

# **DAMPAK *TOXIC FRIENDSHIP* DAN STRATEGI ANTISIPASI DALAM KONSEP PERSAHABATAN PERSPEKTIF IBNU MISKAWAIH**

**M. Satrio Wirayudha<sup>1</sup>, Alfi Julizun Azwar<sup>2</sup>, Yen Fikri Rani<sup>3</sup>**

Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran  
Islam, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

[satrio3132@gmail.com](mailto:satrio3132@gmail.com), [alfijulizunazwar\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:alfijulizunazwar_uin@radenfatah.ac.id),  
[yenfikirirani\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:yenfikirirani_uin@radenfatah.ac.id)

## **ABSTRACT**

Toxic Friendship is a condition where a person's friendship is unhealthy so that it can disrupt a person's psychological health. The psychological impact can make people feel low self-esteem, hate themselves, and become pessimistic individuals. Therefore, this research aims to reveal the negative impacts of toxic friendship relationships and investigate anticipatory strategies that can be applied in the context of friendship, by referring to the concept of friendship according to Ibn Miskawaih's views. This type of research is qualitative and the form of research is literature study (library research) with a philosophical approach. The primary data source in this research is Ibnu Miskawaih's work towards moral perfection and secondary data obtained from literature such as scientific books and relevant journals. The data collection method uses the documentation method and the data analysis technique uses content analysis. The results of the research analysis findings were evaluated by comparing Ibn Miskawaih's perspective regarding the concept of friendship, which shows the moral and ethical aspects of social relationships. The results of the research show that the impact of toxic friendship is negative behavior due to dangerous toxic interactions in friendships and friendships. In addition, this research identifies anticipatory strategies that can be implemented, including friendship ethics and the need for cooperation and harmony that are in line with Ibn Miskawaih's moral values in friendship. This is in line with Ibn Miskawaih's concept of friendship, which essentially means that friendship is the main principle in social interaction.

**Keywords :** Toxic Friendship, Strategy, Friendship, Ibnu Miskawaih

## **ABSTRAK**

*Toxic friendship* merupakan keadaan dimana persahabatan seseorang tidak sehat sehingga dapat mengganggu kesehatan psikologis seseorang. Dampak psikologisnya dapat membuat orang merasa rendah diri, membenci diri sendiri, dan menjadi individu yang pesimis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk

mengungkapkan bagaimana dampak buruk dari hubungan persahabatan yang *toxic* dan menyelidiki strategi antisipasi yang dapat diterapkan dalam konteks persahabatan, dengan mengacu pada konsep persahabatan menurut pandangan Ibnu Miskawaih. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dan bentuk penelitiannya yaitu studi kepustakaan (library research) dengan pendekatan filosofis. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah karya Ibnu Miskawaih yaitu menuju kesempurnaan akhlak dan data sekunder yang didapatkan dari literatur seperti buku ilmiah, jurnal yang relevan. Metode pengumpulan data menggunakan metode dokumentasi dan teknik analisis data menggunakan *content analysis*. Hasil penelitian analisis temuan ini dievaluasikan dengan menggabungkan perspektif Ibnu Miskawaih terkait konsep persahabatan, yang menunjukkan aspek moral dan etika dalam hubungan sosial. Hasil studi menunjukkan bahwa dampak dari *toxic friendship* ini berperilaku negatif akibat pergaulan yang berbahaya *toxic* dalam sebuah persahabatan maupun pertemanan. Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi strategi antisipasi yang dapat diterapkan, termasuk etika berteman dan perlunya kerjasama dan keselarasan yang sejalan dengan nilai-nilai moral dalam persahabatan Ibnu Miskawaih. Hal ini sejalan dengan konsep persahabatan Ibnu Miskawaih yang hakikatnya persahabatan itu merupakan prinsip utama dalam interaksi sosial.

**Kata kunci :** *Toxic Friendship*, Strategi, Persahabatan, Ibnu Miskawaih

## **PENDAHULUAN**

Menciptakan hubungan yang harmonis dengan seseorang memerlukan banyak keterlibatan dan kasih sayang antara kedua belah pihak. Wajar dan normal jika suatu hubungan berkonflik atau berbeda satu sama lain. Namun keadaan seperti itu membuat salah satu dari mereka merasa tertekan, terancam dan kemudian dipaksa. Kondisi seperti ini bisa jadi mengindikasikan hubungan yang beracun atau yang sering disebut dengan *toxic relationship* atau *friendship*. Hubungan dimana salah satu pihak merasa tidak didukung, diremehkan, diserang, sering kali disebut sebagai *toxic friendship*. Bentuk perilaku negatif yang dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang dapat berupa agresif fisik, psikis, atau emosional.<sup>1</sup>

