

Toxic Relationships ditinjau dari Self Esteem pada Mahasiswa

Margaretta Erna Setianingrum^{1*}, Estalita Kelly²

¹Fakultas Psikologi Universitas Satya Wacana Salatiga

²Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan

E-mail korespondensi: ^{1*}margaretha.erna@uksw.edu

Keywords: *college student, self esteem, toxic relationship*

Abstract

A student's need is to have a warm and happy relationship with anyone but in reality they are trapped in a toxic relationship. The characteristics of a toxic relationship include anger, unhappiness, stress, frustration, and various disturbances that occur in a relationship. Continuous toxic relationships cause conflict, anger, frustration and unhappiness. One of the factors that influences toxic relationships is self-esteem, namely a student's satisfaction with himself which influences his confidence in everything, both in romantic and other relationships. The aim of this research is to determine the influence of self-esteem on toxic relationships, using quantitative correlational methods. Data was collected using a self-esteem scale and a toxic relationship scale. The research subjects were 200 students from the Faculty of Psychology. The results of the regression analysis show an F of 16.688 with a significant value of 0.000, meaning that there is an influence of self-esteem on students' toxic relationships. The Beta value of -0.279 shows that the higher self-esteem, the lower the toxic relationship and vice versa. The results of this study suggest the need to increase student self-esteem. When students' self-esteem is high they will be better able to stay away from bad and unhealthy relationships.

Kata kunci: *harga diri, mahasiswa, toxic relationship*

Abstrak

Kebutuhan mahasiswa adalah menjalin hubungan yang hangat dan bahagia dengan siapapun namun kenyataannya justru terjebak dalam *toxic relationship*. Ciri *toxic relationship* berupa kemarahan, ketidakbahagiaan, stres, frustrasi, serta beragam gangguan yang dilakukan pada sebuah hubungan. *Toxic relationship* yang berkelanjutan menyebabkan munculnya konflik, kemarahan, frustrasi dan ketidakbahagiaan. Salah satu faktor yang memengaruhi *toxic relationship* adalah *self esteem*, yaitu kepuasan mahasiswa terhadap dirinya yang memengaruhi kepercayaannya dalam segala hal, baik dalam hubungan romantis maupun hubungan yang lain. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh *self esteem* terhadap *toxic relationship*, dengan

memakai metode kuantitatif korelasional. Data dikumpulkan dengan skala *self esteem* dan skala *toxic relationship*. Subjek penelitian sebesar 200 orang mahasiswa Fakultas Psikologi. Hasil analisis regresi menunjukkan F sebesar 16,688 dengan nilai signifikan 0,000 artinya adanya pengaruh *self esteem* terhadap *toxic relationship* mahasiswa. Nilai Beta sebesar -0,279 menerangkan bahwa makin tinggi *self esteem* maka makin rendah *toxic relationship* dan sebaliknya. Hasil penelitian ini menyarankan perlunya meningkatkan *self esteem* mahasiswa. Ketika *self esteem* mahasiswa tinggi akan lebih mampu menjauhi relasi yang buruk dan tidak sehat.

Sitasi: Setianingrum, M. E., & Kelly, E. (2023). *Toxic Relationships* ditinjau dari *Self Esteem* pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 409-421. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i2.4314>

Pendahuluan

Secara alami manusia memiliki kebutuhan bersosialisasi dan berafiliasi dengan orang lain, karena manusia adalah makhluk sosial. Interaksi ini dimulai dari hubungan dengan anggota keluarga, teman sekolah, rekan kerja, pasangan baik itu suami, istri ataupun pacar. Mempunyai pasangan pada masa dewasa awal merupakan suatu hal untuk dimulainya proses *relationship* secara bertahap di mana individu menjadi lebih mandiri, mampu memikul tanggung jawab yang lebih dewasa, membuat keputusan tentang karier mereka, dan menjalin hubungan intim. Di sisi lain, sangat memungkinkan individu terlibat dalam berbagai bentuk hubungan romantis, hubungan dalam perjalanan untuk menentukan apa yang mereka inginkan dari seorang pasangan (Shulman & Connolly, 2013). Kehadiran pasangan mampu membuat individu menjadi bersemangat dalam beraktivitas, serta menjadikan pasangan menjadi pendorong yang positif. Tetapi sebaliknya seseorang justru merasakan dibatasi ruang geraknya, merasa tertekan serta terancam oleh pasangannya yang akan mengarahkan pada hubungan romantis yang tidak sehat.

Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan menyebutkan bahwa pada tahun 2020 ada 226.062 kasus kekerasan pada wanita. Angka ini mengalami peningkatan pada tahun 2021 bahwa terdapat laporan sebanyak 338.496 dengan kasus kekerasan pada perempuan. Terjadi peningkatan sekitar 49,7% kasus kekerasan pada wanita

(Komnas Perempuan, 2021) kenaikan angka ini bisa disebabkan dari adanya hubungan toksik yang tidak teratasi dengan baik. Seperti pendapat Lantagne dkk., (2017) bahwa masa dewasa ditandai bukan hanya dengan meningkatnya derajat dukungan, namun juga dengan meningkatnya interaksi negatif, tingkat kendali, dan tingkat kecemburuan dalam hubungan romantis. Hubungan yang tidak mendukung satu sama lain di mana salah satu pihak berusaha memiliki kontrol yang lebih besar terhadap pihak lain disebut dengan *Toxic relationship* (Glass, 2000). Sebuah relasi dapat dikatakan memiliki sifat merusak atau mempunyai akibat negatif yang lebih besar ketimbang dampak positifnya sehingga dalam menjalani hubungan itu akan menguras banyak energi. *Toxic relationship* terlihat sebagai sebuah hubungan yang dari luar tampak sehat. Ciri-ciri khas dari *toxic relationship* berupa kemarahan, ketidakhagiaan, stres, frustrasi, serta beragam gangguan yang dilakukan pada pasangannya (Brown dkk, 2001). Pada sebuah hubungan, *toxic relationship* sering menjadikan pihak yang lemah sebagai individu yang dipenuhi emosi negatif misalnya mengalami kecemasan sebagai akibat dari adanya konflik batin yang terjadi. Namun pada kenyataannya banyak ditemukan individu yang menjadi sangat stres karena memiliki sumber daya yang lebih sedikit untuk menangani tuntutan dalam hubungan romantis (Shulman & Connolly, 2013).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan melalui kuesioner daring kepada 25 responden yang sedang berpacaran, terdapat 62% mahasiswa tidak mendapatkan kebebasan untuk bersosialisasi, 20% mahasiswa tidak memperoleh dukungan yang baik, 40% mengalami kekerasan fisik serta verbal, 57% mahasiswa merasa tidak mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan potensinya. Selain itu beberapa individu tidak mampu melakukan penyelesaian dalam sejumlah hubungan romantis; namun faktanya, lebih dari 30% usia dewasa awal pernah mengalami perpisahan dalam 20 bulan terakhir (Rhoades dkk., 2011). Hasil ini menunjukkan munculnya gejala-gejala hubungan yang tidak mendukung di antara pasangan. Bila hubungan ini terjadinya secara terus menerus dapat berdampak buruk pada kesehatan mental dan menurunkan perasaan tidak aman, kecemasan, hingga depresi pada seseorang. Menurut Devi dkk, (2020) *self-esteem* merupakan faktor penting yang memengaruhi *toxic relationship*.

