

**HUBUNGAN ANTARA *TOXIC RELATIONSHIP* DENGAN  
*KESEHATAN MENTAL* PADA REMAJA DI SMKN 1 JEMBER**

**SKRIPSI**



**Oleh : Hana Ulfania**

**NIM 22102073**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2026**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Toxic Relationship* Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Telah di uji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Hana Ulfania  
NIM : 22102073  
Hari, Tanggal : Senin, 5 Mei 2026  
Program Studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
dr. Soebandi

Tim penguji  
Ketua Penguji,

**Kiswati, SST., M. Kes**  
NIDN.401797681

Penguji II

**Rida Darotin, S. Kep., Ns., M. Kep**  
NIDN.0713078604

Penguji III

**Zidni Nuris Yuhbaba, S. Kep., Ns., M. Kep**  
NIDN.0728049001

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi



**Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb**  
NIDN. 0719128902

**Latar Belakang :** Remaja merupakan kelompok usia yang sedang berada pada fase transisi menuju kedewasaan, yang ditandai dengan proses pembentukan identitas dan perkembangan hubungan interpersonal. Pada periode ini, remaja berisiko mengalami *toxic relationship*, yaitu hubungan yang mengandung pola interaksi tidak sehat, seperti manipulasi, kontrol berlebihan, serta kekerasan emosional, psikologis, dan fisik. Hubungan yang tidak sehat tersebut dapat berdampak negatif terhadap kondisi kesehatan mental remaja, termasuk meningkatkan risiko stres, kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, serta berbagai gangguan psikologis lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental pada remaja di SMKN 1 Jember.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan deskriptif korelasional melalui desain *cross-sectional*. Populasi penelitian mencakup 396 siswa kelas XI SMKN 1 Jember, dengan 80 responden yang ditentukan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah kuesioner *Toxic Relationship* dan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Selanjutnya, data dianalisis menggunakan uji Chi-Square guna mengidentifikasi hubungan antara *toxic relationship* dan kesehatan mental remaja.

**Hasil :** Hasil penelitian berdasarkan menunjukkan bahwa hampir setengah responden berusia 16 tahun sebanyak 37 responden (46,3%) dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 responden (80,0%). Kemudian sebagian besar responden mengalami *toxic relationship* sebanyak 45 responden (56,3%), sedangkan 35 responden (43,8%) tidak mengalami *toxic relationship*. Dan kesehatan mental responden mayoritas berada pada kategori sedang sebanyak 34 responden (42,5%), kategori baik sebanyak 33 responden (41,3%), dan kategori terganggu sebanyak 13 responden (16,3%). Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$  dengan nilai koefisien kontingensi (C) sebesar 0,426 yang berarti terdapat hubungan signifikan dengan kekuatan hubungan sedang antara *toxic relationship* dengan kesehatan mental pada remaja. **Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *toxic relationship* dan kesehatan mental pada remaja. Pengalaman berada dalam hubungan yang tidak sehat berpotensi meningkatkan risiko munculnya masalah kesehatan mental. Oleh sebab itu, diperlukan strategi pencegahan yang komprehensif melalui edukasi tentang relasi yang sehat, keterlibatan aktif keluarga dan sekolah dalam memberikan dukungan, serta layanan pendampingan psikologis guna mendukung terpeliharanya kesehatan mental remaja secara optimal.

**Kata Kunci :** Kesehatan Mental, Remaja, *Toxic Relationship*