



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN TOXIC RELATIONSHIP DENGAN QUALITY OF LIFE PADA MAHASISWA

SKRIPSI



UIN SUSKA RIAU

OLEH:**JENG AYU LESTARI****12060121713****FAKULTAS PSIKOLOGI****UNIVERSITAS ISLAM NEGERI****SULTAN SYARIF KASIM RIAU****PEKANBARU****1446 H/ 2025 M**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN TOXIC RELATIONSHIP DENGAN QUALITY OF LIFE PADA MAHASISWA

Disusun oleh :

JENG AYULESTARI

NIM : 12060121713

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 07 Mei 2025

Pembimbing

Raudatussalamah, S.psi., M.A

NIP. 19791015200604204

UIN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail fpsi@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Jeng Ayu Lestari
NIM : 12060121713
Judul Skripsi : Hubungan *Toxic Relationship* dengan *Quality of Life* pada Mahasiswa

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari/ Tanggal : 4 Juni 2025
Bertepatan dengan : 8 Dzulhijjah 1446

TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si.
NIDN 2015107601

Sekretaris

Raudatussalamah, M.A
NIDN 2015107901

Penguji I

Salmiyati, M.Psi., Psikolog
NIDN 2017088802

Penguji II

Liliza Agustin, M.Psi., Psikolog
NIDN 2021028401

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. I. Kusnadi, M.Pd
NIDN 2012126701

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta dilindungi UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : JENG AYU LESTARI
 NIM : 12060121713
 Tempat/Tgl. Lahir : BALAM SEMPURNA, 10-05-2002
 Fakultas/Pascasarjana : PSIKOLOGI
 Prodi : S1 PSIKOLOGI
 Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

HUBUNGAN TOXIC RELATIONSHIP DENGAN QUALITY OF LIFE
 PADA MAHASISWA

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 01 Juli 2025
 Yang membuat pernyataan



JENG AYU LESTARI
 NIM : 12060121713

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis



LEMBAR PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah rabbil'alamina atas ridha Allah SWT, peneliti dapat menyelesaikan berbagai permasalahan semasa menjalani pendidikan sampai saat ini di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti sampai di tahap ini semata-mata bukan hanya atas perjuangan peneliti sendiri, melainkan banyak sosok inspiratif yang berada di sekeliling peneliti yang tiada hentinya memberikan dukungan, bantuan, dan nasehat selama ini.

Dengan memohon ridho Allah SWT, peneliti mempersembahkan hasil perjuangan ini untuk keempat orang tua yang saya sayangi dan cintai yaitu Ibu Pristiwati, Bapak Suhada, Almh Ibu Sima, Bapak Min Senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dan dukungan kepada peneliti hingga saat ini. Semoga persembahan ini dapat mengukir senyuman dan menjadi kado terindah yang dapat peneliti berikan.

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah : 5-6)

“Letakkan aku dalam hatimu, maka akupun akan meletakkanmu dalam hatiku”

(Q.S Al-Baqarah :152)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirmu, dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar Bin Khaattab)

“kemuliaan terbesar dalam hidup bukanlah tidak pernah jatuh, tetapi bangkit setiap kali kita jatuh”

(Jeng Ayu Lestari)

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan Syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT, atas segala Rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Hubungan Toxic Relationship dengan Quality of Life* pada Mahasiswa” dengan baik. Serta tak lupa shalawat dan salam kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW atas petunjuk dan risalah-Nya yang telah membawa kita semua dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang saat ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar studi sarjana (Strata S1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Maka dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga, kepada yang terhormat:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti MS, SE, M.Si, Ak, CA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Yuslenita Muda selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
4. Bapak Dr. Harmaini, S.Psi., M.Si selaku dosen Penasehat Akademik (PA). Peneliti ucapkan terima kasih kepada beliau karena telah bersedia meluangkan waktu dan pikirannya demi menasehati peneliti
5. Ibu Raudatussalamah, S.Psi, M.A selaku Dosen Pembimbing dalam penyelesaian skripsi ini. Peneliti tidak dapat menuturkan kata yang paling pantas untuk beliau, kecuali ucapan terimakasih yang sebanyak-banyaknya karena telah bersedia untuk meluangkan waktu,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tenaga dan pikiran untuk membantu peneliti, yang begitu sabar membimbing peneliti dalam proses panjang penelitian karya tulis ini, telah memberikan semangat dan energi positif yang sangat berarti bagi peneliti hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Ibu Salmiyati, M.Psi., Psikolog selaku penguji 1. Terimakasih kesediaan waktu, arahan, nasehat, penilaian serta masukan yang telah diberikan kepada penulis untuk kesempurnaan penelitian ini.
7. Ibu Liliza Agustin, M.Psi., Psikolog selaku penguji 2. Terimakasih kesediaan waktu, arahan, nasehat, penilaian serta masukan yang telah diberikan kepada penulis untuk kesempurnaan penelitian ini.
8. Seluruh Dosen Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberi bantuan, bimbingan, arahan, dan bekal ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi peneliti selama masa perkuliahan dan untuk masa yang akan datang
9. Staf Akademik, Umum, Tata Usaha dan Perpustakaan Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah melayani semua keperluan peneliti selama masa perkuliahan hingga penyusunan masa skripsi
10. Cinta pertama dan panutan ku, Ayahanda Suhada. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun telah sabar dalam mendidik dan membimbing diri ini. Terimakasih atas segala doa, semangat dan dukungan moral dan material yang telah diberikan sehingga penulis bisa sampai tahap ini. Pintu surgaku, ibunda Pristiwati. Yang sangat kucintai, kusayangi, dan yang paling berarti dalam hidupku. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program study penulis, beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai dibangku perkuliahan, tapi semangat, motivasi, serta do'a yang selalu beliau berikan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana
11. Ayahanda min. Terimakasih atas segala doa, semangat dan dukungan moral yang telah diberikan sehingga penulis bisa sampai tahap ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Pintu surgaku, Almh ibunda sima. Yang sangat kucintai, kusayangi, dan yang paling berarti dalam hidupku. Semoga Allah SWT melapangkan kubur dan menempatkan ibu ditempat yang paling mulia disisi Allah SWT

12. My brother Briпка M. Yulianto, Kopda Kusherianto, Irmansyah S.Psi, Irvan. Terimakasih telah memberikan semangat dan motivasi pada penulis selama proses menyelesaikan skripsi ini
13. Sahabatku Salwayana S.Psi Terima kasih telah memberikan dukungan, tenaga, bantuan dan arahan selama proses pengerjaan skripsi ini perhatian yang kamu curahkan benar-benar sangat berarti bagi saya.
14. Teman-teman yang telah berbagi suka dan duka selama dalam penyusunan skripsi ini, terkhusus untuk sahabat saya, Salwayana S.Psi, Sumini S.Psi, Lanna Zakiyah, Maulani Dwi Putri, Tiara Putri Pratiwi, Ibnu Rayhan Rambey S.Psi, dan Lutfi Rachman.
15. Serta semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan serta dukungan kepada peneliti

Semoga bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak tersebut mendapatkan balasan yang berlimpat ganda dari Allah SWT.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, segala keritik dan saran yang bersifat membangun akan peneliti terima dengan senang hati demi tercapainya kesempurnaan dikemudiahari. Akhir kata semoga penulisan skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama bagi pembaca. Aamiin ya robbal a'lam.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Pekanbaru, 30 Juni 2025
Peneliti

Jeng Ayu Lestari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	11
 BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Quality Of Life</i>	13
1. Definisi <i>Quality Of Life</i>	13
2. Dimensi <i>Quality Of Life</i>	14
3. Faktor – Faktor <i>Quality Of Life</i>	16
B. <i>Toxic Relationship</i>	19
1. Definisi <i>Toxic Relationship</i>	19
2. Demensi <i>Toxic Relationship</i>	21
3. Faktor – Faktor <i>Toxic Relationship</i>	22
4. Dampak <i>Toxic Relationship</i>	23
C. Kerangka Berfikir	24
D. Hipotesis	28
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29
B. Identifikasi Variabel Penelitian	29
C. Definisi Operasional	29
1. <i>Quality Of Life</i>	30
2. <i>Toxic Relationship</i>	30
D. Subjek Penelitian	31
1. Populasi Penelitian	31



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Sampel Penelitian	31
3. Teknik Pengambilan Sampel	32
E. Metode Pengambilan Data	33
1. Skala <i>Quality Of Life</i>	33
2. Skala <i>Toxic Relationship</i>	34
F. Validitas dan Reliabilitas	36
1. Uji Coba Alat Ukur	36
2. Uji Validitas	36
3. Uji Reliabilitas	37
4. Daya Beda Aitem	38
G. Analisis Data	41
H. Lokasi dan Jadwal Penelitian	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	43
B. Hasil Penelitian	43
1. Deskripsi subjek penelitian	44
2. Hasil Uji Asumsi	45
C. Analisis Tambahan	47
1. Kategorisasi Data Penelitian	47
2. Analisis Sumbangan Efektif	51
D. Pembahasan	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint Skala Quality Of Life</i>	34
Tabel 3.2 <i>Blueprint Skala Toxic Relationship</i>	35
Tabel 3.3 Hasil Uji Reabilitas	37
Tabel 3.4 <i>Blue Print Quality Of Life (Setelah Try Out)</i>	39
Tabel 3.5 <i>Blue Print Quality Of Life</i> untuk penelitian	40
Tabel 3.6 <i>Blue Print Toxic Relationship (Setelah Try Out)</i>	40
Tabel 3.7 <i>Blue Print Toxic Relationship</i> untuk penelitian	41
Tabel 3.8 Lokasi dan jadwal penelitian	42
Tabel 4.1 Deskripsi Data Demografi	44
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 4.3 Hasil Uji Linearitas	46
Tabel 4.4 Hasil Uji Hipotesis	47
Tabel 4.5 Norma Kategorisasi	48
Tabel 4.6 Gambaran Hipotetik Variabel	49
Tabel 4.7 Kategorisasi <i>Toxic Relationship</i>	50
Tabel 4.8 Kategorisasi <i>Quality of life</i>	50
Tabel 4.9 Analisis Sumbangan Efektif Dimensi Toxic Relationship	52
Tabel 4.10 Hasil Sumbangan Efektif Dimensi Toxic Relationship	53



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A : Lembar Validasi Alat Ukur	74
Lampiran B : Skala <i>Try Out</i>	93
Lampiran C : Tabulasi Data <i>Try Out</i>	103
Lampiran D : Data Subjek <i>Try Out</i>	110
Lampiran E : Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem	113
Lampiran F : Skala Penelitian	120
Lampiran G : Tabulasi Data Riset	129
Lampiran H : Data Subjek Penelitian	158
Lampiran I : Uji Asumsi Penelitian	169
Lampiran J : Hasil Uji Hipotesis	171
Lampiran K : Hasil Analisis Tambahan	173
Lampiran L : Surat Izin Penelitian	180



Hubungan *Toxic relationship* dengan *Quality of Life* Pada Mahasiswa

Jeng Ayu Lestari

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail : jengayulestari025@gmail.com

Abstrak

Toxic relationship merupakan kondisi dimana hubungan mengandung perilaku emosional yang dilakukan seseorang untuk melampiaskan kepada individu. *Toxic relationship* dapat berdampak negatif seperti stres, kecemasan, frustrasi, dan hilangnya harapan, hal ini dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup khususnya mahasiswa. Pada mahasiswa kualitas hidup atau *quality of life* sangat penting dalam hidupnya, sejauh mana seseorang bisa menemukan dan mengaktualisasikan potensi penting dalam dirinya dan kehidupannya. Tingginya *toxic relationship* dapat berdampak terhadap rendahnya *quality of life* mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih lanjut hubungan antara *toxic relationship* dengan *quality of life*. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian adalah *accidental sampling*, dengan total seluruh responden sebesar 373 mahasiswa (perempuan = 134 laki laki = 239) berusia 18-25 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua instrumen yakni, skala *toxic relationship* dan WHOQOL-BREF. Hasil analisis korelasi *product moment* ditemukan terdapat hubungan negatif signifikan antara *toxic relationship* dengan *quality of life* ($r = -0,248$, sig. $<0,001$). Implikasi dari temuan penelitian ini adalah adanya hubungan antara *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa, dimana semakin tinggi *toxic relationship* mahasiswa maka akan semakin rendah *quality of life* pada mahasiswa.