Hubungan yang toxic biasanya dihasilkan dari gabungan faktor-faktor yang rumit dan kadang-kadang saling berinteraksi. Salah satu faktor internal yang penting adalah *self esteem* (harga diri), kepribadian dan dorongan seksual. *Self esteem* remaja merupakan hal yang amat penting. Mbuva (2017) menyebutkan harga diri merupakan perasaan puas yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri, dan *self esteem* ini akan memengaruhi kepercayaan kita dalam segala hal, hubungan, pekerjaan dan setiap sisi kehidupan kita. Wulandari (2019) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki *self esteem* rendah, sebagai hasil dari kekerasan yang pernah dialami, atau memiliki keluarga yang kurang harmonis akan mudah terjebak dalam *toxic relationship*. *Self esteem* yang rendah ini dapat membuat seseorang mengulangi pola yang sama dalam hubungan yang merugikan, karena merasa tidak layak untuk menjalin hubungan yang sehat ataupun adanya ketakutan kehilangan pasangannya. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa *self-esteem* merupakan prediktor penting bagi *toxic relationship*. *Self-esteem* memiliki korelasi negatif dengan *toxic relationship*, sehingga makin tinggi *self-esteem* seseorang maka makin rendah *toxic relationship* yang dialami seseorang yang berpacaran pada masa dewasa awal (Devi dkk., 2020)

Cyntia dkk., (2019) melaporkan bahwa ada korelasi antara *self esteem* dengan *toxic relationship*. Hal senada dikemukakan oleh Zahra dan Yanuwianti (2017) bahwa ada hubungan negatif yang bermakna antara *self esteem* dengan *toxic relationship*, di mana makin tinggi *self esteem* akan makin rendah *toxic relationship* yang dialami seseorang. Mereka yang memiliki *self esteem* yang rendah serainkali berperilaku negatif dalam suatu hubungan. Hal ini dapat menimbulkan *toxic relationship* (Marigold dkk, 2010). Fikriyah (2022) dan Ady (2022) pada hasil penelitiannya melaporkan adanya korelasi negatif antara *self esteem* dengan *toxic relationship* mahasiswa. Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *self esteem* terhadap *toxic relationship* pada mahasiswa.

Metode

Metode yang digunakan pada penelitian adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik analisis data memakai analisis regresi linear dengan

bantuan *Software SPSS-25*. Variabel tergantung pada penelitian ini adalah *toxic relationship* dan disebut variabel Y dan variabel bebas adalah *self esteem* atau variabel X.

Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan populasi mahasiswa Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga. Teknik pengambilan sampel memakai *cluster sampling*. Ukuran sampel yang digunakan pada penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi sebanyak 200 orang.

Instrumen Penelitian

Data dikumpulkan dengan menggunakan skala *toxic relationship* dan skala *self esteem* yang masing-masing terdiri dari 20 aitem. Respons jawaban terdiri atas 5 kategori, yaitu skor 1 untuk sangat tidak sesuai sampai skor 5 sangat sesuai. Uji validitas menggunakan korelasi *product moment* Pearson. Bila nilai $p < 0,05$ aitem dapat dikatakan valid dan mampu mengukur variabel yang diukur dan layak sebagai alat pengumpul data. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai koefisien validitas skala *toxic relationship* berkisar antara 0,390 – 0,722 dan angka koefisien validitas skala *self esteem* berkisar pada 0,425 – 0,678.

Uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach dan perhitungan menggunakan *Software SPSS-25*. Hasil perhitungan diperlihatkan pada tabel 1.

Tabel 1.
Hasil Reliabilitas Skala

Variabel	Alpha Cronbach(α)	Reliabilitas	Variabel	Alpha Cronbach(α)	Reliabilitas
<i>Toxic relationship</i>	0,898	Reliabel	<i>Self esteem</i>	0,903	Sangat reliabel

Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis regresi linear dengan bantuan *Software SPSS-25*. Sebelum melakukan analisis regresi linear, dilakukan

uji asumsi klasik yaitu uji normalitas dan uji linieritas untuk memastikan bahwa data penelitian normal dan terjadi relasi linear antara kedua variabel.

Hasil

Karakteristik Subjek

Subjek pada penelitian ini diklasifikasikan berdasarkan jenis kelamin. Pada tabel 2, dapat dilihat distribusi subjek berdasarkan jenis kelamin. Dari 200 subjek, terdapat 117 orang atau 58,5 % dengan jenis kelamin perempuan dan 83 orang atau 41,5% dengan jenis kelamin laki-laki.