Hakikat dalam suatu pertemanan atau persahabatan biasa disebut *friendship*. yaitu hubungan yang erat antara satu orang dengan orang lainnya. Teman sangat mempengaruhi perilaku dan gaya hidup seseorang. Hubungan yang beracun yaitu bahasa trend anak milenial biasa disebut *toxic friendship*. Hal ini dapat dialami oleh pasangan, teman, rekan kerja, dan bahkan anggota keluarga. Hubungan seperti ini sangat rentan membuat penderitanya menjadi tidak

---

<sup>1</sup> Solferino, Nazaria, Tessitore, dan M. Elisabetta, "Human networks and *toxic relationships*", (*Munich Pers. RePEc Arch*,2019), hlm 37.

produktif sehingga menyebabkan gangguan jiwa hingga memicu peristiwa emosional hingga berujung pada tindakan kekerasan. Terkadang lingkungan dan teman dapat mempengaruhi sikap dan kebiasaan seseorang. Saat ini banyak sekali teman yang menjadi musuh dan lawan yang menjadi teman, terkadang itu adalah persahabatan yang *toxic*. *Toxic Friendship* sendiri bahasanya kaum millennial yang pertemanan atau persahabatannya bersifat racun dan tidak sehat berbahaya serta tidak menguntungkan salah satu pihak saja dan sebaliknya merugikan atau persahabatan yang hanya terlihat sehat diluar namun sudah sakit atau rusak didalam. Saat ini banyak orang yang merasakan dampak negatif dari adanya pertemanan yang bersifat *toxic friendship* dilingkungan eksternalnya, salah satunya adalah dampak terhadap prestasi akademik akibat keegoisan dan perasaan tidak jujur dari kelompok temannya. Kondisi ini disebabkan karena orang terlalu sibuk mengikuti teman yang mempunyai sifat-sifat *toxic* karena selalu mengatur diri, banyak bicara dan banyak mengikuti aturan, sehingga tidak fokus belajar dan tidak percaya diri.<sup>2</sup>

Membangun persahabatan dengan orang-orang dari latar belakang berbeda membutuhkan usaha, kemauan sendiri, dan pola pikir. Pertemuan pertama merupakan momen yang menentukan apakah seseorang diterima sebagai sahabat atau tidak.

Adapun Penelitian ini menggunakan konsep persahabatan dari Ibnu Miskawaih. Menurutnya persahabatan adalah suatu hubungan yang bersifat fatal dan berubah-ubah tanpa alasan sehingga tercipta hubungan yang didasari kesenangan. Persahabatan yang terjalin antar remaja atau orang yang sifatnya sama dengan mereka, didorong oleh kesenangan. Mereka dengan cepat menjadi teman, tetapi dengan cepat berpisah, masa persahabatan itu bahkan sangat singkat, dan tidak bertahan selamanya.<sup>3</sup> Namun, ada juga yang sama. Selama mereka yakin, kebahagiaan yang menjadi tujuan mereka masih ada. Sebaliknya, ketika kepercayaan itu hilang, persahabatan merkapun berakhir.

Menurut Ibnu Miskawaih, ikatan persahabatan merupakan prinsip utama dalam interaksi sosial. Karena ketidaksempurnaan dan kekurangan yang dimiliki semua orang, mereka tidak dapat memenuhi kebutuhan esensialnya tanpa bekerja sama dengan orang lain dalam masyarakat untuk menciptakan keharmonisan. Setiap orang merupakan pribadi yang telah menginternalisasikan motivasinya dalam melakukan tindakan sosial. Oleh karena itu, ketika masyarakat dipersatukan oleh persahabatan, maka keadilan dapat dengan mudah diikuti,

---

<sup>2</sup> Dariyo, Agoes. *Psikologi perkembangan dewasa muda*, (Jakarta : Grasindo,2004), hlm 10.