Kata kunci : *toxic relationship*, *quality of life*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Relationship between Toxic relationship and Quality of Life in College Students

Jeng Ayu Lestari

Faculty of Psychology State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail : jengayulestari025@gmail.com

Abstract

Toxic relationship is a condition where the relationship contains emotional behavior that someone does to vent to the individual. Toxic relationships can have negative impacts such as stress, anxiety, frustration, and loss of hope, this can affect the quality of life, especially students. In students, quality of life is very important in life, the extent to which a person can find and actualize important potential in himself and his life. The high toxic relationship can have an impact on the low quality of life of students. This study aims to further explore the relationship between toxic relationships and quality of life. The sample technique used in the study was accidental sampling, with a total of 373 respondents (female = 134 male = 239) aged 18-25 years. Data collection was carried out using two instruments, namely, the toxic relationship scale and WHOQOL-BREF. The results of product moment correlation analysis found a significant negative relationship between toxic relationship and quality of life ($r = -0.248$, sig. <0.001). The implication of the findings of this study is that there is a relationship between toxic relationships and quality of life in students, where the higher the toxic relationship of students, the lower the quality of life in students.

Keywords : toxic relationship, quality of life

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022, melaporkan 1 dari 20 atau sekitar 5,5% remaja berusia 10 hingga 17 tahun telah didiagnosis menderita gangguan kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Individu dalam kategori ini umumnya disebut sebagai orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Selain itu, sebanyak 34,9% remaja menghadapi setidaknya satu masalah kesehatan mental, dan termasuk dalam kategori individu dengan masalah kejiwaan. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Barus (2022), mengungkapkan bahwa gangguan mental yang umum dialami remaja meliputi gangguan kecemasan 3,7%, depresi mayor 1%, gangguan perilaku 0,9%, gangguan stres pasca trauma atau (PTSD) 0,5%, serta gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD), Sebesar 0,5%.

Divisi Psikiatri Anak dan Remaja di Fakultas Kesehatan Universitas Indonesia pada tahun 2021 juga menunjukkan bahwa remaja Indonesia, khususnya yang berusia 16-24 tahun, cenderung mengalami gangguan kecemasan. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk masa transisi dari remaja menuju dewasa yang menuntut kemampuan beradaptasi terhadap lingkungan baru, peningkatan tanggung jawab dalam bidang pendidikan dan sosial, serta tekanan menanggapi dan tuntutan budaya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selain itu, kasus bunuh diri merupakan salah satu masalah kesehatan mental utama dan merupakan penyebab kematian kedua pada rentang usia 15 sampai 29 tahun Panjaitan, dkk., (2023). Menurut data dari Kepolisian Republik Indonesia (Polri), menunjukkan pada periode Januari hingga Juli 2023, tercatat 663 kasus bunuh diri, dengan puncak terjadi pada bulan Maret dan April dengan 109 kasus, menunjukkan peningkatan sekitar 36% dibandingkan tahun 2021. Studi oleh Dr. Sanderson Onnie menyoroti mengungkapkan bahwa angka bunuh diri mungkin sebenarnya lebih tinggi dari yang dilaporkan.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa terlihat adanya penurunan tingkat *quality of life* masyarakat di Indonesia, menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap kesehatan mental dan *quality of life* remaja. *Quality of life*, menurut (WHO, 2005), adalah persepsi individu tentang posisi mereka dalam kehidupan, yang dipengaruhi oleh konteks budaya dan sistem nilai tempat mereka tinggal, serta hubungannya dengan tujuan, harapan, standar, dan fokus hidup mereka. *Quality of life* mencakup berbagai aspek, diantaranya adalah hubungan sosial, psikologis, lingkungan, dan kesehatan fisik (Purba dkk, 2018).

Menurut Juwita dkk (2018) menyatakan *quality of life* yang berhubungan dengan kesehatan melibatkan respon individu terhadap emosional, pekerjaan, aktivitas sosial, serta hubungan dengan keluarga, sosialisasi, kebahagiaan, dan sejauh mana keinginan mereka sesuai secara kenyataan. Selain itu, *quality of life* mencakup persepsi individu tentang kehidupan mereka dalam konteks nilai-nilai budaya,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

orientasi pribadi, serta aspirasi, yang melibatkan standar kesehatan fisik, dan mental, kesejahteraan sosial, serta tidak adanya penyakit dan kelemahan (Herdman dkk, 2013).

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi, baik di Institusi negeri, swasta, maupun lembaga pendidikan lainnya Siswoyo, (2012, dalam Khairun, 2019). Umumnya, mereka berada dalam rentang usia 18-25 tahun, yaitu pada tahap remaja akhir dengan dewasa awal. Dalam perspektif perkembangan, salah satu tugas utama individu pada usia ini adalah menetapkan arah hidup mereka Yusuf, (2012, dalam Khairun, 2019). Masa ini merupakan fase yang penuh dinamika dan tantangan, ditandai oleh perubahan emosional, isolasi sosial, serta pergeseran nilai-nilai hidup yang signifikan. Mahasiswa pada periode ini juga mulai memasuki fase komitmen dan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan dalam kehidupannya. Mereka dihadapkan pada tuntutan untuk mengambil tanggung jawab yang lebih besar, baik secara ekonomi, sosial, maupun psikologis. Proses ini mencerminkan upaya untuk mandiri serta mampu mengendalikan arah hidupnya sendiri.

Quality of life mahasiswa merupakan salah satu indikator penting untuk menilai kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, serta mencerminkan lingkungan akademik yang mendukung dan sehat (Sarwar, dkk, 2019). Namun demikian, dalam konteks mahasiswa UIN Suska Riau, sejumlah penelitian menunjukkan adanya penurunan kualitas hidup yang cukup signifikan. Fenomena ini disebabkan oleh

kombinasi faktor internal dan eksternal, dengan stres akademik. Tuntutan akademik yang tinggi, beban tugas perkuliahan, serta tekanan dalam menyelesaikan skripsi seringkali menyebabkan gangguan tidur, penurunan konsentrasi, menurunkan motivasi belajar, serta munculnya gejala psikosomatik (Dilla & Susanti, 2022). Selain tekanan akademik, mahasiswa juga menghadapi tantangan dari aspek sosial, khususnya akibat penggunaan media sosial secara berlebihan. Hal ini dapat memicu fenomena *fear of missing out* (Fomo), dimana individu merasa cemas atau takut tertinggal dari aktivitas sosial yang dilakukan orang lain. mahasiswa yang mengalami fomo cenderung mengalami stres, kecemasan, serta kesulitan dalam mengatur waktu antara istirahat dan aktivitas sosial, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup (Azzahra dkk, 2024).

Penelitian yang dilakukan (WHO) dalam *World Mental Health International College Student Project*, yang melibatkan sembilan belas universitas di delapan negara, mengungkapkan bahwa sekitar 35% mahasiswa pernah mengalami setidaknya satu gangguan kesehatan mental sepanjang hidup mereka. Gangguan tersebut mencakup kecemasan, gangguan suasana hati (mood), serta gangguan yang berkaitan dengan penggunaan zat, sesuai dengan klasifikasi DSM-IV. Dari jumlah tersebut, sekitar 31,4% melaporkan mengalami gangguan tersebut dalam 12 bulan terakhir. Menurut Vidiawati (2017) mengenai masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa baru pada salah satu universitas di Jakarta menunjukkan bahwa 12,4% mahasiswa mengalami masalah kesehatan jiwa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lebih lanjut, lingkungan sosial kampus yang tidak sepenuhnya kondusif juga turut memperburuk kondisi kesehatan mental mahasiswa (Meliala, 2024). Salah satu bentuk fenomena adanya *toxic relationship* yang terjadi pada mahasiswa UIN Suska Riau pada penelitian (Putra, 2024) mengemukakan adanya *cyberbullying* yang merupakan faktor bagian dari dinamika hubungan pertemanan yang *toxic*, ketidaknyamanan sosial dalam pelaku *cyberbullying* dapat menyebabkan tekanan psikologis, menurunkan rasa aman, dan mengganggu kestabilan emosional mahasiswa. Lingkungan yang *toxic*, seperti pertemanan bersifat manipulatif, menekan, atau penuh persaingan tidak sehat, menjadi faktor penting yang memperburuk kesejahteraan psikologis mahasiswa (Fadhila, 2024). Hal ini mencerminkan fenomena *toxic relationship* dalam lingkungan pertemanan. Dimana tindakan ini menunjukkan manipulasi dan kebohongan, dua aspek utama dari *toxic relationship* yang dikemukakan oleh Gruder (2018), pelaku memanfaatkan kepercayaan rekannya demi keuntungan pribadi. Menimbulkan perasaan dikhianati, mengucilkan seseorang dari grup atau komunitas lain, dan komunikasi yang menyakitkan. Dengan demikian, fenomena ini mengilustrasikan bagaimana *toxic relationship* dalam pertemanan dapat berdampak negatif pada aspek akademis dan emosional mahasiswa. Menurut Ibrahim, (2021 dalam Kesumawardani, 2024) pertemanan *toxic* merupakan perilaku negatif yang mengecewakan, mengintimidasi, keengganan untuk disalahkan, dan keinginan untuk selalu menang sendiri. Orang-orang yang mengalami *toxic relationship* dapat ditemukan di kehidupan, seperti halnya pada lingkungan pertemanan mahasiswa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aristoteles mengemukakan bahwa hubungan persahabatan adalah suatu hubungan khususnya yang dapat saling membantu, dan tidak pernah memikirkan kewajiban dan saling menguntungkan. Sedangkan *toxic relationship* sering diartikan sebagai hubungan pertemanan yang hubungannya berdampak negatif terhadap sesama teman, selalu merasa cemburu antar teman, saling menjatuhkan, menuntut hal hal negatif lainnya, (Eksperansa 2023).

