KENOSIS : JURNAL KAJIAN TEOLOGI
ISSN 2460-6901(Print), 2656-4483 (Online)
https://e-journal.iaknambon.ac.id/index.php/KNS
DOI: https://doi.org/10.37196/94dmg468

# HANCUR DALAM CINTA: TELAAH PSIKOLOGI DAN TEOLOGI TERHADAP FENOMENA "*TOXIC RELATIONSHIP*"

**Malitsa G. Tahitu 1*, Natalia Ch. Salelatu 2****

Program studi Teologi
Fakultas Ilmu Sosial Keagamaan
Institut Agama Kristen Negeri Ambon
Jln. Dolog Halong Atas, Kota Ambon, Maluku
***echa.tahitoe@gmail.com***

***Abstract***

*This article aims to examine the phenomenon of toxic relationships through two complementary lenses, psychology and Christian theology, to obtain a comprehensive understanding of its root causes, impacts, and pathways to recovery. This research employs a qualitative method with a library research approach, analyzing literature on relational psychology and dating violence as well as biblical texts and Christian theological studies on love, imago Dei, and restoration. The findings show that psychologically, toxic relationships are closely related to insecure attachment patterns, cognitive dissonance, low self-esteem, and cycles of abuse that make it difficult for victims to disengage. Theologically, toxic relationships contradict the nature of humans as the image and likeness of God (imago Dei) and the concept of agape love as taught in 1 Corinthians 13 and 1 John 4, which positions true love as patient, kind, not self-seeking, and keeping no record of wrongs. This article concludes that an integrative approach combining cognitive-emotional recovery with pastoral accompaniment and church community support is the most holistic path for victims of toxic relationships to experience healing and post-traumatic growth.*

***Keywords :*** *toxic relationship, relational psychology, theology of love, imago Dei, pastoral*

**Abstrak**

Artikel ini bertujuan menelaah fenomena *toxic relationship* melalui dua lensa yang saling melengkapi, yaitu psikologi dan teologi Kristen, guna memperoleh pemahaman utuh tentang akar persoalan, dampak, serta jalan pemulihannya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*), yang menganalisis literatur psikologi relasi dan kekerasan dalam berpacaran, serta teks-teks

Alkitab dan kajian teologi Kristen tentang kasih, imago Dei, dan pemulihan. Hasil kajian menunjukkan bahwa secara psikologis, *toxic relationship* erat berkaitan dengan pola keterikatan yang tidak aman (*insecure attachment*), disonansi kognitif, rendahnya harga diri, serta siklus kekerasan yang membuat korban sulit melepaskan diri. Secara teologis, *toxic relationship* bertentangan dengan hakikat manusia sebagai gambar dan rupa Allah (*imago Dei)* serta dengan konsep kasih agape sebagaimana diajarkan dalam 1 Korintus 13 dan 1 Yohanes 4, yang menempatkan kasih sejati sebagai sesuatu yang sabar, murah hati, tidak mencari keuntungan diri sendiri, dan tidak menyimpan kesalahan. Artikel ini menyimpulkan bahwa pendekatan integratif antara psikologi dan teologi yang memadukan pemulihan kognitif-emosional dengan pendampingan pastoral dan komunitas gerejawi merupakan jalan yang paling holistik bagi korban toxic relationship untuk mengalami pemulihan dan pertumbuhan pasca-trauma (*post-traumatic growth*).

**Kata kunci :** toxic relationship, psikologi relasi, teologi kasih, imago Dei, pemulihan pastoral. recovery.

## PENDAHULUAN

Relasi interpersonal merupakan kebutuhan dasar manusia yang tidak dapat dipisahkan dari eksistensinya sebagai makhluk sosial sekaligus makhluk relasional ciptaan Allah. Sejak penciptaan, Allah sendiri menyatakan bahwa tidak baik manusia itu seorang diri saja, sehingga Ia menciptakan penolong yang sepadan baginya (Kejadian 2:18). Ayat ini menegaskan bahwa relasi—baik dalam bentuk pernikahan, persahabatan, maupun kekerabatan —dirancang oleh Allah sebagai sarana untuk saling melengkapi, saling meneguhkan, dan saling bertumbuh menuju kepenuhan hidup. Namun, dalam realitas kehidupan masa kini, tidak sedikit relasi yang justru berbalik arah dari rancangan ilahi tersebut. Alih-alih menjadi ruang pertumbuhan, relasi berubah menjadi ruang yang melukai, mengikat, dan menghancurkan harga diri salah satu atau kedua belah pihak. Fenomena inilah yang secara populer dikenal dengan istilah *toxic relationship* atau hubungan yang beracun.

Istilah *toxic relationship* merujuk pada pola hubungan yang tidak sehat bagi diri sendiri maupun orang lain, yang ditandai oleh konflik internal berkepanjangan, rasa tidak aman, kecemburuan berlebihan, komentar-komentar yang


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

merendahkan, serta dampak negatif lain yang membuat korban sulit menjalani kehidupan yang produktif dan sehat. Orang yang pernah mengalami hubungan yang merugikan semacam ini cenderung mengalami konflik batin yang dapat memicu kemarahan, depresi, maupun kecemasan yang berkepanjangan (Glass, 1995). *Toxic relationship* dapat dialami oleh siapa saja, baik antarpasangan kekasih, suami-istri, sahabat, kolega kerja, bahkan anggota keluarga, dan tidak mengenal batasan usia, status sosial, maupun latar belakang keagamaan.