<sup>3</sup> Hidayat,Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu miskawaih*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI,1994), hlm 133.

dalam hal ini persahabatan dan keadilan pada tingkat tertentu dapat menjadi pengatur pelaksanaan prinsip-prinsip sosial.<sup>4</sup>

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dan bentuk penelitiannya yaitu studi kepustakaan (*library research*) Penelitian studi kepustakaan terdiri atas kajian pemikiran tokoh, dan analisis teks buku. Dan teknis analisis datanya yaitu menggunakan analisis isi (*content analysis*) kualitatif. Analisis isi bertujuan untuk memanfaatkan dokumen yang padat isinya biasanya digunakan teknik tertentu. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah karya Ibnu Miskawaih yaitu menuju kesempurnaan akhlak dan data sekunder yang diperoleh dari literatur seperti buku, artikel, jurnal yang relevan. Metode pengumpulan datanya menggunakan metode komparasi yang digunakan untuk membandingkan data-data yang ditarik kedalam konklusi baru, dengan pendekatan filosofis dalam studi islam berusaha untuk sampai kepada kesimpulan-kesimpulan yang universal dengan meneliti dari akar permasalahannya, metode ini bersifat mendasar dengan cara radikal dan integral karena memperbincangkan sesuatu dari segi esensi atau hakikat sesuatu.

## **HASIL PENELITIAN**

### **A. Dampak *Toxic Friendship* pada Persahabatan menurut Ibnu Miskawaih**

Definisi dampak dalam kamus besar bahasa Indonesia atau biasa disebut KBBI merupakan pengaruh kuat yang mendatangkan akibat dari suatu hal negatif maupun positif.<sup>5</sup> Dampak juga bisa dipahami sebagai pengaruh yang berakibat terjadinya sesuatu hal yang mengarah kepada keburukan seperti *toxic friendship*.

Sebagai seorang manusia merupakan individu yang membutuhkan interaksi dengan individu yang lain, serta perlu untuk membangun suatu hubungan seperti persahabatan. Dalam persahabatan Ibnu Miskawaih etika persahabatan sangat penting karena selain agar untuk tidak melukai perasaan orang lain etika persahabatan juga dapat digunakan untuk memahami orang lain, untuk menghindari konflik dalam pertemanan, dan menjaga hubungan dengan teman. Relasi dalam bentuk persahabatan kadang kala tak selalu sesuai dengan yang diharapkan. Kadang dalam membangun hubungan persahabatan dengan yang lain ada dampak positif, serta ada juga dampak negatifnya. Kualitas pertemanan yang positif dikenal dengan *support*, *self esteem*, sedangkan dampak

---

<sup>4</sup> Hidayat, Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu Miskawaih*, (Bandung : Mizan anggota IKAPI, 1994), hlm 135

<sup>5</sup> Dampak, pada KBBI daring, diambil 6 Juni 2023, dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/>

negatif dalam persahabatan disebut konflik atau masalah, penolakan sikap dan lain sebagainya.<sup>6</sup>

Ketika seseorang dalam bersahabat mendapatkan penolakan secara tidak baik, tidak disupport maka akan muncul masalah seperti kecemasan dan kekhawatiran tersendiri pada diri manusia itu sendiri dalam mengalami kecemasan, stres serta tekanan karena memiliki teman, maka seseorang akan merasa dirinya bermasalah dalam menjalin hubungan kembali dengan orang lain. Perasaan tidak didukung atau tidak disupport oleh sahabat, teman orang terdekat dalam lingkungan biasa dikenal dengan istilah *toxic friendship*.

Ada beberapa kecenderungan dan berdampak berteman dengan *toxic friendship* dalam kaitannya konsep persahabatan Ibnu Miskawaih :

1. Tidak menghargai pencapaian orang lain.

Dalam persahabatan yang sehat, saling menghargai pencapaian adalah hal yang penting. Ini berarti kita harus merayakan keberhasilan dan pencapaian teman kita, dan juga menghargai usaha dan kerja keras yang telah mereka lakukan untuk mencapai hal tersebut. Kebahagiaan dan dukungan antara teman harus saling berjalan, sehingga persahabatan menjadi saling memperkaya dan memotivasi satu sama lain untuk mencapai lebih banyak kesuksesan.

Namun, dalam persahabatan yang tidak sehat atau *toxic friendship*, hal ini dapat menjadi masalah. Salah satu contoh perilaku negatif dalam *toxic friendship* adalah rasa cemburu dan iri hati atas kesuksesan teman atau pencapaian orang lain, sehingga teman yang berbahaya tersebut tidak mampu atau enggan untuk menghargai pencapaian temannya maupun orang lain.

Tidak menghargai pencapaian orang lain dalam persahabatan dapat berdampak merusak ikatan antara teman, menciptakan rasa yang tidak nyaman, dan menghambat perkembangan pribadi masing-masing individu. Jika seorang teman terus-menerus merasa tidak dihargai atau bahkan disalahkan atas kesuksesannya, maka akan ada ketegangan dan ketidakseimbangan dalam hubungan tersebut.