Sun dkk (2013) menyatakan bahwa hubungan baik dengan orang lain dapat mempengaruhi *quality of life* yang positif, hal ini akan berdampak terhadap kondisi emosional individu, dimana individu merasa dapat memberikan dukungan dan cinta, sebagaimana yang dijelaskan oleh Sarafino (2011) bahwa dukungan sosial dapat memberikan perhatian, rasa nyaman, perasaan akan dicintai, dan penghargaan dapat diterima dari orang lain, baik dari segi individu maupun kelompok. Dukungan ini dapat diberikan oleh siapa saja, keluarga, orangtua, rekan kerja, dan teman sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan sosial yang mendukung dapat memberikan kontribusi positif bagi kehidupan mahasiswa.

Namun, tidak semua hubungan yang dijalani selalu bersifat dukungan, ada juga yang kerap memunculkan emosi negatif, seperti hubungan tidak sehat dalam pertemanan, yang memunculkan perasaan-perasaan tidak nyaman dan terlibat dalam konflik. Wajdi (2020), menyatakan hubungan yang tidak sehat seperti ini, dikenal dengan istilah *toxic relationship*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Toxic relationship adalah suatu kondisi dalam satu hubungan dimana di dalamnya terdapat perilaku emosional, baik secara psikologis maupun fisik, yang dilampiaskan kepada seseorang yang menjadi pasangan lawan bicaranya. Dalam situasi ini, salah satu lawan bicaranya terus menerus menguras mental, emosional, psikologis, dan spiritual lawan bicaranya (Gruder, 2018 dalam Rahima 2022). Menurut Yager (2006 dalam sejati 2023), pertemanan *toxic* atau negatif merupakan jenis hubungan pertemanan yang bersifat merusak, berbahaya, serta cenderung satu arah. Dalam hubungan ini, salah satu pihak tidak pernah memberikan dukungan kepada yang lain.

Toxic relationship terjadi ketika orang terdekat menyebabkan individu mengalami stres, overthinking, kemarahan, depresi dan gangguan psikologis serta kesehatan lainnya, sehingga disebut beracun (Astuti 2022). Situasi ini sering dijumpai di kalangan mahasiswa, di mana banyak yang berada dalam lingkungan pertemanan tidak sehat dan beresiko mengalami dampak negatif (Fadhilla, 2024). *Toxic* dapat disadari bahwa dalam hubungan pertemanan yang membuat individu merasa kurang nyaman, selalu memiliki perasaan negatif, dan tidak saling mendukung, sebaliknya justru menurunkan harga diri. Sayangnya, banyak kelompok pertemanan yang tetap bertahan di dalam lingkaran pertemanan yang tidak sehat, sehingga dapat mempengaruhi *quality of life* mereka (Amir &Wajdi, 2020).

Hubungan pertemanan yang tidak sehat dapat memicu emosi negatif, rasa kecewa, dan stres, serta faktor lingkungan seperti budaya kekerasan emosional fisik,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan sebagainya, membuat remaja terjebak dalam *toxic relationship* sehingga mempengaruhi *quality of life* (Praptiningsih & putra, 2021). *Toxic relationship* merupakan hubungan yang mengakibatkan salah satu pihak mengalami penurunan kesehatan mental serta penurunan kualitas hidupnya. Dalam hubungan ini, ada pihak yang bertindak sebagai pelaku dan serta menjadi korban. Pelaku menyebabkan korban mengalami trauma, merasa rendah diri, dan kehilangan dukungan dalam segala hal (Kanda, 2024).

Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa. Perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada penggunaan variabel *quality of life* dimana belum ada penelitian yang meneliti *toxic relationship* terhadap *quality of life* sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian ini merupakan penelitian baru. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana hubungan antara *toxic hubungan* yang tidak sehat atau *toxic relationship* terhadap *quality of life*, khususnya pada mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah: “apakah terdapat hubungan antara *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa?”



C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: hubungan *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian ini merujuk pada beberapa penelitian sebelumnya, salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Kawitria dan rekan-rekan (2020) berjudul “Peran *Self-Compassion* terhadap dimensi-dimensi *quality of life* kesehatan pada remaja panti asuhan”. penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. dan melibatkan 140 remaja sebagai partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar dimensi *quality of life* pada remaja panti asuhan, termasuk aspek fisik, psikologis, relasi dengan pengasuh dan otonomi, dan sekolah, dapat dipengaruhi secara signifikan oleh *self-compassion*.

Rachmawati dkk., (2019) melakukan penelitian yang berjudul “*Resiliensi Psikologis dan Pengaruhnya terhadap quality of life* terkait Kesehatan pada Remaja di Panti Asuhan”. Dimana Menggunakan alat ukur yang diadaptasi untuk menilai resiliensi dan *quality of life* terkait kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa *resiliensi psikologis* memiliki peran terhadap seluruh dimensi *quality of life* terkait kesehatan. Partisipan ini melibatkan 200 remaja panti asuhan yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling* dari 12 panti asuhan di Jakarta dan Bekasi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya, penelitian oleh Wulan dan rekan-rekan (2022) yang berjudul "Efektivitas Pemberian Dukungan pada Remaja ODHA terhadap Dampak *Quality of life*". menggunakan metode Systematic Review. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi efektivitas dukungan pada remaja ODHA dalam konteks segi keluarga, sosial, dan pendidikan serta dampak *quality of life*.

Selanjutnya, merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh Sarinengsih dkk (2023) yang berjudul "*Psychological Well-Being Terhadap Quality of life Remaja Thalasemia Mayor*". Penelitian ini menggunakan pendekatan korelatif dengan metode cross-sectional. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 49 remaja dengan thalasemia mayor, dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *psychological well-being* dengan *quality of life* remaja thalassemia mayor, dengan nilai p (0,020). Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif antara *quality of life* dan *psychological well-being*; dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *quality of life*, maka tingkat *psychological well-being* juga cenderung semakin tinggi.

Selanjutnya, terdapat penelitian yang dilakukan Aini dan rekan rekan (2023), yang berjudul "*Psychological Well-Being Siswa SMK yang berada dalam kelompok pertemanan toxic*" penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif berjenis fenomenologi. Analisis data menunjukkan bahwa hubungan *toxic* dalam pertemanan mempengaruhi kesejahteraan psikologis setiap individu.

Selama ini penelitian menunjukkan bahwa *quality of life* remaja menunjukkan kepada penyakit tertentu diantaranya adalah penyakit HIV AIDS (istiqomah dkk., 2023); penyakit ODHA (Wulan dkk., 2022); Obesitas (Runtuwene dkk., 2022); dan Thalasemia Mayor (Sarinengsih dkk., 2023). Penelitian yang dirancang oleh peneliti mengenai hubungan *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa memiliki ciri khas tersendiri dibanding penelitian sebelumnya yaitu berkaitan dengan perbedaan penelitian dengan penelitian sebelumnya terletak pada penggunaan variabel *quality of life* dimana belum ada penelitian yang meneliti *quality of life* terhadap *toxic relationship* sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian ini merupakan penelitian baru.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi berupa wawasan baru dan sumber informasi yang dapat memberikan solusi bagi permasalahan di bidang psikologi, khususnya yang berkaitan dengan hubungan *toxic relationship* dengan *quality of life* mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan teoritis yang berharga bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan pemahaman tentang pentingnya dampak negatif dari hubungan *toxic relationship* terhadap *quality of life* mahasiswa

2. Manfaat Praktis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tambahan mengenai hubungan *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa. Dengan demikian mahasiswa dapat lebih memperhatikan *toxic relationship* sehingga *quality of life* pada mahasiswa meningkat ke arah yang lebih baik.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Quality of Life*

1. Definisi *Quality of Life*

Renwick dalam Muhaimin, (2010) mengemukakan *quality of Life* merupakan tingkatan seseorang merasa senang dengan berbagai pilihan penting dalam hidupnya (sejauh mana seseorang bisa menemukan dan mengaktualisasikan potensi penting dalam dirinya dan kehidupannya). (Fitriani & ambarina, 2012 dalam Anderson 2020) *quality of Life* didefinisikan sebagai persepsi individu tentang posisinya dalam kehidupan, yang dipengaruhi oleh budaya, nilai nilai dimana individu berada, serta keterkaitannya dengan tujuan, harapan, standar, dan hal-hal yang dianggap penting.

Sementara (Rahmi, 2011) mengemukakan bahwa *quality of life* adalah konsep multidimensional yang luas mencakup berbagai aspek kehidupan sehari-hari dan pengalaman individu, seperti kemampuan fisik, keterampilan motorik, pemahaman mengenai kesehatan, interaksi sosial serta peran, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Menurut (Hunt, 1997 dalam Resmiya 2019) *quality of life* merupakan kondisi mengenai kesehatan, kemampuan fisik, serta persepsi individu terhadap kesehatan nya, baik secara objektif maupun subjektif. Persepsi ini mencakup kesehatan, gejala yang dirasakan, pemenuhan kebutuhan, proses kognisi individu,



tingkat keterbatasan fungsional, gangguan mental, serta kesejahteraan, yang dapat memiliki makna yang beragam pada saat yang bersamaan.

Larasati (2009 dalam Digdyani 2018) mengemukakan bahwa individu dengan *quality of life* yang positif dapat dikenali dari gambaran melalui fisiknya selalu memperhatikan kesehatan, sementara itu dalam aspek psikologis berupa mengelola emosi dengan baik agar tidak mudah marah. Selain itu, dalam hubungan sosial yang baik tercermin dari banyaknya teman yang dimilikinya, serta lingkungan yang mendukung dan memberikan rasa aman kepada individu tersebut. Oleh karena itu, *quality of life* berkaitan dengan kecukupan keadaan material dan seberapa puas seseorang dengan keadaan tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, *quality of life* merupakan konsep multidimensional yang mencerminkan persepsi individu terhadap kesejahteraan hidupnya secara keseluruhan, mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, yang dapat dipengaruhi oleh kemampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan dasar, mengelola emosi, membangun hubungan sosial positif, serta merasa aman dan puas dengan kondisi kehidupannya.

2. Dimensi *Quality of Life*

World Health Organization Quality of Life Bref Version (WHOQOL-BREF).

Mengidentifikasi empat dimensi utama dalam *quality of life*. Berdasarkan WHOQOL-BREF (Power dalam Lopez & Snyder, 2003; Rahmadhani 2020) dimensi tersebut meliputi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

a. Kesehatan Fisik

Kesehatan fisik memiliki peran krusial dalam kemampuan seseorang menjalani aktivitas sehari-hari, yang kemudian membentuk pengalaman baru dan mendukung sebagai perkembangan ke tahap berikutnya. Aspek ini mencakup berbagai dimensi, seperti kesehatan fisik mencakup kegiatan sehari-hari, ketergantungan pada obat-obatan, tingkat energi dan kelelahan, kemampuan bergerak, pengalaman rasa sakit dan ketidaknyamanan, pola tidur dan istirahat, serta keamanan bekerja. Semua dimensi ini merupakan elemen-elemen penting yang berkaitan dalam memahami serta menjaga kondisi kesehatan fisik seseorang

b. Kesehatan Psikologis

Kesejahteraan psikologis berkaitan dengan kondisi mental seseorang, termasuk kemampuannya dalam menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan perkembangan, baik yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan sekitar. Aspek ini juga memiliki keterkaitan dengan kesehatan fisik, di mana individu dapat menjalani aktivitas dengan optimal jika kondisi mentalnya baik. Kesejahteraan psikologis mencakup persepsi dan penilaian terhadap tubuh, emosi positif dan negatif, rasa percaya diri, kemampuan berpikir, keyakinan diri, ingat, proses pembelajaran, serta tingkat konsentrasi

c. Hubungan Sosial

Hubungan sosial merupakan interaksi antara dua individu atau lebih dimana perilaku seseorang dapat mempengaruhi, mengubah, atau meningkatkan perilaku individu lainnya. sebagai makhluk sosial, manusia dapat mengaktualisasikan diri,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

berkembang, dan menjadi lebih dewasa melalui interaksi sosial. Aspek ini mencakup hubungan personal, interaksi sosial, serta aktivitas seksual

d. Hubungan dengan Lingkungan

Lingkungan merupakan tempat dimana individu tinggal, meliputi kondisi dan ketersediaan ruang untuk berbagai aktivitas kehidupan, serta fasilitas dan prasarana yang mendukung kehidupannya. Hubungan dengan lingkungan memiliki berbagai aspek seperti sumber financial, keamanan, kebebasan, perawatan kesehatan, keselamatan fisik, dan sosial, akses terhadap informasi baru serta keterampilan. Selain itu, melibatkan partisipan dalam rekreasi dalam kegiatan yang membahagiakan di waktu luang. Faktor lingkungan fisik ini termasuk polusi, kebisingan, lalu lintas, iklim, dan transportasi.