Tabel 2.

Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Perempuan	117	58,5%
Laki-laki	83	41,5%

Uji Normalitas

Uji normalitas data dihitung dengan *Kolmogorov-Smimov Test* dengan bantuan *Software SPSS-25*. Menurut Tabel 3 didapat nilai *Asymp. Sig.(2-tailed)* adalah 0,200 > 0,05, karena itu dapat diartikan bahwa data memenuhi distribusi normal.

Tabel 3.

Hasil Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		200
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	17.41325625
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positive	.028
	Negative	-.049
Test Statistic		.049
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Uji Linearitas

Uji linearitas untuk melihat apakah sebaran variabel *self esteem* dan variabel *toxic relationship* akan berbentuk pola garis linear atau tidak. Menurut tabel 4 diperoleh angka

dari *deviation from linearity sig.* sebesar $0,237 > 0,05$. Nilai ini menerangkan bahwa terdapat korelasi linear yang bermakna antara variabel *self esteem* dengan *toxic relationship*.

Tabel 4.
Hasil Uji Lineritas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Toxicrelation * Self-esteem	Between Groups	(Combined)	18956.577	41	462.356	1.572	.026
		Linearity	5085.643	1	5085.643	17.291	.000
		Deviation from Linearity	13870.934	40	346.773	1.179	.237
	Within Groups		46470.143	158	294.115		
Total			65426.720	199			

Uji Hipotesis

Menurut tabel 5, memperlihatkan nilai F sebesar 16,688 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, hasil ini menjelaskan bahwa ada pengaruh yang signifikan *self esteem* terhadap *toxic relationship*.

Tabel 5.
Uji Hipotesis

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	5085.643	1	5085.643	16.688	.000 ^b
Residual	60341.077	198	304.753		
Total	60341.077	199			

a. Dependent Variable: Toxicrelation

b. Predictors: (Constant), Self-esteem

Menurut tabel 6 diperoleh nilai R square 0,078 hasil ni menunjukkan bahwa sumbangan efektif *self esteem* pada *toxic relationship* sebesar 7,8 %. Adapun sumbangan efektif *self esteem* pada *toxic relationship* adalah sebesar 7,8%.

Tabel 6.
Hasil Koefisien Determinan (R^2)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.279 ^a	.078	.073	17.457

a. Predictors: (Constant), Self-esteem

Berdasarkan tabel 7, pada a = angka *Constant* dari *Unstandardized Coefficients* memiliki nilai *constant* (a) sebesar 83,698. Nilai ini adalah angka konstan yang menunjukkan jika tidak ada *self esteem* maka nilai konsisten dari *toxic relationship* adalah sebesar 83.698. Selanjutnya nilai koefisien regresi (b) sebesar -0,311 hal ini menunjukkan bahwa setiap penambahan 1% tingkat *self esteem*, maka *toxic relationship* akan menurun sebesar -0,311. Hasil ini memperkuat penjelasan bahwa *self esteem* berpengaruh secara negatif terhadap *toxic relationship*. Hal ini menerangkan bahwa jika *self esteem* naik maka *toxic relationship* akan turun, sebaliknya jika *self esteem* turun maka *toxic relationship* akan naik. Sehingga persamaan regresi dapat ditunjukkan dengan rumus $Y = -0,311X + 83,888$

Tabel 7.
Tabel Koefisien

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	82.698	4.722		17.514	.000
	Harga diri	-.311	.076	-.279	-4.085	.000

a. Dependent Variable: Toxicrelation

Diskusi

Berdasarkan hasil pengujian regresi sederhana di atas, ditemukan bahwa ada korelasi negatif antara variabel *self esteem* terhadap dengan *toxic relationship*. Makin tinggi *self esteem* mahasiswa maka makin rendah *toxic relationship* tetapi bila *self esteem* mahasiswa rendah maka *toxic relationship* tinggi.