Dalam etika persahabatan, Ibnu Miskawaih mungkin akan menekankan pentingnya sifat-sifat seperti kemurahan hati, kedermawanan, rasa hormat, dan empati untuk menjaga keharmonisan dalam persahabatan. Ia mungkin juga akan menekankan pentingnya introspeksi dan perbaikan diri untuk menghindari perilaku negatif dalam hubungan dengan teman.<sup>7</sup>

Demikian bahwa dalam persahabatan yang sehat, saling menghargai dan mendukung pencapaian satu sama lain adalah bagian penting dalam menjaga

---

<sup>6</sup> Zubaidah, Z., Yeni, P., & Irman, Assistance of toxic friendship students In interpersonal communication and its implications in counseling, *MARAWA : (Jurnal Masyarakat Religius Dan Berwawasan*, Vol I. No 2, 2022), hlm 159.

<sup>7</sup> Muliatul Maghfiroh, Pendidikan Akhlak Menurut Kitab Tahzib Al-Akhlaq Karya Ibnu Miskawaih, *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 11. No 2 (2017), hlm 206.

hubungan yang positif dan bermakna. *Toxic friendship* atau persahabatan yang tidak sehat, di sisi lain, ditandai oleh kurangnya rasa hormat dan dukungan terhadap pencapaian teman, yang pada akhirnya dapat merusak ikatan tersebut.

## 2. Menganggap diri sendiri paling benar.

Menganggap diri sendiri paling benar adalah perilaku atau sikap dimana seseorang merasa pandangan, pendapat, atau tindakannya selalu benar atau lebih superior daripada teman-temannya. Ini berarti seseorang enggan untuk mendengarkan atau mempertimbangkan sudut pandang orang lain, bahkan jika mereka berbeda pendapat atau memiliki pandangan yang berbeda.

Dalam persahabatan yang sehat, penting untuk saling menghormati dan terbuka terhadap perbedaan pendapat. Teman yang baik dapat berbagi sudut pandang yang berbeda tanpa saling menyalahkan atau merasa lebih unggul atau lebih adil dibandingkan yang lain. Mereka menghargai pandangan satu sama lain dan berusaha mencapai kesepakatan atau mencari solusi yang dapat diterima kedua belah pihak..

Namun, dalam *toxic friendship* atau persahabatan yang tidak sehat, perilaku menganggap diri benar dapat merusak hubungan. Sikap seperti ini cenderung menimbulkan ketegangan dan konflik dalam hubungan, karena teman yang merasa ditinggalkan atau kurang dihargai akan merasa kesal dan tidak dihargai.

Ibnu Miskawaih sebagai seorang filosof dan ahli etika akan menekankan pentingnya kerendahan hati dan keterbukaan terhadap pendapat orang lain dalam persahabatan. Ibnu Miskawaih dari renungannya tentang etika menyarankan untuk menghindari sikap sombong dan merendahkan teman, serta belajar mendengarkan dan berusaha memahami sudut pandang orang lain.<sup>8</sup>

Dalam persahabatan yang sehat, penting untuk menerima bahwa diri sendiri tidak selalu benar dan bahwa orang berhak berbeda pendapat dan sudut pandang. Menghargai perbedaan-perbedaan ini menciptakan hubungan yang lebih harmonis, saling menguntungkan dan mendorong pertumbuhan pribadi setiap orang.

Pada akhirnya, rasa puas diri dalam persahabatan dapat menghancurkan hubungan yang bermakna dan tidak bermakna. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk selalu berusaha rendah hati, terbuka terhadap perbedaan, berupaya menciptakan lingkungan yang bersahabat, sehat, dan menghargai perbedaan pendapat.

## 3. Mencari keuntungan untuk pribadi.

Dalam permasalahan *toxic friendship* atau persahabatan yang tidak sehat, mencari keuntungan untuk diri sendiri dengan mengatasnamakan persahabatan

---

<sup>8</sup> Nasr, Seyyed Hossein, *Ensiklopedi Tematis Filsafat Islam*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI, 2003), hlm 56

adalah perilaku manipulatif dan merugikan. Ini berarti seseorang memanfaatkan persahabatan untuk memanfaatkan orang lain demi keuntungan pribadi, tanpa mempedulikan akibat yang mungkin timbul pada pihak lain.<sup>9</sup>

Dalam persahabatan yang sehat, hubungan dibangun atas dasar saling menghargai, kejujuran, kepercayaan, dan empati. Teman saling mendukung dan berusaha memperkaya kehidupan satu sama lain. Namun, dalam persahabatan yang *Toxic*, salah satu pihak dapat memanfaatkan hubungan tersebut dengan cara yang tidak bermoral atau tidak etis.