Berdasarkan penjelasan mengenai aspek *quality of life*, dapat disimpulkan bahwa aspek utama *quality of life* meliputi kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, serta interaksi dengan lingkungan. Keempat aspek ini saling terkait dan berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan keseluruhan seseorang.

3. Faktor-Faktor *Quality of Life*

Menurut Moons Marquet, Budst & de Geest (Rahmadani, 2020) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *quality of life*, yaitu sebagai berikut:

a. Jenis kelamin

Menurut Moons Marquet, Budst, & de Geest (2004) gender merupakan salah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Moons, Marquet, Budst, dan de Geest (2004) menjelaskan bahwa perbedaan dalam *quality of life* dapat terlihat pada individu berdasarkan status pernikahan mereka, baik yang belum menikah, telah bercerai atau menjadi janda/duda, maupun yang menikah atau hidup bersama (kohabitasi).

f. Penghasilan

Testa dan Simonson (1996) menyatakan bahwa dalam penelitian yang berkembang di bidang ini, pada penilaian teknologi kesehatan berfokus pada manfaat, efektivitas biaya, serta keuntungan bersih dari terapi. Pendekatan ini mencakup penilaian terhadap perubahan dalam kualitas hidup, baik dari aspek fisik, fungsional, sosial, maupun mental, guna menilai secara menyeluruh biaya dan manfaat dari program serta intervensi baru.

g. Hubungan dengan orang lain

Testa dan Simonson (1996) menyatakan bahwa penelitian di bidang teknologi dan kesehatan berfokus pada evaluasi manfaat, efektivitas biaya, serta keuntungan bersih dari terapi. Pendekatan ini mencakup penilaian terhadap perubahan dalam kualitas hidup, baik dari aspek fisik, fungsional, mental, maupun sosial, guna menilai secara menyeluruh biaya dan manfaat dari berbagai program serta intervensi baru

h. Standar referensi

Connor (1993) menyatakan bahwa *quality of life* seseorang dipengaruhi oleh standar referensi pribadi, seperti harapan, aspirasi, serta persepsi mengenai persamaan antara diri individu dengan orang lain. Konsep ini sejalan dengan ini

definisi *quality of life* yang diberikan oleh WHOQOL (Power, 2003), menyatakan bahwa *quality of life* dapat dipengaruhi oleh harapan, tujuan, dan standar yang dimiliki oleh setiap individu.

i. Kesehatan fisik

Bhosle MJ dan rekan-rekan (2006) menyatakan bahwa psoriasis memberikan dampak negatif yang cukup signifikan hingga berat terhadap *quality of life* para penderitanya, karena adanya perubahan dalam aktivitas sehari-hari.

B. Toxic Relationship

1. Definisi Toxic Relationship

Gruder (2018), mendefinisikan bahwa *toxic relationship* merupakan kondisi dimana hubungan mengandung perilaku emosional yang dilakukan seseorang untuk melampiaskan kepada individu. Sementara Glass (1995 dalam, Putra & Tyas, 2023) mengemukakan *toxic relationship* mencakup semua bentuk hubungan antar individu yang tidak memberikan dukungan timbal balik, terdapat persaingan, masalah, dan kurangnya penghargaan terhadap satu sama lain. Solferino & Tessitore (2021), mengatakan *toxic relationship* sebagai kekerasan psikologis dan terkadang fisik, dan dapat menyebabkan perkembangannya menjadi pembunuhan, mayoritas korbannya adalah wanita. Jerry (dalam Vivi, 2020) mengatakan *toxic relationship* berbahaya bagi individu yang terlibat di dalamnya karena dapat merusak martabat, kepercayaan diri, dan kepribadiannya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Toxic relationship adalah istilah yang terdiri dari dua kata, yaitu "toxic" yang berarti beracun dan "relationship" yang berarti keterhubungan. Oleh karena itu, makna dari dua kata tersebut menggambarkan hubungan antara individu atau kelompok yang memiliki sifat merusak dan memberikan pengaruh yang negatif. Dalam konteks ini, "buruk" merujuk pada hubungan yang tidak lagi memberikan manfaat atau saling mendukung, melainkan menjadi merugikan. Jenis hubungan ini dapat menimbulkan berbagai permasalahan, kerugian, dan bahkan dapat menyebabkan kehancuran dalam proses menjalin interaksi satu sama lain (Dafiq, 2023). Selanjutnya, menurut Laili (2020; Datunsolang, 2022), *toxic relationship* menggambarkan situasi di mana individu berada dalam lingkungan hubungan yang tidak sehat, di mana mereka cenderung tidak menyadari bahwa mereka terlibat dalam suatu hubungan yang berbahaya. Dampaknya dapat merusak diri seseorang dan menghambat perkembangannya, sehingga individu tersebut menjadi enggan untuk melakukan berbagai tindakan.

Dalam pandangan Islam dijelaskan bahwa pertemanan yang sejati harus bersifat simbiosis mutualisme, dimana kedua belah pihak saling menguntungkan. Allah SWT, berfirman:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ

تُرْحَمُونَ ﴿١٠﴾

Artinya: "orang-orang beriman itu Sesungguhnya bersaudara. sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah terhadap Allah, supaya kamu mendapat rahmat." Q. S. Al-Hujjarat: 49 (10)



Ayat diatas menjelaskan bahwa orang-orang mukmin yang beriman diumpamakan sebagai saudara seketurunan. Oleh karena itu, karena memiliki ikatan bersama satu sama lain dalam iman dan juga satu keturunan, maka diperintahkan untuk hidup dalam kedamaian, menghindari pertikaian serta tidak saling menyakiti satu sama lain. Selain itu, ayat ini juga mengandung seruan untuk bertakwa kepada Allah SWT (Mukafi, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, *toxic relationship* merupakan suatu bentuk hubungan yang tidak sehat dan merugikan, baik secara emosional, psikologis, maupun fisik. Hubungan ini ditandai dengan kurangnya dukungan timbal balik, adanya perilaku merusak, persaingan, kekerasan, serta ketidakseimbangan dalam penghargaan antara individu. Dampaknya dapat mengganggu harga diri, kepercayaan diri, dan perkembangan individu yang terlibat di dalamnya.

2. Dimensi *Toxic Relationship*

Yager (2006 dalam Fernandi, 2022) mengungkapkan beberapa *indikator toxic relationship* pada pertemanan diantaranya adalah:

a. Pengkritik

Pengkritik adalah seseorang yang tidak dapat mengapresiasi karya atau pencapaian orang lain, merasa iri atau cemburu terhadap kesuksesan orang lain yang dianggap lebih unggul, serta berupaya merendahkan dengan menyebarkan komentar negatif mengenai pencapaian seseorang.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

b. Tidak ada empati

Dalam hubungan tersebut, tidak ada kemampuan untuk memahami perspektif orang lain, merasakan emosi mereka, menunjukkan kasih sayang, atau memberikan simpati kepada orang lain.

c. Keras kepala

Sikap ini mengacu pada ketidakbersediaan untuk mendengarkan pendapat orang lain, keyakinan bahwa dirinya benar, keengganan untuk mengakui kesalahan, ketidakmauan untuk berkompromi, serta enggan meminta bantuan dari orang lain

d. Selalu bergantung

Individu yang tidak dapat menjalani hidup secara mandiri, selalu membutuhkan kehadiran serta bantuan orang lain, dan merasa cemas atau takut kehilangan orang-orang di sekitarnya

Gruder (2018), mengemukakan beberapa indikator *toxic relationship* adalah kurangnya rasa percaya pada orang lain, emosi dan agresif, manipulasi diri, berbohong pada lawan bicara dan melakukan kekerasan untuk mengikat lawan bicara tersebut agar selalu bersamanya. Penelitian ini merujuk pada indikator-indikator *toxic relationship* yang dikemukakan oleh Gruder (2018), terdiri atas 5 indikator *toxic relationship* pada lingkup pertemanan.

3. Faktor – Faktor Toxic Relationship

Sementara itu menurut Riani (2021), terdapat beberapa faktor yang dapat memicu seseorang bersifat *toxic* dalam hubungan pertemanan, di antaranya adalah

latar belakang, pengalaman yang buruk serta memiliki gangguan mental. Faktor-faktor penyebab *toxic relationship* juga dapat terbagi menjadi dua yakni faktor internal dan eksternal (Devi dkk, 2020; Fauziah, 2023).

a. Faktor internal

Kepribadian, korban memiliki rasa ketergantungan dan dorongan seksual.

b. Faktor eksternal

Pengaruh lingkungan sosial, selingkuh, perilaku jujur, dan rasa cemburu.

4. Dampak Toxic Relationship

Hubungan yang tidak sehat sebaiknya dihindari karena dapat membawa dampak negatif dalam berbagai aspek kehidupan, seperti aspek fisik, psikis, sosial hingga ekonomi Saskia (2023).

a. Dampak fisik

Dampak fisik yang akan dialami individu mulai dari luka ringan hingga berat. Bahkan, *toxic relationship* dapat mengakibatkan individu kepada kematian.

Toxic relationship yang dijalani individu menyebabkan dirinya melakukan tindakan yang menyakitkan diri sendiri maupun kekerasan yang ditinju kepada lawan bicaranya secara langsung berbentuk kekerasan fisik.

b. Dampak psikis

Toxic relationship dapat mempengaruhi kondisi psikologis seseorang, seperti menyebabkan kognitif, kesulitan berkonsentrasi, tingkat kecemasan yang tinggi, depresi, serta menurunnya motivasi untuk beraktivitas.

c. Dampak ekonomi/ finansial



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Toxic relationship dapat berdampak pada keuangan seseorang, terutama dalam pengeluaran yang tidak perlu atau kurang penting. Kurangnya kontrol dalam hubungan membuat individu cenderung menuruti keinginan pasangannya, termasuk dalam hal pengeluaran materi.

d. Dampak sosial

Dampak sosial *toxic relationship* juga dapat berdampak pada kehidupan sosial seseorang. Perilaku posesif dalam hubungan dapat membatasi interaksi sosial dengan lingkungan yang lebih luas. Selain itu, hubungan yang *toxic* juga dapat menyebabkan ketergantungan pada suatu individu atau kelompok tertentu.