Menurut Devi dkk (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa *self-esteem* menjadi faktor penting yang memengaruhi *toxic relationship*. Sebagaimana dikemukakan oleh Glass (2000) bahwa *toxic relationship* sebagai relasi apa pun (diantara individu-individu) yang tidak saling mendukung, di mana terjadi konflik dan berusaha

melemahkan satu dengan lainnya, adanya persaingan, sehingga ada rasa tidak hormat dan kurangnya kekompakan. *Self esteem* yang rendah makan menyebabkan *toxic relationship* dapat terjadi pada semua hubungan, baik itu hubungan dalam keluarga, hubungan pertemanan, dan juga hubungan dengan pasangan. *Toxic relationship* tidak terjadi ketika sebagai seseorang sadar bahwa dia layak dan bernilai untuk dihargai.

Sejalan dengan pendapat Zahra & Yanuwianti (2017) bahwa *self esteem* berhubungan dengan *toxic relationship*. *Self esteem* merupakan sebuah konstruksi psikologi yang populer, yang sering digunakan sebagai variabel prediktor. Brown dkk. (2001) menyebutkan beberapa kajian yang menjelaskan bahwa orang yang mempunyai *self esteem* yang tinggi akan dapat berpikir, merasakan, dan berperilaku secara berbeda dibandingkan orang yang memiliki *self esteem* rendah. *Self esteem* yang rendah ditandai dengan perasaan yang agak positif atau ambivalen terhadap diri. Menurut Feeney & Collins (2015), *self esteem* yang rendah akan menyebabkan seseorang merasa kebutuhan emosionalnya tidak dipenuhi dan diabaikan, sehingga akan meningkatkan dan mengarah pada akumulasi ketegangan hubungan hingga terjadinya *toxic relationship*.

Penelitian dari Cyntia dkk (2019) juga menyatakan pendapat yang sama bahwa ada hubungan antara *self esteem* dengan *toxic relationship*. Di mana makin tinggi *self esteem* akan makin rendah *toxic relationship* yang dialami seseorang. Mereka yang mempunyai *self esteem* yang rendah seringkali menampilkan perilaku negatif dalam sebuah hubungan. Hal ini pada akhirnya dapat menimbulkan *toxic relationship* (Marigold dkk, 2010). Penelitian ini memberikan bukti yang kuat tentang hubungan antara *self-esteem* dan *toxic relationship*. *Self-esteem* yang rendah dapat membuat individu lebih rentan mengalami hubungan yang merugikan, dan sebaliknya, *toxic relationship* dapat berkontribusi pada penurunan *self-esteem* lebih lanjut. Dengan dimilikinya *self esteem* ini akan membuat seseorang mampu mengetahui apa yang harus dilakukan saat berada dalam kungkungan *toxic relationship* sehingga mampu memilih tindakan yang benar untuk bisa menghargai diri mereka sendiri. Selain itu *self esteem* ini juga mendorong seseorang memiliki kepercayaan diri yang lebih baik untuk memberikan versi terbaik yang dimilikinya. Pereira dkk., (2020) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki pengalaman menjadi korban *toxic relationship* seringkali menunjukkan ciri-ciri

dari *self esteem* yang rendah diantaranya mereka membatasi interaksi dengan menjaga jarak dari lingkungan sosialnya, munculnya perasaan tidak aman, merasa rendah diri bahkan seringkali menyalahkan diri sendiri.