Ibnu Miskawaih sebagai seorang ahli etika menilai perilaku semacam ini sebagai tindakan yang tidak baik dan merusak hubungan persahabatan. Dalam pandangan etika Ibnu Miskawaih, mencari keuntungan pribadi dengan merugikan pihak lain adalah bentuk perilaku egois dan tidak bermoral.<sup>10</sup>

Berikut adalah contoh perilaku yang berdampak dalam *toxic friendship* dapat meliputi :

- a. Memanfaatkan emosi atau kerentanan teman untuk mencapai tujuan pribadi.
- b. Mengambil keuntungan finansial atau materi dari teman tanpa memberikan balasan atau memberi kembali.
- c. Mencuri ide atau karya teman dan mengklaimnya sebagai milik sendiri.<sup>11</sup>
- d. Mengeksploitasi hubungan persahabatan untuk mendapatkan posisi atau keuntungan dalam lingkungan sosial atau pekerjaan.
- e. Meninggalkan atau menolak membantu teman saat teman tersebut membutuhkan dukungan atau pertolongan.

Perilaku seperti ini berdampak buruk pada orang lain dan dapat menyebabkan kerusakan psikologis, emosional, dan bahkan sosial pada persahabatan. *Toxic friendship* cenderung menciptakan ketidakseimbangan dan ketidakadilan, dimana salah satu pihak mendominasi dan diuntungkan sementara pihak lain merasa dimanipulasi atau diabaikan.

Sebagai seorang sahabat, penting untuk selalu berusaha bersikap jujur, adil, dan empati terhadap orang lain. Memanfaatkan persahabatan untuk kepentingan pribadi tanpa memperhatikan kepentingan sahabat merupakan bentuk pengkhianatan terhadap nilai moral persahabatan. Jadi, dalam persahabatan yang sehat, semua pihak hendaknya saling menghormati dan berusaha menciptakan hubungan yang positif dan saling menguntungkan bagi semua orang yang terlibat.

---

<sup>9</sup> Masye Vicke, Shelin Datunsolang, and Glendy S Umboh, (*Jurnal Mahasiswa Kristen SIAPAKAH SAHABATKU? : Teladan Orang Samaria Dalam Lukas 10 : 27-35 untuk menjaga kesehatan mental dari toxic friendship Jurnal Mahasiswa Kristen* , Vol 2. No 1, 2022), hlm 27.

<sup>10</sup> Hidayat, Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu miskawaih*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI, 1994), hlm 144

<sup>11</sup> M Amir and Riveni Wajdi, *Perilaku Komunikasi Toxic Friendship*, Studi Terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar, (*Jurnal Komunikasi Dan Organisasi (J-KO)*, No 2, 2020), hlm 83.

Ibnu Miskawaih menekankan pentingnya membangun hubungan sosial yang baik dan saling menguntungkan. Dalam karyanya yang terkenal, *tadzhib al-akhlaq* atau penyucian akhlak, ia mengajarkan tentang pentingnya moralitas dan etika dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun ia tidak secara eksplisit membahas *toxic friendship*, prinsip-prinsip yang ia kemukakan dapat diterapkan pada hubungan persahabatan yang negatif.<sup>12</sup>

Ibnu Miskawaih berpendapat bahwa persahabatan yang baik adalah yang didasarkan pada kebaikan dan kesetiaan. Menurutnya, persahabatan yang sehat harus didasarkan pada prinsip saling memberikan manfaat, saling mendukung, dan saling menghormati. Dalam pandangannya, persahabatan yang baik memiliki dampak positif pada individu, termasuk meningkatkan kebahagiaan, kesejahteraan emosional, dan pertumbuhan pribadi.<sup>13</sup>

Dalam konteks ini, dampak *toxic friendship* pada persahabatan dapat dilihat sebagai dari prinsip-prinsip yang dijelaskan oleh Ibnu Miskawaih mengenai konsep persahabatannya yang telah dicantumkan dalam tabel diatas :<sup>14</sup>

a. Moralitas dan etika

Ibnu Miskawaih menekankan pentingnya moralitas dan etika dalam hubungan antar manusia. Dalam *toxic friendship*, salah satu atau kedua pihak sering kali melanggar prinsip-prinsip moral, seperti saling memanipulasi, memfitnah, atau menyalahgunakan kepercayaan satu sama lain.

b. Rasa saling menguntungkan

Ibnu Miskawaih menekankan pentingnya memiliki hubungan saling menguntungkan, di mana kedua belah pihak merasa diuntungkan dari persahabatan tersebut. Dalam *toxic friendship*, salah satu pihak mungkin merasa dimanfaatkan atau merasa bahwa hubungan tersebut tidak seimbang secara emosional atau material.