C. Kerangka Berpikir

Quality of life (kualitas hidup) merujuk pada penilaian subjektif individu mengenai kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari yang mereka alami. Ini mencakup penilaian individu terhadap kebahagiaan, kepuasan, dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan, Sarinengsih dkk (2023). Individu yang memiliki *quality of life* yang baik ditandai dengan adanya hubungan baik dengan orang tua, dan menjalani hubungan baik dengan lingkungan sosialnya Lehman dkk. (2022, dalam Rizkillah dkk, 2023).

Salah satu faktor yang menjadi pengaruh terhadap *quality of life* individu adalah *toxic relationship*, atau hubungan yang tidak sehat. *Toxic relationship* adalah bentuk hubungan yang tidak sehat yang tumbuh melalui konflik, persaingan, dan keinginan seseorang untuk menguasai individu lain (Glass, 1995). Dalam penelitian



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ini, *toxic relationship* merujuk pada hubungan yang tidak sehat dalam pertemanan, dimana *toxic relationship* menggambarkan konsep pertemanan yang suka mengkritik merusak harga diri dan membuat tidak nyaman, kurangnya kemampuan memahami atau merasakan perasaan teman, tidak mau mendengarkan pendapat teman lain, ketergantungan berlebihan pada teman untuk didukung, merasa cemburu dengan pencapaian teman, serta berperilaku agresif secara emosional atau fisik, sehingga menciptakan lingkungan tidak aman hal ini membuat korban merasa diabaikan dan tidak dihargai Yager (2006 dalam Fernandi, 2022). Jenis hubungan ini dapat dianggap sebagai keterkaitan yang merugikan, dimana memberikan pengaruh yang buruk terhadap kondisi *quality of life* individu korban dari hubungan pertemanan tidak sehat.

Toxic relationship sebagai bentuk hubungan yang erat dengan konflik, adanya kebutuhan untuk mengendalikan orang lain, dan kurangnya kepercayaan memiliki dampak terhadap *quality of life* seseorang. Individu seringkali menemukan diri mereka terperangkap dalam lingkaran yang merugikan, dimana setiap keputusan atau langkah yang diambil terasa sebagai beban emosional.

Lebih lanjut, dalam hubungannya dengan kualitas hidup seseorang, *toxic relationship* memiliki dampak yang luas, tidak hanya pada aspek fisik dan psikis, tetapi juga terhadap kesejahteraan sosial dan emosional individu. Fadhillah (2024) menyatakan bahwa korban *toxic relationship* sering mengalami stres, kecemasan, dan depresi akibat tekanan emosional yang terus-menerus. Secara sosial, individu yang

mengalami hubungan pertemanan yang tidak sehat cenderung kesulitan membangun relasi yang positif dengan orang lain karena trauma dan hilangnya kepercayaan.

Hubungan yang merugikan ini sering mengisolasi individu dari jaringan dukungan yang seharusnya memberi kehangatan dan dorongan. Keterasingan sosial dapat menciptakan kesendirian, merampas individu dari sumber kebahagiaan dan dukungan sosial. Sementara itu, jika ditinjau dari sisi biopsikologis *toxic relationship* dapat menyebabkan terjadinya stress dan depresi yang muncul akibat hubungan yang tidak sehat sehingga dapat merusak kesehatan fisik secara keseluruhan. Pristianto dkk (2022) berdasarkan hasil penelitiannya mengemukakan bahwa faktor biopsikosial memiliki pengaruh terhadap *quality of life* pada individu.

Aini et al. (2023) juga mengemukakan bahwa *toxic relationship* dapat berdampak negatif terhadap produktivitas akademik. Korban biasanya mengalami penurunan motivasi belajar dan konsentrasi sebagai akibat dari beban mental yang mereka tanggung. Dalam jangka panjang, kondisi ini bahkan dapat menyebabkan isolasi sosial, ketika individu mulai menarik diri dari lingkungan pertemanan untuk menghindari pengalaman negatif serupa. Sementara itu, menurut Puspita (2025), hubungan yang bersifat *toxic* sering kali menciptakan tekanan emosional, trauma, dan rasa tidak aman yang mengubah cara individu berinteraksi dengan keluarga, rekan kerja, maupun masyarakat. Dampak tersebut mencakup perubahan perilaku sosial, penurunan kepercayaan diri, kesulitan dalam menjalin hubungan baru, serta gangguan dalam komunikasi interpersonal. Dengan demikian, *toxic relationship* secara

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



langsung maupun tidak langsung mempengaruhi kualitas interaksi sosial dan kesejahteraan emosional korban.

Menurut Putri dan Kurniawan (2023), *toxic relationship* tergolong sebagai jenis hubungan yang tidak menyenangkan karena dapat membuat seseorang merasa lebih buruk akibat adanya ketidakamanan dalam hubungan tersebut. *Toxic relationship* dapat terjadi pada siapa saja, biasanya lebih sering dialami oleh kalangan mahasiswa (Gustina, 2023).

Lebih lanjut, individu yang berada dalam hubungan yang *toxic* dapat terganggu secara emosional dan psikologis dan sering mengalami penurunan kesejahteraan hidup dan kesejahteraan mental. Depresi, kecemasan dan trauma psikologis merupakan gejala umum yang dialami oleh individu yang terjatuh dalam hubungan *toxic*, yang menciptakan tekanan emosional berat dan mengganggu kesehatan mental (Qonitah, 2021).

Berdasarkan penjelasan diatas, *toxic relationship* memiliki potensi untuk menurunkan *quality of life* individu. Individu yang terjebak dalam *toxic relationship* atau hubungan tidak sehat, akan berdampak pada kualitas hidupnya. Namun, penelitian terdahulu kurang memperhatikan bagaimana hubungan *toxic relationship* dapat mempengaruhi kualitas hidup khususnya mahasiswa. Penelitian ini berfokus untuk menggali bagaimana *toxic relationship* yang terjadi pada hubungan pertemanan mahasiswa dapat mempengaruhi *quality of life* remaja. Adapun kerangka konseptual dari penelitian ini dapat dilihat melalui diagram di bawah ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

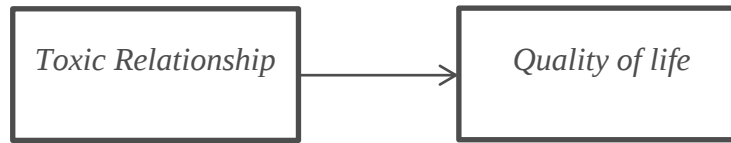
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



D. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan antara *toxic relationship* dengan *quality of life* pada mahasiswa”.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi antar variabel. Korelasi merupakan teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua atau lebih variabel kuantitatif. Dua variabel atau lebih dianggap berkorelasi jika terdapat perubahan yang teratur pada salah satu variabel yang diikuti oleh perubahan pada variabel lainnya, baik dalam arah yang sama (korelasi positif) maupun dalam arah yang berlawanan (korelasi negatif).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merujuk pada objek yang melekat pada subjek penelitian. Objek penelitian tersebut dapat berupa individu, benda, transaksi, atau peristiwa yang dikumpulkan dari subjek penelitian dan mencerminkan suatu kondisi atau nilai tertentu dari masing-masing subjek penelitian (Ulfa, 2021). Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan dua variabel, yaitu *toxic relationship* dan *quality of life*.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional dirumuskan berdasarkan kriteria yang digunakan untuk mengukur variabel yang telah diterapkan (Azwar, 2013). Definisi operasional variabel merupakan penjabaran mengenai batasan dan metode pengukuran variabel



dalam penelitian. Biasanya disajikan dalam bentuk matriks yang mencakup identifikasi variabel, teknik pengukurannya, serta jenis skala yang diterapkan (Liana, 2009). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

1. *Quality of Life*

Quality of life merupakan konsep multidimensional yang mencerminkan persepsi individu terhadap kesejahteraan hidupnya secara keseluruhan, mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, yang dapat dipengaruhi oleh kemampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan dasar, mengelola emosi, membangun hubungan sosial positif, serta merasa aman dan puas dengan kondisi kehidupannya. *Quality of life* dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur *WHOQOL-BREF* versi bahasa indonesia yang diadaptasi secara resmi oleh WHO (1996). Merupakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban, semakin tinggi akumulasi skor yang didapat menunjukkan tingginya *quality of life* yang dimiliki individu

2. *Toxic Relationship*

Toxic Relationship merupakan suatu bentuk hubungan yang tidak sehat dan merugikan, baik secara emosional, psikologis, maupun fisik. Hubungan ini ditandai dengan kurangnya dukungan timbal balik, adanya perilaku merusak, persaingan, kekerasan, serta ketidakseimbangan dalam penghargaan antara individu, yang dapat mengganggu harga diri, kepercayaan diri, dan perkembangan individu yang terlibat di dalamnya. *Toxic relationship* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala *toxic relationship* yang disusun oleh Rahimah (2022). *Toxic relationship* yang tinggi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merujuk pada keparahan berdasarkan jumlah gejala yang dialami, semakin tinggi total skor gejala semakin besar *toxic relationship* seseorang.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek yang telah ditentukan oleh peneliti memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang akan dipelajari, kemudian dihasilkan kesimpulan (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini, populasi yang menjadi fokus adalah mahasiswa aktif genap UIN Suska Riau, berdasarkan data yang diperoleh melalui laman PDDIKTI tahun 2022, diketahui jumlah mahasiswa UIN Suska Riau, sebanyak 27,463. Sehingga, jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 27,463 mahasiswa aktif UIN Suska Riau.

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2014). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin, yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang dibutuhkan

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan (sampling error) yang ditolerir (5,14%) atau 0,05

Perhitungan jumlah sampel penelitian adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{27,463}{1 + 27,463 \cdot (0,0514)}$$

$$n = \frac{27,463}{1 + 27.463.0,00264}$$

$$n = \frac{27,463}{1 + 72,529}$$

$$n = \frac{27,463}{73,529}$$

$$n = 373$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 373.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling merupakan metode yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. *Accidental sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebutuhan, yaitu siapa saja yang secara tidak sengaja bertemu dan memenuhi kriteria yang diterapkan, maka dapat dijadikan sebagai responden (Winarsunu, 2004). Pemilihan teknik *accidental sampling* dilakukan bersifat praktis dan efisiensi, terutama ketika peneliti memiliki keterbatasan waktu, tenaga, dan akses terhadap seluruh populasi. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menjangkau responden secara langsung di lingkungan



kampus, selama responden memenuhi syarat yang telah ditetapkan. Karakteristik sampel dalam penelitian ini yakni, pada rentang 18-25 tahun.

Rentang usia 18-25 tahun dipilih dikarenakan sesuai dengan usia mayoritas mahasiswa strata satu (S1) di Indonesia. Menurut Erikson rentang usia ini juga termasuk dalam kategori usia remaja akhir hingga dewasa awal yaitu pada tahap perkembangan yang secara psikologis rentan mengalami berbagai dampak dinamika emosional, sosial, dan mental, sehingga relevan untuk dijadikan sebagai responden dalam penelitian ini.