Senada dengan pendapat di atas menurut Mruk (2006) menjelaskan bahwa *self esteem* yang tinggi akan membuat mahasiswa mampu memperkuat penghargaan pada dirinya. *Self esteem* yang kuat akan memberikan keberanian pada mahasiswa untuk menghadapi situasi yang menantang. *Self esteem* menyebabkan munculnya emosi serta kognisi yang positif sehingga membuat seseorang mampu mengatasi situasi yang dihadapi dalam hidup. Terbentuknya relasi interpersonal yang baik dan sehat dapat memengaruhi keadaan emosi yang baik pula, sebaliknya konflik interpersonal akan menjadi pemicu permasalahan kesehatan mental (Julianto dkk, 2020). Sebagaimana dijelaskan oleh Ady (2022) bahwa *self esteem* juga ditemukan merupakan prediktor pada kecenderungan *toxic relationship* pada orang-orang dewasa awal yang saling berpacaran. Oleh karenanya, dengan mempunyai *self esteem* yang tinggi, seseorang akan lebih mampu menghindari hubungan yang buruk dan tidak sehat, serta lebih mampu mencintai dirinya sendiri setelah keluar dari hubungan yang *toxic*.

Fikriyah (2022) dalam penelitiannya juga menyebutkan pendapat serupa bahwa adanya korelasi negatif antara *self esteem* dengan *toxic relationship* pada mahasiswa. *Self esteem* yang tinggi akan membuat mahasiswa mampu melakukan evaluasi positif dalam hidupnya (Julianto dkk., 2020). Sehingga saat mahasiswa terjebak dalam hubungan yang toksik mereka akan menjadi peka serta mampu menyadari akan pola-pola serta tanda-tanda *toxic relationship* yang merugikan yang terjadi di dalam hubungan romantis yang sedang dijalaninya (Mruk, 2006). Individu dengan *self-esteem* yang rendah cenderung mengalami tingkat kepuasan yang lebih rendah serta memiliki kualitas hubungan yang lebih buruk. *Self esteem* yang tinggi ini akan membuat seseorang mampu keluar dari situasi *toxic relationship* yang tidak menyenangkan dalam relasi mereka serta berani mencari jalan keluar yang positif diantaranya, mencari dukungan, memperkuat batas-batas pribadi, dan mencari bantuan profesional saat diperlukan. Sebaliknya *self-esteem* yang rendah dapat menjadi faktor risiko dalam memasuki dan tetap membuat individu berada dalam *toxic relationship*. Kairani (2018) dalam penelitiannya juga menunjukkan

hal serupa bahwa terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *toxic relationship*, berupa tindakan kekerasan yang dialami selama masa berpacaran pada masa dewasa awal. Di mana tindak kekerasan yang terjadi dalam *toxic relationship* ini disebabkan karena rendahnya *self esteem* yang dimiliki seseorang.

Dalam beberapa kasus, mengakhiri hubungan bisa menjadi langkah yang diperlukan untuk melindungi dan memulihkan diri. Sesuai pendapat yang dikemukakan oleh Halpern-Meeke (2013) bahwa pentingnya dikembangkan salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal bukan hanya belajar bagaimana memulai dan mempertahankan hubungan romantis tetapi juga belajar kapan harus mengakhiri suatu hubungan. Dengan meningkatkan *self-esteem* bisa menjadi langkah penting dalam membangun hubungan yang berkelanjutan dan memahami hak dan batasan yang sehat dalam suatu hubungan.

Kesimpulan

Simpulan dari penelitian ini bahwa ada pengaruh negatif *self esteem* terhadap *toxic relationship*. Makin tinggi *self esteem* mahasiswa maka makin rendah *toxic relationship* dan sebaliknya jika *self esteem* mahasiswa rendah maka *toxic relationship* tinggi. *Self esteem* merupakan prediktor yang sangat penting yang memengaruhi *toxic relationship* pada mahasiswa. *Toxic relationship* dapat dicegah ketika sebagai manusia individu sadar bahwa dia layak dan bernilai untuk dihargai.

Saran bagi mahasiswa, agar hendaknya peka untuk menyadari pola dan tanda-tanda yang merugikan, memperkuat penghargaan dan cinta pada diri sendiri, mencari dukungan dari orang-orang yang peduli, memperkuat batas pribadi, dan mencari bantuan profesional jika diperlukan. Dalam beberapa kasus, mengakhiri hubungan bisa menjadi langkah yang diperlukan untuk melindungi dan memulihkan diri.