c. Kesetiaan

Ibnu Miskawaih menganggap kesetiaan sebagai salah satu aspek penting dalam persahabatan yang sehat. *Toxic friendship* seringkali ditandai dengan kurangnya kesetiaan, di mana salah satu pihak tidak dapat diandalkan atau sering melanggar kepercayaan yang diberikan.

d. Pengaruh negatif

Ibnu Miskawaih percaya bahwa lingkungan dan teman-teman kita memiliki pengaruh yang kuat dalam membentuk karakter kita. *Toxic friendship*

---

<sup>12</sup> Abu Ali Akhmad Al- Miskawaih, *Menuju kesempurnaan akhlak : Buku Daras Pertama Tentang Filsafat Etika / Abu Ali Akhmad Al-Miskawaih*, (1997), hlm 170.

<sup>13</sup> Rusfian Efendi, *Etika Dalam Islam : Telaah Kritis Terhadap Pemikiran Ibn Miskawaih, Refleksi: (Jurnal Filsafat Dan Pemikiran Islam*, Vol 19. No 01, 2020), hlm 96.

<sup>14</sup> Zubaidah, Z, Yeni, P, & Irman, I, 'Assistance Of Toxic Friendship Students In Interpersonal Communication And Its Implications In Counseling', *MARAWA: (Jurnal Masyarakat Religius Dan Berwawasan*, Vol 1. No 2, 2022), hlm 45

dapat memiliki dampak negatif pada individu, baik dari segi emosional, mental, maupun perilaku. Pihak yang terlibat dalam *toxic friendship* mungkin merasa terjebak dalam pola hubungan yang merugikan dan sulit untuk mengembangkan diri secara positif.<sup>15</sup>

## **B. Strategi Antisipasi *Toxic Friendship* dalam Memperkuat Persahabatan menurut Ibnu Miskawaih**

Menurut Ibnu Miskawaih, salah satu strategi antisipasi yang bisa dilakukan adalah dengan memilih teman atau sahabat yang baik dan memiliki akhlak mulia serta selalu mendekati diri kepada Allah SWT, dalam surat al-kahfi ayat 28 misalnya, Allah memerintahkan sesama manusia untuk berteman akrab dengan orang-orang yang ahli ibadah dan senantiasa menjaga ketaatannya kepada Allah serta berpaling dari orang yang lalai dan hanya memperuntutkan hawa nafsu ego dirinya semata. Selain itu, Ibnu Miskawaih juga menyarankan agar tidak terlalu bergantung pada pertemanan tersebut sehingga ketika ada masalah diantara anggota kelompok atau sahabat tertentu maka akan lebih mudah untuk melepaskan diri dari hubungan tersebut tanpa merasa terlalu kehilangan.<sup>16</sup>

Menurut ajaran Ibnu Miskawaih dalam *Takhzibul al-akhlak* atau menuju kesempurnaan akhlak, strategi antisipasi berteman untuk memperkuat hubungan persahabatan dijelaskan sebagai berikut :

### 1. Etika berteman.

Dalam pandangan Ibnu Miskawaih tentang etika berteman atau persahabatan, terdapat beberapa prinsip strategi penting yang harus dipegang oleh setiap individu untuk menjaga hubungan persahabatan yang sehat dan bermakna. Berikut adalah beberapa aspek penting dalam pandangan Ibnu Miskawaih tentang persahabatan :<sup>17</sup>

#### a. Pemilihan teman yang bijak.

Ibnu Miskawaih menekankan pentingnya memilih teman yang memiliki moralitas dan nilai-nilai yang sejalan dengan diri kita. Dalam membangun persahabatan, penting untuk memilih teman yang mendukung kebaikan dan membantu kita tumbuh secara moral.<sup>18</sup>

#### b. Menjaga batasan yang sehat.

---

<sup>15</sup> Hidayat, Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu Miskawaih*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI, 1994), hlm 144.

<sup>16</sup> Ujud Supriaji, *Pemikiran Ibnu Miskawaih tentang konsep pendidikan karakter akhlak*, (*Jurnal Kridatama Sains Dan Teknologi*, Vol 03, No.2, 2021), hlm 110.

<sup>17</sup> Hidayat, Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu Miskawaih*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI, 1994), hlm 149.

<sup>18</sup> Hidayat, Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu Miskawaih*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI, 1994), hlm 133.

Jaga batasan dalam persahabatan dan jangan biarkan teman-teman yang *toxic* melampaui batas tersebut. Jika ada teman terus-menerus mengambil keuntungan dari diri kita, merendahkan atau memanipulasi, penting untuk memiliki keberanian untuk menegakkan batasan yang sehat.

c. Menjalin hubungan dengan beragam teman.