E. Metode Pengambilan Data

1. Skala *Quality of Life*

Skala *Quality of life* adalah alat ukur yang digunakan untuk mengevaluasi sejauh mana kualitas hidup seseorang dapat mencapai tingkat baik atau sehat, terutama ketika individu tersebut dalam kondisi sosial, biologis, dan psikologis yang memadai. Dalam konteks WHOQOL-BREF (*World Health Organization Quality of Life - Brief Version*), terdapat empat aspek umum yang mempengaruhi *quality of life*, yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan (WHOQOL-BREF, 1996).

Quality of life diukur menggunakan instrumen WHOQOL-BREF yang dikembangkan dan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh WHO, merupakan versi singkat dari instrumen WHOQOL-100. Instrumen ini terdiri dari 26 pertanyaan, di mana 24 pertanyaan berkaitan dengan keempat aspek kualitas hidup, dan 2 pertanyaan lainnya menyangkut penilaian keseluruhan *quality of life* dan persepsi

kesehatan secara umum. Skala pengukuran yang digunakan bersifat ordinal, dengan rentang nilai dari 1- 5 (WHO, 1996). Instrumen WHOQOL-BREF telah terbukti validitasnya ($r=0.89-0.95$) dan reliabilitas nya ($R=0.66-0.87$), menunjukkan bahwa alat ukur ini dapat diandalkan dan memberikan hasil yang akurat dalam mengukur *Quality of life* (WHO, 1999).

Peneliti menggunakan *WHOQOL-BREF* versi Bahasa Indonesia yang diadaptasi secara resmi oleh WHO, Instrumen WHOQOL-BREF telah terbukti hasil uji reliabilitas nya sebesar 0,895. Menunjukkan bahwa alat ukur ini dapat diandalkan dan memberikan hasil yang akurat dalam mengukur *quality of life* (WHO, 1999). Adaptasi ini menjadikan instrumen relevan dengan karakteristik subjek penelitian yang akan dikaji. Untuk memberikan gambaran yang lebih lengkap, berikut merupakan *blueprint* instrumen *quality of life*.

Tabel 3.1
Blueprint quality of life

Dimensi	Aitem		Jumlah Aitem
	Favorable	Unfavorabel	
Kesehatan fisik	10, 15, 16,17, 18	3, 4	7
Psikologis	5, 6, 7, 11, 19	26	6
Hubungan sosial	20, 21, 22		3
Lingkungan	8, 9, 12, 13, 14, 23, 24, 25		8
Kesehatan Umum	1,2		2
Total	23	3	26

2. Skala *Toxic Relationship*

Variabel *toxic relationship* diukur menggunakan skala *toxic relationship* yang disusun oleh Rahimah (2022) berdasarkan indikator *toxic relationship* yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dikemukakan oleh Gruder (2018), yakni: a) kurangnya rasa percaya pada orang lain; b) emosi dan agresif; c) manipulasi diri; d) berbohong pada lawan bicara; e) melakukan kekerasan untuk mengikat lawan bicara tersebut agar selalu bersamanya. Skala ini terdiri dari 31 butir aitem pernyataan, menggunakan model *likert* semua aitem merupakan aitem favorable dengan empat pilihan jawaban yaitu 1 (Sangat Tidak Sesuai) sampai 4 (Sangat Sesuai). Hasil uji reliabilitas konstruk (CR) sebesar 0.934. Menunjukkan bahwa alat ukur skala *toxic relationship* konsistensi dalam mengukur konstruk yang hendak diukur. Berikut merupakan *blueprint toxic relationship*.

Tabel 3.2
Blueprint toxic relationship

Indikator	Aitem Favorable	Jumlah Aitem
Kurangnya rasa percaya kepada orang lain	1,2,3,4	4
Emosi dan Agresif	5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18	14
Manipulasi diri	19,20,21,22,23	5
Borbohong pada lawan bicara	24,25,26	3
Melakukan kekerasan untuk mengikuti lawan bicara	27,28,29,30,31	5
Total		31



F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti perlu melakukan uji coba terhadap alat ukur yang digunakan, dengan tujuan untuk memastikan bahwa instrumen tersebut memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai. Dengan demikian, hanya aitem-aitem yang terbukti memenuhi kriteria kelayakan yang akan dipilih sebagai bagian dari instrumen penelitian. Pada penelitian ini, uji coba alat ukur dilakukan dengan menggunakan metode *try out* yang diberikan kepada 50 orang mahasiswa sebagai subjek penelitian. Pelaksanaan *try out* berlangsung di UIN Suska Riau, mulai dari tanggal 28 Agustus – 12 September 2024. Instrumen yang diuji meliputi dua skala, yakni skala *toxic relationship* yang terdiri dari 31 aitem, dan skala *quality of life* yang terdiri dari 26 aitem. Setelah pelaksanaan *try out*, data yang terkumpul dianalisis untuk mengukur indeks daya beda setiap aitem. Proses Analisis dilakukan dengan bantuan aplikasi *Software SPSS 29 for windows*

2. Uji Validitas

Validitas merupakan sejauh mana tes dapat mengukur atribut yang seharusnya untuk diukur. Alat ukur dengan tingkat validitas yang tinggi akan menghasilkan varian kesalahan pengukuran yang rendah, yang berarti skor yang diperoleh setiap subjek dari alat ukur tersebut tidak jauh berbeda dari skor yang sesungguhnya (Azwar, 2012). Valid berarti bahwa instrumen penelitian mampu secara efektif mengukur variabel yang dimaksud (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini, validitas yang digunakan penelitian ini adalah validitas isi, validitas isi melibatkan penilaian

kecocokan antara item dengan indikator perilaku dan tujuan pengukuran melalui pertimbangan ahli (Azwar, 2012). Ahli yang terlibat dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing dan narasumber.

3. Uji Reliabilitas

Pengertian reliabilitas merujuk pada keterpercayaan atau konsistensi hasil pengukuran, yang mencerminkan sejauh mana akurasi pengukuran tersebut. Koefisien reliabilitas (α) memiliki nilai dalam rentang antara 0 hingga 1,00, semakin tinggi nilai koefisien, semakin tinggi reliabilitas pengukuran tersebut (Azwar, 2012).

Pengukuran reliabilitas dilihat dari *alpha cronbach* yang akan menghasilkan reliabilitas dari skala *toxic relationship* dan *quality of life*.

Tabel 3.3
Hasil Uji Reliability

Variabel	Jumlah Aitem	Cronbach's Alpha	Keterangan
<i>Toxic Relationship</i>	31	0,934	Reliabel
<i>Quality Of Life</i>	26	0,895	Reliabel

Berdasarkan tabel 3.3, dapat dilihat bahwa nilai koefisien pada variabel *toxic relationship* adalah 0,934 sedangkan untuk variabel *quality of life* adalah 0,895. Hasil uji *reliability* yang telah dilakukan maka dapat dikatakan bahwa instrumen yang digunakan memiliki tingkat *reliability* yang baik dan dapat dianggap layak untuk digunakan dalam penelitian.



4. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem merupakan pola indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala keseluruhan, yang dikenal dengan istilah konsisten aitem-total. Prinsip dasar yang digunakan dalam seleksi aitem adalah memilih aitem-aitem yang fungsinya sesuai dengan tujuan pengukuran skala sebagaimana yang dilakukan dikehendaki peneliti.

Menurut Azwar (2015) daya diskriminasi aitem mengukur kemampuan aitem untuk membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki atribut yang diukur dan yang tidak memilikinya. Pengujian daya diskriminasi dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara skor aitem dengan skor total skala. Hasil komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total. Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total biasanya digunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan. Aitem yang koefisien korelasinya kurang Dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar, 2015).

Skala dapat diterapkan jika terbukti valid dan reliabel melalui uji statistik dengan melalui *try out* terlebih dahulu. *Try out* alat ukur bertujuan untuk mengukur tingkat validitas dan reliabilitas dari alat ukur tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan koefisien korelasi aitem total minimal 0,30 sebagai patokan untuk menentukan daya beda aitem. Untuk melihat indeks daya beda aitem.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berikut hasil uji indeks daya beda aitem skala *Quality Of Life*

Tabel 3.4
Blueprint *Quality of Life*

Indikator	Butir Aitem				Jumlah	
	Favorable		Unfavorable			
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
Kesehatan Fisik	10,15,16,17,18	-	-	3,4,	7	
Psikologis	5,6,7,11,19	-	-	26	6	
Hubungan sosial	20,21,22	-	-	-	3	
Lingkungan	8,9,12,13, 14,23,24,25	-	-	-	8	
Kesehatan Umum	1,2	-	-	-	2	
Jumlah Aitem	23			3	26	

Berdasarkan tabel 3.4 hasil dilakukan uji coba dari 26 aitem skala *quality of life* yang diuji, terdapat 23 aitem yang dinyatakan valid dan 3 aitem yang gugur. Aitem yang gugur berasal dari aspek kesehatan fisik dan psikologis, yaitu pada aitem nomor 3, 4, dan 26. Proses uji validitas dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi $p > 0,30$. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh bahwa aitem-aitem dinyatakan valid memiliki koefisien korelasi berkisar antara 0,342- 0,762, sehingga memenuhi kriteria validitas yang telah diterapkan. Setelah memperoleh daftar aitem yang valid, aitem-aitem tersebut disusun kembali mengikuti urutan nomor aitem seperti pada instrumen awal. Berikut blueprint *quality of life* untuk penelitian.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.5
Blueprint Quality of Life untuk penelitian

Indikator	Jumlah Aitem	Jumlah
	Favorable	
Kesehatan Fisik	8,13,14,15,16	5
Psikologis	3,4,5,9,17	5
Hubungan Sosial	18,19,20	3
Lingkungan	6,7,10,11,12,21,22,23	8
Kesehatan umum	1,2	2
Jumlah	23	23

Berikut ini merupakan *Blueprint* skala *toxic relationship* (setelah Try Out).

Tabel 3.6
Blueprint toxic relationship

Indikator	Butir Aitem		Jumlah
	Valid	Gugur	
Kurangnya rasa percaya kepada orang lain	4	1,2,3	4
Emosi dan agresif	5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18	-	14
Manipulasi diri	19,20,21,22,23	-	5
Berbohong pada lawan bicara	24,25,26	-	3
Melakukan Kekerasan untuk mengikat lawan bicara	27,28,29,30,31	-	5
Jumlah Aitem	28	3	31

Berdasarkan tabel 3.6 Dilakukan uji coba terhadap 31 aitem skala *toxic relationship*. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 3 aitem, yaitu aitem nomor 1, 2, 3, yang tidak memenuhi kriteria koefisien korelasi 0,30, sehingga

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dinyatakan gugur dan tidak digunakan dalam penelitian selanjutnya. Setelah proses seleksi, sebanyak 28 aitem dinyatakan valid dan memenuhi kriteria validitas dengan koefisien korelasi antara 0,341- 0,979. Aitem –aitem yang dinyatakan valid kemudian disusun kembali mengikuti urutan nomor aitem awal, agar tetap menjaga struktur dan konsisten skala. Dengan demikian, *blueprint* skala *toxic relationship* yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 28 aitem valid, yang siap digunakan untuk mengukur tingkat *toxic relationship* sesuai dengan indikator yang telah ditetapkan. Berikut *blueprint toxic relationship* untuk penelitian.