Bagi Peneliti selanjutnya, agar dapat lebih menggali faktor-faktor lain yang memengaruhi *toxic relationships* serta menggunakan subjek penelitian yang sudah menikah serta menggunakan metode kualitatif agar mendapatkan gambaran yang jelas tentang *toxic relationship*.

Referensi

- Ady, D. A. (2022). *Hubungan antara self-esteem dengan toxic relationship pada masa dewasa awal yang berpacaran*.
- Brown, J. D., Dutton, K. A., & Cook, K. E. (2001). From the top down: Self-esteem and self-evaluation. *Cognition and Emotion*, 15(5), 615–631.
<https://doi.org/10.1080/02699930126063>
- Cyntia, Komarudi, Bashori, K. (2019). *Psikologi Sosial*. Jakarta. Erlangga.
- Devi, R. & A. (2020). *The Real Reason Why We Love Bad Boys, Toxic Relationships, and Emotional Unavailability*. Thought Catalog.
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A New Look at Social Support: A Theoretical Perspective on Thriving Through Relationships. In *Personality and Social Psychology Review* (Vol. 19, Issue 2). <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>.
- Fikriyah. (2022). *Hubungan antara self-esteem dengan toxic relationship pada masa dewasa awal (Disertasi tidak diterbitkan)*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Glass, L. (2000). *Toxic people: 10 ways of dealing with people who make your life miserable*. Macmillan.
- Halpern-Meehin, S., Manning, W. D., Giordano, P. C., & Longmore, M. A. (2013). Relationship Churning, Physical Violence, and Verbal Abuse in Young Adult Relationships. *Journal of Marriage and Family*, 75(1), 2–12.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.01029.x>
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara Harapan dan Harga Diri Terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016>
- Kairani, H. D. (2018). *Hubungan anatara self esteem dengan kekerasan dalam pacaran pada sma satri darma Perbaungan*. Skripsi tidak diterbitkan. fakultas Psikologi Universitas Medan area. Medan.
- Lantagne, A., Furman, W., & Novak, J. (2017). “Stay or Leave”: Predictors of Relationship Dissolution in Emerging Adulthood. *Emerging Adulthood*, 5(4), 241–250. <https://doi.org/10.1177/2167696817699750>
- Marigold, D. C., Holmes, J. G., & Ross, M. (2010). Fostering relationship resilience: An intervention for low self-esteem individuals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(4), 624–630. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2010.02.011>.
- Mbuva, J. (2017). Exploring Teachers’ Self-Esteem and Its Effects on Teaching,

Students' Learning and Self-Esteem. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 17(3), 123. www.ucdmc.ucdavis.edu,

Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem: Research, theory and practice (2nd ed.)*.

Pereira, M.E., Azeredo, A., Moreira, D., Brandio, I, & Almeida, F. (2020). *Personality Characteristics of Victims of Intimate Partner Violence: A Systematic Review Aggression and Violent Behavior*. 52, 101423. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101423>.

Komnas Perempuan, K. (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->.

Rhoades, G., Dush, K., & Atkins, C. (2011). Breaking up is hard to do: The impact of unmarried relationship dissolution. *Journal of Family Psychology*, 25(3), 366–374. <http://eds.a.ebscohost.com.libproxy.smith.edu:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=bee490c3-9e98-4a53-9c52-7490c4522be1@sessionmgr4005&vid=7&hid=4211>

Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The Challenge of Romantic Relationships in Emerging Adulthood: Reconceptualization of the Field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>

Wulandari. (2019). "Waspada Toxic Relationship Semakin Meningkat Setiap Tahunnya". *Unairnews*. <http://news.unair.ac.id/2019/12/26/waspada-toxic-relationship-semakinmeningkat-setiap-tahunnya/>.

Zahra. (2017). *Hubungan Antara Kekerasa Dalam Berpacaran (Dating Violence) Dengan Self Esteem Pada Wanita Korban Kdp Di Kota Bandung*. *Prosiding Psikologi*, 3(2).