, " Layanan Psikoedukasi Sebagai Upaya Untuk Mencegah Toxic Relationship Pada Remaja di MAN 3 Sleman", Jurnal Altruism, (2023)
- Selvi Sofiawati, Wulan Dwi Pratiwi, Selvy Maria Widuhung, "Analisis Komunikasi Melalui Teori Relationship (Studi Kasus Toxic Relationship Pada Pasangan Suami Istri Yang bercerai)", Jurnal Komunikasi dan Bahasa, (2025)
- Sisca Folastris, Itsar Bolo Rangka, "Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Panduan Praktis Menyeluruh), Terbitan Mujahid Press, (2016)
- Sugiono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D", Terbitan Alfabeta, (2013)
- Suharsimi Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik", Rineka Cipta, (2006)
- Ummul Yakin, "Penerapan Konseling Kelompok Teknik Reframing Untuk Menurunkan Perilaku Toxic Friendship Pada Siswa SMA Negeri 3 Makassar", jurnal Bimbingan

dan Konseling, (2024)

Utari Pratiwi, Yeni Karneli, Netrawati, "Pemahaman Mendasar tentang Konseling Kelompok Bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling", Jurnal Pendidikan Siber Nusantara (JPSN), (2024)

Prayitno, "Layanan Bimbingan dan Konseling kelompok Dasar dan Profil", Ghalia Indonesia, (1995)

Putri, Anggi Ernita, "Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Symbolic Modelling Untuk Meredukasi Hubungan Toxic Relationship Siswa Sekolah Menengah Kejuruan", Skripsi Thesis Universitas PGRI Palembang, (2024)