Tabel 3.7
Blueprint Toxic Relationship untuk penelitian

Indikator	Aitem Variabel	Jumlah
	Favorable	
Kurangnya rasa percaya kepada orang lain	1	1
Aksi dan agresif	2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	14
Manipulasi diri	16,17,18,19,20	5
Berbohong pada lawan bicara	21,22,23	3
Melakukan kekerasan untuk mengikat lawan bicara	24,25,26,27,28	5
Jumlah	28	28

G. Analisis Data

Berdasarkan masalah dan tujuan penelitian, Analisis data yang akan dilakukan untuk mengolah data penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment* yaitu untuk melihat hubungan antara variabel *toxic relationship* (X) dengan *quality of*



life (Y). Data yang telah diperoleh nantinya akan dianalisis dengan menggunakan aplikasi *software SPSS 29 for windows*.

H. Lokasi dan Jadwal Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan melibatkan mahasiswa dari seluruh fakultas yang ada di UIN Suska Riau sebagai partisipan. Pelaksanaan penelitian mengikuti tahapan-tahapan yang telah dirancang secara sistematis. Adapun rincian kegiatan serta jadwal pelaksanaan penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.8
Rincian Jadwal Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Tanggal Pelaksanaan
1	Seminar Proposal	24 April 2024
2	Perbaikan Proposal	8 Juni 2024
3	Uji Coba (<i>Try Out</i>)	28 Agustus - 12 September
4	Penelitian	18 Oktober 2024 - 18 Desember
6	Seminar Hasil	26 Maret 2025
7	Perbaikan seminar hasil	4 Mei 2025
8	Munaqasyah	4 Juni 2025



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *toxic relationship* dan *quality of life* pada mahasiswa UIN Suska Riau. Artinya, semakin tinggi intensitas hubungan pertemanan yang bersifat *toxic* yang dialami mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kualitas hidup yang mereka miliki, baik dari segi psikologis, sosial, maupun kesejahteraan umum. penelitian ini menegaskan bahwa *quality of life* merupakan aspek penting dalam kehidupan mahasiswa yang sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan sosial yang mereka jalin. Oleh karena itu, keberadaan hubungan pertemanan yang sehat, suportif, dan positif sangat dibutuhkan, sedangkan hubungan yang bersifat *toxic* justru dapat menjadi faktor penghambat turunya tingkat kualitas hidup diri dan kesejahteraan mahasiswa secara menyeluruh.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *toxic relationship* berada pada kategori sedang menuju rendah, sementara itu *quality of life* sebagian besar tergolong tinggi, maka ada beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan kedepannya.

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian ini, mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya membangun hubungan sosial yang



sehat dengan menghindari perilaku emosional dan agresif dalam pertemanan. Untuk mendukung hal tersebut, mahasiswa disarankan untuk mengembangkan keterampilan pengelolaan emosi secara positif melalui strategi *coping* yang adaptif. Kemampuan ini tidak hanya berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan sosial dan akademik, tetapi juga berperan penting dalam menjaga kestabilan emosional serta memperkuat kualitas hubungan interpersonal.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain yang dapat mempengaruhi *quality of life* mahasiswa, seperti dukungan sosial, tingkat stres akademik, atau faktor keluarga. Selain itu, mempertimbangkan karakteristik demografis, seperti jenis kelamin, usia, dan program studi, untuk melihat apakah terdapat perbedaan dampak *toxic relationship* terhadap *quality of life*. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan kontribusi lebih luas bagi peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., Cahyani, A. P. R., Nindiarto, A. S., Falsafy, D., & Indreswari, H. (2023, August). *Psychological Well-Being Siswa SMK yang Berada dalam Kelompok Pertemanan Toxic*.
- Alencar, S. B. D., de Lima, F. M., Dias, L. D. A., Dias, V. D. A., Lessa, A. C., Bezerra, J. M., & de Petribu, K. C. (2019). *Depression and quality of life in older adults on hemodialysis*. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(2), 195-200
- Alwesmi, M. B., Bayounes, R. M., Binrushaydan, N. N., Alanazi, M. A., Salem, R. M., Alomairi, R. A., Albugami, A. Z., Alzahrani, E. M., Alahmari, L. A., & Youssef, N. (2024). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional manipulation among health colleges students: a cross-sectional correlational study. *Frontiers in Psychiatry*, 15(September), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1469527>
- Amir, M., Wajdi, R., & Syukri. (2020). Perilaku Komunikasi Toxic Friendship (Studi terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar). *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi (J-KO)*, 2(2), 93–111. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/jko/article/view/8074>
- Anderson, J. A., Hawrylewicz, K., & Bialystok, E. (2020). Who is bilingual? Snapshots across the lifespan. *Bilingualism: Language and Cognition*, 23(5), 929-937.
- Astuti, A. P. (2022). Pengaruh *toxic relationship* pada remaja di Indonesia. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(1), 1–9.
- Azzahra, L., Nurmansyah, Putri, M., Juliaska, A., & Erni, S. (2024). Trend FOMO Mahasiswa UIN Suska Riau. *Journal of Creative Student Research*, 2, 86–95.
- Azwar S. 2012. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Pelajar

Azwar S. 2013. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Azwar S. 2015. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Cindy Priscila Pantjo'u, & Ratriana Yulastuti Endang Kusumiati. (2024). Self-esteem and Resilience Among Students Affected by Toxic Relationships. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1501–1507. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6007>

de Alencar, S. B. V., de Lima, F. M., Dias, L. D. A., Dias, V. D. A., Lessa, A. C., Bezerra, J. M., Apolinário, J. F., & de Petribu, K. C. (2020). Depression and quality of life in older adults on hemodialysis. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(2), 195–200. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0345>

Digdyani, N., & Kaloeti, D. V. S. (2020). Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Resiliensi Dengan Kualitas Hidup Pada Perawat Rumah Sakit Swasta X Di Kota Semarang. *Jurnal EMPATI*, 7(3), 1013–1019. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21848>

Dilla, I. F., & Susanti, R. (2022). Sabar dan Stres Akademik pada Mahasiswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3), 131. <https://doi.org/10.24014/pib.v3i3.17382>

Dryburgh, N. S. J., Martin-Storey, A., Craig, W. M., Holfeld, B., & Dirks, M. A. (2024). Quantifying Toxic Friendship: A Preliminary Investigation of a Measure of Victimization in the Friendships of Adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*. <https://doi.org/10.1177/08862605241265418>

Esperansa, S. T., Siva, N., Putri Saraswati, I. A., Wisnawa, K. S. C., & Kistian, A.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Istiqomah, B., Andayani, S. A., & Nugroho, S. A. (2023). Pengaruh Terapi Syukur (Gratitude) terhadap Kualitas Hidup Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 17816.
- 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>
- Juwita, K., & Arintika, D. (2018). Bahri, S., & Nisa, Y. C. (2017). Pengaruh Pengembangan Karir Dan Motivasi Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 18(1), 9-15. *Jurnal Manajemen Indonesia*, 18(2), 105.
- Karhani, M., Adriansyah, M. A., & Sofia, L. (2022). Tinjauan Beban Kerja terhadap Keterikatan Kerja Tenaga Honorer yang Bekerja Tiada Henti di Masa Pandemi. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 11(3), 416. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v11i3.7983>
- Kanda, A. S., & Kivania, R. (2024). Dampak Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Mental. *Sammajiva: Jurnal Penelitian Bisnis dan Manajemen*, 2(1), 118-129.
- Khairun, D. Y., & Al Hakim, I. (2019). Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, Vol.4 (2), 105–111.
- Kawitri, A. Z., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2020). Peran self- compassion terhadap dimensi-dimensi Kualitas hidup kesehatan pada remaja panti asuhan. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 01-18. *Kesehatan*, 8 (1), 27-35.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Kesumawardani, S. T., Fitriah, M., & Purnomo, A. M. (2024). Hubungan Human Relations Mahasiswa Dengan Toxic Relationship. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique*, 6(2), 179-188.

Laili, A. (2020). *Woe-Man Relationship*. Yogyakarta: Buku Mojok Group

Magdalene.co. (2021, Desember 9). *Banyak Remaja Hadapi Masalah Mental, Apa yang Bisa Dilakukan untuk Menyikapinya?*
<https://magdalene.co/story/edukasi-kesehatan-mental-remaja-itu-penting/>

Liana, L. (2009). Using MRA with SPSS to Test the Effect of Moderating Variables on the Relationship between Independent Variables and Dependent Variables. *Jurnal Teknologi Informasi Dinamik*, 14(2), 90–97.
<https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/fti1/article/view/95>

Meliala, P. A. F. B. S. (2024). Kesehatan Mental Mahasiswa Menghadapi Tekanan. *Psikologi*, 1(4), 1–11.

Mtshweni, B. V. (2024). Perceived social support and sense of belonging: The mediating role of academic anxiety among first-generation students at a South African university. *Journal of Psychology in Africa*, 34(4), 373-380.

Moons, P. , Marquet K., Budts W., Geest, Sabina. (2004). *Validity, Reliability, and Responsiveness of the Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life-Direct Weighting (SEIQOL-DW) in 176 Congenital Heart Disease. Health and Quality of Life Outcomes*, 2 1-8. USA: BioMed Ltd. National Institute for Cardiovascular Outcomes

Muhammad, T. (2010). Mengukur Kualitas Hidup Anak (Measuring Children's Quality of Life). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 5(2), 51–55.

Nadia Nurul Saskia, Fairus Prihatin Idris, & Sumiaty. (2023). Perilaku Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Remaja Di Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4(3), 525–538. <https://doi.org/10.33096/woph.v4i3.829>