Ibnu Miskawaih mengajarkan bahwa berinteraksi dengan beragam orang dapat membantu kita memperluas pemahaman dan pengalaman dalam diri. Jalinlah hubungan dengan berbagai teman yang positif dan beragam latar belakang, sehingga diri kita memiliki lingkaran sosial yang lebih luas.

2. Perlunya kerja sama dan keselarasan

Dalam pandangan Ibnu Miskawaih tentang antisipasi terhadap *toxic friendship* atau persahabatan yang tidak sehat, perlunya kerja sama dan keselarasan adalah untuk menciptakan lingkungan persahabatan yang sehat, saling mendukung, dan bermakna. Melalui kerja sama dan keselarasan, teman-teman dapat saling memperkuat dan membangun hubungan yang positif, sehingga mampu mencegah atau mengatasi potensi masalah dalam persahabatan<sup>19</sup>.

Berikut adalah beberapa alasan mengapa kerja sama dan keselarasan penting dalam strategi antisipasi *toxic friendship* menurut pandangan Ibnu Miskawaih :

a. Saling menyokong dan menguatkan

Melalui kerja sama, mereka dapat saling menyokong dan menguatkan satu sama lain. Ketika ada masalah atau tantangan dalam hubungan, kerja sama memungkinkan mereka untuk bekerja bersama mencari solusi yang baik bagi kedua belah pihak, sehingga dapat menghindari terjadinya kesalahpahaman dan konflik yang lebih besar.

b. Saling mengisi dan melengkapi

Dalam hubungan persahabatan yang sehat, setiap individu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Melalui keselarasan, mereka dapat saling melengkapi dan saling mengisi satu sama lain. Masing-masing memberikan kontribusi positif yang berbeda, sehingga hubungan menjadi lebih kaya dan berarti.

c. Meningkatkan kepercayaan

Kerja sama dan keselarasan membantu meningkatkan rasa kepercayaan di antara teman-teman. Ketika ada keselarasan dalam pandangan, nilai, dan tujuan, teman-teman lebih cenderung untuk saling mempercayai dan membuka diri, karena mereka tahu bahwa hubungan tersebut didasarkan pada saling mendukung dan saling menghormati.

---

<sup>19</sup> Hidayat, Helmi, *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu miskawaih*, (Bandung : Mizan Anggota IKAPI, 1994), hlm 152.

d. Mencegah manipulasi dan eksploitasi

Dengan mengedepankan kerja sama dan keselarasan, mereka dapat menghindari terjebak dalam pola *toxic friendship* di mana satu pihak memanfaatkan atau mengeksploitasi yang lainnya. Keselarasan nilai dan prinsip akan membantu mencegah terjadinya manipulasi atau perlakuan tidak adil dalam hubungan.<sup>20</sup>

Melalui kerja sama dan keselarasan, teman-teman dapat menciptakan lingkungan persahabatan yang positif, saling menghargai, dan saling mendukung. Ini akan membantu mencegah dan mengurangi kemungkinan terjadinya *toxic friendship* atau persahabatan yang tidak sehat, serta membawa kebahagiaan dan kepuasan dalam hubungan persahabatan.<sup>21</sup>

Meskipun Ibnu Miskawaih tidak secara langsung membahas strategi antisipasi *toxic friendship*, prinsip-prinsip etika dan filsafat moral yang diajarkan olehnya dapat memberikan arahan dalam memperkuat persahabatan dan menghindari dari perilaku *toxic*, jika melakukan hal-hal tersebut, maka akan bisa menjaga kesehatan mental serta stabilitas emosi diri dalam berteman dan menghindari *toksisitas* dalam hubungan persahabatan.

---

<sup>20</sup> Yager, *When Friendship Hurts Mengatasi teman berbahaya & mengembangkan persahabatan yang menguntungkan*. diterjemahkan oleh Arfan Achyar. (Tangerang: AgroMedia Pustaka, 2006), hlm 103.

<sup>21</sup> Nihayah Ulin, Ade Vinna Pandu Winata, and Titin Yulianti. Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental. (*Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, Vol 5. No 2, 2021), hlm 50.

## KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil analisis dan pembahasan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

*Pertama* dampak *toxic friendship* pada persahabatan yaitu : a. tidak menghargai pencapaian orang lain, b. menganggap diri sendiri paling benar, c. mencari keuntungan pribadi. Sedangkan menurut Ibnu Miskawaih pemikiran moralitas dan etika, saling menguntungkan, kesetiaan, dan pengaruh sosial dapat memberikan pemahaman yang berguna tentang bagaimana hubungan persahabatan yang positif dan dapat mempengaruhi individu secara baik, maka dari itu pemikiran Ibnu Miskawaih memperkuat gagasan bahwa *toxic friendship* dapat memiliki dampak negatif yang signifikan pada persahabatan.

*Kedua* strategi antisipasi menurut perspektif Ibnu Miskawaih dalam konsep persahabatan meliputi a. Etika berteman, b. Perlunya kerja sama dan keselarasan seperti pemilihan teman yang bijak, menjaga batasan yang sehat, tidak mengingkarkan kepercayaan, dan mencegah manipulasi dan eksploitasi. Dari perspektif Ibnu Miskawaih tentang persahabatan yang sehat serta menerapkan strategi antisipasi yang tepat tadi akan membantu individu memperoleh kebahagiaan dan menjadi pribadi yang optimal dalam kehidupan mereka.

Dari hasil peneliti diperoleh berdasarkan analisis data bahwa ketika individu dalam menghadapi dampak *toxic friendship* pada sebuah kelompok persahabatan maupun pertemanannya yang berakibat berbahaya *toxic* dalam sebuah hubungan sosialnya maka dengan adanya strategi antisipasi ini baik yang terlibat dalam hubungan yang *toxic* akan lebih memudahkan memilih interaksinya dalam berhubungan sosial dilingkungan sekitar dengan teori persahabatan milik Ibnu Miskawaih.

## REFERENSI

- Abu Ali Akhmad Al- Miskawaih. 1997. *Menuju kesempurnaan akhlak : Buku Daras Pertama Tentang Filsafat Etika / Abu Ali Akhmad Al-Miskawaih*. Dampak, pada KBBI daring, diambil 6 Juni 2023, dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/>
- Dariyo, Agoes. 2004. *Psikologi perkembangan dewasa muda*. Jakarta : Grasindo.
- Efendi, Rusfian. 2020. Etika Dalam Islam: Telaah Kritis Terhadap Pemikiran Ibn Miskawaih. *Refleksi: Jurnal Filsafat Dan Pemikiran Islam*, Vol 19. No 1.
- Hidayat, Helmi. 1994. *Menuju kesempurnaan akhlak Ibnu miskawaih*. Bandung : Mizan Anggota IKAPI.
- Muliatul Maghfiroh, 2017. Pendidikan Akhlak Menurut Kitab Tahzib Al-Akhlaq Karya Ibnu Miskawaih, *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 11. No 2.
- Masye Vicke, Shelin Datunsolang, and Glendy S Umbuh. 2022. *Jurnal Mahasiswa Kristen SIAPAKAH SAHABATKU? : Teladan Orang Samaria Dalam Lukas 10 : 27-35 untuk menjaga kesehatan mental dari toxic friendship Jurnal Mahasiswa Kristen*, Vol 2. No 1.
- M Amir and Riveni Wajdi. 2020. Perilaku Komunikasi *Toxic Friendship*, Studi Terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar. *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi, J-KO*, No 2.
- Nasr, Seyyed Hossein. 2003. *Ensiklopedi Tematis Filsafat Islam*. Bandung : Mizan Anggota IKAPI.
- Nihayah Ulin, Ade Vinna Pandu Winata, and Titin Yulianti. 2021. Penerimaan Diri Korban Toxic Relationship Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental, Ghaidan: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, Vol 5. No 2.
- Rusfian Efendi. 2020. Etika Dalam Islam : Telaah Kritis Terhadap Pemikiran Ibn Miskawaih. *Refleksi: Jurnal Filsafat Dan Pemikiran Islam*, Vol 19. No 01.
- Solferino, Nazaria Tessitore, dan M. Elisabetta. 2019. Human networks and *toxic relationships*. *Munich Pers. RePEc Arch*.
- Supriaji Ujid. 2021. Pemikiran Ibnu miskawaih tentang konsep pendidikan karakter akhlak. *Jurnal Kridatama Sains Dan Teknologi*, Vol 03, No.2.
- Yager. 2006. *When Friendship Hurts Mengatasi teman berbahaya & mengembangkan persahabatan yang menguntungkan*. diterjemahkan oleh Arfan Achyar. Tangerang: AgroMedia Pustaka.
- Zubaidah, Z., Yeni, P., & Irman, I. 2022. Assistance Of *Toxic Friendship* Students In Interpersonal Communication And Its Implications In Counseling. *MARAWA: Jurnal Masyarakat Religius Dan Berwawasan*, Vol I. No 2.