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- O'Connor, R. (1993). Issues in the Measurement of Health- Related Quality of Life. *Centre for Health Program Evaluation*, 7–82.
- Pamela, A. (2024). Dinamika Positivity Dan Negativity Dalam Relasi Pertemanan Di Kalangan Remaja Dan Emerging Adulthood.
- Panjaitan, R. U., Wardani, I. yulia, Nasution, R. A., Primananda, M., & Arum, D. O. R. S. (2023). Keeratan Keluarga dan Kemampuan Pemecahan Masalah Berhubungan Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 15 Nomor 3(September), 1045–1052.
- Power, M., & Kuyken, W. (1998). World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Development and general psychometric properties. *Social Science and Medicine*, 46(12), 1569–1585. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(98\)00009-4](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(98)00009-4)
- Pramadhani, W., Keperawatan, F. I., & Indonesia, U. (2022). Efektivitas Pemberian Dukungan Pada Remaja Odha Terhadap Dampak Kualitas Hidup: Systematic Review. *Jurnal Endurance*, 7(2), 396–407. <https://doi.org/10.22216/jen.v7i2.1046>
- Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja. *Communication*, 12(2), 132. <https://doi.org/10.36080/comm.v12i2.1510>
- Pristianto, A., Ilyas, M. T., Herawati, I., & Susilo, T. E. Pengaruh Faktor Biopsikososial terhadap Kualitas Hidup pada Individu dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah: *a Literature Review. FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 3(2), 78-89
- Purba, F. D. (2018). *Quality of Life Measurement and Its Application in Indonesia*.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Putra, H. C. (2024). Pengaruh *Cyberbullying* terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2020 UIN SUSKA RIAU. Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
- Putri, A. R., & Kurniawan, Y. (2023). Kecemasan Menjalani Relasi Romantis: Studi Kasus terhadap Perempuan Penyintas *Toxic relationship*. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1), 90-107.
- Pantjo'u, A. R. (2024). *The impact of toxic relationships on university students' quality of life and personal development*. *Journal of College Student Development*, 65(1), 58–72
- Qonitah, A., Salsabilla, S. A., Marpaung, P., Mulyana, D. A., Dwi, M. D., Komunikasi, F. I., & Padjadjaran, U. (2024). *Kekerasan dalam hubungan pacaran : Studi fenomenologi pengalaman individu dalam toxic relationship*. 1(2), 436–451.
- Rachmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Resiliensi psikologis dan pengaruhnya terhadap kualitas hidup terkait kesehatan
- Rahimah, S., Abidin, M. Z., & Fadhila, M. (2022). The Effect of Toxic Relationships in Friendship on The Psychological Well-Being of Islamic University Students. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 10(2), 155–164.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Riani, *Stop Toxic Relationship*, (Gowa: Pustaka Taman Ilmu, 2021), 20- 22
Riani, *Stop Toxic Relationship*, (Gowa: Pustaka Taman Ilmu, 2021), 20-22
- Rizkillah, R., Hastuti, D., & Defina, D. (2023). Pengaruh karakteristik remaja dan keluarga, serta gaya pengasuhan orang tua terhadap kualitas hidup remaja di wilayah pesisir. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 16(1), 37-49
- Renwick, Rebecca., Ivan Brown & Mark Nagler. (1996). *Quality of Life in Health Promotion and Rehabilitation*. London: Sage publications
- Resmiya, L., & Misbach, I. H. (2019). Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(1), 20–31.
<https://doi.org/10.17509/insight.v3i1.22247>
- Saepudin Kanda, A., & Kivania, R. (2024). Dampak Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Penelitian Bisnis Dan Manajemen*, 2(1), 118–129.
- Sarinengsih, Y., Fransiska, D., Fuadah, N. T., & Rustikayanti, R. N. (2023). Psychological Well-Being terhadap Kualitas Hidup Rem



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Suharmanto. (2022). Pengetahuan Tentang Pencegahan Penyakit Kronis berhubungan dengan Kualitas Hidup Petani. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(3), 1011–1016. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Sarafino, E.P. (2011). *Health Psychology : Biopsychological Interaction*. Kanada: Jhon Wiley & Sons, Inc
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Cetakan ke-23). Bandung: Alfabeta. ISBN: 979-8433-64-5.
- Saskia, N. N., & Idris, F. P. (2023). Perilaku Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Remaja Di Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 525-538.
- Sujarweni, dkk. (2019). *Analisis Laporan Teori Aplikasi dan Hasil Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka baru Press.
- Sun, W., Wu, M., Qu, P., Lu, C., & Wang, L. (2013). *Quality of Life of People Living with HIV/AIDS under the New Epidemic Characteristics in*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Ulfa, N. (2021). *Metodologi Penelitian: Teori dan Praktik*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Vicke, M., Datunsolang, S., Umboh, G. S., Teologi, F., & Manado, I. (2022). SIAPAKAH SAHABATKU?: Teladan Orang Samaria Dalam Lukas 10:27-35 untuk Menjaga Kesehatan Mental Dari Toxic Friendship. *Jurnal Mahasiswa Kristen*, 2(1), 21–33. <https://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/mello/index>
- Vivi, R. A. (2020). *Upaya Resiliensi Pada Remaja Dalam Mengatasi Toxic Relationship Yang Terjadi Dalam Hubungan Pacaran* (Doctoral dissertation, IAIN Purwokerto).
- Vidiawati, D., Iskandar, S., & Agustian, D. (2017). Masalah Kesehatan Jiwa pada Mahasiswa Baru di Sebuah Universitas di Jakarta. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 5(1). [https://doi.org/10.2388](https://doi.org/10.23886/ejki.5.7399.27-33)



pertemanan

Winarsunu, T. 2004. Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan. Malang: UMM Press

Widhiarso, W., & Inferensial, D. M. K. S. (2001). Menghitung sumbangan efektif tiap aspek terhadap variabel dependen. Fakultas Psikologi UGM.

Yager, Jan. *When Toxic Friendship Hurts* Mengatasi Teman Berbahaya Dan Mengembangkan Persahabatan Yang Menguntungkan Diterjemahkan Oleh Arfan Achyar, Tangerang: Agromedia Pustaka. 2006

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN

Lampiran A. Lembar Validasi Alat Ukur



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI
Skala Toxic Relationship

1. Definisi Operasional Toxic Relationship

Toxic relationship merupakan hubungan yang tidak sehat antar individu atau kelompok yang mempunyai sifat destruktif yang beracun yang memberikan pengaruh yang buruk bagi seseorang yang saling terikat dalam sebuah hubungan saling menyakiti satu sama lain. *Toxic relationship* dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur yang disusun oleh Rahimah (2022) terdiri atas 31 aitem. Sk



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh Pengerjaan

Keterangan

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (Aitem) tersebut relevan dengan aspek/indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk Aitem-Aitem yang tersedia.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	memberikan nasihat secara terus menerus pada semua hal yang saya lakukan (F)			
12	Teman saya egois dan mengganggu setiap aspek kehidupan saya (F)			
13	Jika teman saya sedih atau tidak bahagia, ia mencoba membuat saya merasakan hal yang sama (F)			
14	Teman saya menyalahkan saya pada semua hal negatif atau tidak menyenangkan yang terjadi dalam hidup mereka (F)			
15	Teman saya sangat			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Melakukan kekerasan untuk mengikuti lawan bicara

26	Teman saya melecehkan saya baik secara verbal, fisik, emosional, atau seksual (F)			
27	Teman saya mengendalikan saya dan hubungan pertemanan saya (F)			
28	Teman saya terlalu bergantung pada saya, sangat terikat dan terlalu membutuhkan saya (F)			
29	Ketika saya coba mengakhiri persahabatan dengan mereka, mereka menyerang kehidupan pribadi saya secara besar bes			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. Catatan

a. Isi

b. Bahasa

c. Jumlah Aitem

Pekanbaru, 27 Mei 2024



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI
Quality of Life (WHOQOL-BREF)

1. Definisi Operasional Quality of Life

Quality of life merupakan penilaian subjektif individu terhadap kesehatan fisik dan mental terhadap berbagai aspek kehidupan mereka, yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Variabel *quality of life* dalam penelitian ini diukur menggunakan instrument WHO



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dimensi	No	Pertanyaan	R	KR	TR
Physical health</					



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Environmental health	8	Secara umum, seberapa aman anda rasakan dalam kehidupan anda sehari-hari (F)	✓		
	9	Seberapa sehat lingkungan dimana anda tinggal (berkaitan dengan sarana dan prasarana) (F)	✓		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. Catatan

a. Isi

sesuai

b. Bahasa



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI
Skala Toxic Relationship

1. Definisi Operasional Toxic Relationship



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Melakukan kekerasan untuk mengikuti lawan bicara



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

01-2025/21/216

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memper



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masa
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memper

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran B: Skala *Try Out*



SKALA PENELITIAN

INFORMED CONSENT

Assalamualaikum wr.wb

Saya Jeng Ayu Lestari, mahasiswa S1 Fakultas Psikologi di UIN Suska Riau. Saat ini, saya sedang mengerjakan penelitian untuk skripsi saya di bawah bimbingan Ibu Raudatussalamah, S.Psi., M.A. Penelitian ini berfokus pada kualitas hidup dan hubungannya dengan kualitas pertemanan pada mahasiswa.

Jika anda, berusia minimal 18 tahun dan merupakan mahasiswa aktif di sebuah perguruan tinggi

Dalam penelitian ini, Anda akan diminta untuk mengisi dua skala yang masing-masing memiliki cara pengerjaan yang berbeda.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu



IDENTITAS RESPONDEN

Nama (disarankan inisial)	:
Usia	:
Jenis Kelamin (*coret yang tidak perlu)	: Laki-laki/ Perempuan
Agama	☐ Islam ☐ Kristen Katolik ☐ Kristen Protestan ☐ Budha ☐ Hindu ☐ Konghucu
Suku	☐ Melayu ☐ Sunda ☐ Jawa ☐ Minang ☐ Batak ☐ Bugis ☐ Yang lain

SKALA I

Pertanyaan-pertanyaan berikut ini menyangkut perasaan anda terhadap penilaian anda dalam hubungan pertemanan anda. Semua jawaban adalah benar, pilihlah jawaban yang menurut anda paling sesuai. Jika anda tidak yakin tentang jawaban yang akan anda berikan terhadap pertanyaan yang diberikan, pikiran pertama yang muncul pada benak anda seringkali merupakan jawaban yang terbaik. Kami akan bertanya apa yang anda pikirkan tentang kehidupan anda dalam dua minggu terakhir.

No	Pertanyaan	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Teman saya mengkhianati saya dalam skala yang besar (Tersebab pengkhianatan dalam				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk

©

Hak Cipta mlik UIN Suska Riau

Staf Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

SKALA II

Pertanyaan -pertanyaan berikut ini menyangkut perasaan anda terhadap kualitas hidup, kesehatan dan hal -hal lain dalam hidup anda. Silahkan anda baca setiap pertanyaan bersamaan dengan pilihan jawaban yang terkait, atau jika dibutuhkan saya akan membacakannya kepada anda. Pilihlah jawaban yang menurut anda paling sesuai. Jika anda tidak yakin tentang jawaban yang akan anda berikan terhadap pertanyaan yang diberikan, pikiran pertama yang muncul pada benak anda seringkali merupakan jawaban yang terbaik

Camkanlah dalam pikiran anda segala standar hidup, harapan, kesenangan dan perhatian anda

Pertanyaan berikut ini adalah tentang **seberapa pernah** anda alami hal -hal berikut ini dalam dua minggu terakhir?

		Tidak sama sekali	Sedikit	Sedang	Seringkali	Sepenuhnya
10	Seberapa puas anda terhadap kesehatan anda?					
11	Apakah anda dapat meneirama penampilan tubuh anda?					
12	Apakah anda memiliki					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik

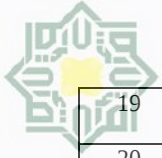
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.



TABULASI DATA TRY OUT (SKALA I- TOXIC RELATIONSHIP)

No. Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	3
------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan,
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

</





TABULASI DATA TRY OUT (SKALA II- *QUALITY OF LIFE*)

No. Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

17	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	2	3	3	86
18	3	4	4	5	5	3	3	5	4	3	3																

35	4	2	2	3	2	3	4	3	3	4	3	5	5	5	5	3	5	5	2	3	3	5	2	4	5	3	93
36	4	4	4	5	4	4	3	3	4	4																	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

DATA PARTISIPAN TRY OUT

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Agama	Suku
----	------	------	---------------	-------	------



26	Mp	22	Perempuan	Islam	Melayu	Pertanian dan p
----	----	----	-----------	-------	--------	--------------------

Reliabilitas Skala *Toxic Relationship*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Reliabilitas Skala *Quality Of Life*