Berbagai kajian di Indonesia menunjukkan tingginya prevalensi *toxic relationship* khususnya di kalangan remaja dan mahasiswa. Penelitian terhadap mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta, menemukan bahwa dari enam puluh tiga responden, lebih dari separuh berada pada kategori *toxic relationship* tingkat sedang, dengan bentuk dominan berupa perilaku posesif, kata-kata kasar, ancaman, dan penghinaan yang merusak komunikasi sehat sebagai fondasi relasi yang baik (Azkia, Safitri, & Saipiatuddin, 2024). Temuan serupa juga ditemukan di lingkungan mahasiswa Universitas Sriwijaya dan Universitas Pasundan, yang menunjukkan bahwa *toxic relationship* dalam konteks berpacaran merupakan fenomena yang meluas dan sering kali tidak disadari oleh pelaku maupun korbannya sendiri sebagai sesuatu yang merusak (Wulandari, Yunindyawati, & Lidya, 2021)Penelitian Agustini dan Musslifah (2024), misalnya, mengkaji *post-traumatic growth* pada perempuan korban *toxic relationship* dari perspektif psikologi Islam dan menyimpulkan bahwa konsep keagamaan mampu memberikan dasar yang kuat bagi pemulihan holistik. Temuan ini sejalan dengan argumen yang dikembangkan dalam artikel ini, bahwa dimensi spiritual baik dalam tradisi Islam maupun Kristen memiliki kontribusi penting bagi pemulihan korban, meskipun kerangka teologis yang digunakan tentu berbeda. Sementara itu, penelitian Praptiningsih dan Putra (2021) lebih menitikberatkan pada aspek komunikasi interpersonal sebagai penyebab utama *toxic relationship* di kalangan remaja, sebuah penekanan yang dalam artikel ini diperkaya dengan analisis tentang akar psikologis yang lebih dalam, yakni pola keterikatan dan disonansi kognitif yang mendasari pola komunikasi yang disfungsional tersebut.

Kajian Harmadi dan Diana (2020) yang berjudul Tinjauan Psiko-Teologi terhadap Fenomena Kekerasan dalam Pacaran pada Remaja memiliki kedekatan metodologis yang signifikan dengan artikel ini, sebab sama-sama menggunakan pendekatan gabungan psikologi dan teologi. Namun demikian, kajian tersebut lebih berfokus pada aspek kekerasan seksual dalam pacaran remaja secara umum, sedangkan artikel ini memperluas cakupan pembahasan pada *toxic relationship* secara lebih komprehensif, mencakup pula bentuk kekerasan emosional, manipulasi psikologis, dan kontrol digital, serta menambahkan dimensi konseptual imago Dei dan kasih agape sebagai kerangka teologis utama yang lebih sistematis. Demikian pula dengan kajian Sondakh (2022) tentang prinsip kasih dalam menyikapi *toxic relationship* di kalangan kaum muda, yang menjadi rujukan penting, namun dalam artikel ini diperdalam melalui elaborasi eksegetis terhadap 1 Korintus 13 dan 1 Yohanes 4 secara lebih rinci.

Dengan demikian, kontribusi orisinal artikel ini terletak pada upayanya menyintesiskan secara lebih utuh antara teori-teori psikologi relasi kontemporer yang mencakup *attachment theory*, disonansi kognitif, siklus kekerasan, dan *post-traumatic growth* dengan kerangka teologis Kristen yang berpusat pada konsep imago Dei dan kasih agape, sekaligus menurunkannya menjadi langkah-langkah pemulihan yang aplikatif bagi konteks pelayanan gereja dan pembinaan pemuda Kristen di Indonesia, khususnya dalam konteks lokal Maluku yang memiliki kekhasan budaya dan kehidupan bergereja tersendiri.

Persoalan toxic relationship tidak hanya relevan secara psikologis, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual dan teologis, terutama bagi kalangan muda Kristen yang hidup dalam pergumulan antara nilai-nilai iman yang dianutnya dengan realitas relasi yang dijalaninya. Sejumlah kajian teologis menunjukkan bahwa kekerasan dalam berpacaran maupun pola relasi yang toksik bertentangan dengan konsep imago Dei, yakni manusia sebagai gambar dan rupa Allah yang harus diperlakukan dengan hormat dan kasih, bukan direndahkan dan dikuasai (Harmadi & Diana, 2020). Sebagai konsekuensi teologis dari martabat imago Dei tersebut, penghormatan atas martabat manusia itu tidak boleh berhenti pada


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

tataran doktrin manusia (antropologi teologis) semata, melainkan berimplikasi langsung pada hakikat dan panggilan gereja sebagai persekutuan orang percaya (eklesiologi): gereja dipanggil untuk menjadi ruang konkret tempat martabat ilahi setiap anggotanya dijunjung dan dipulihkan. Gereja sebagai komunitas iman dipanggil bukan hanya menjadi tempat ibadah, melainkan juga menjadi komunitas penyembuhan, tempat luka-luka relasional dapat diakui, didengar, dan diproses secara utuh melalui pendampingan pastoral.

Artikel ini berupaya menelaah fenomena *toxic relationship* secara integratif melalui dua disiplin ilmu, yaitu psikologi dan teologi Kristen. Pendekatan psikologi digunakan untuk memahami dinamika kognitif, emosional, dan perilaku yang menyebabkan seseorang terjebak maupun bertahan dalam hubungan yang merusak, sedangkan pendekatan teologi digunakan untuk menggali makna kasih sejati menurut Alkitab serta peran iman dan komunitas gerejawi dalam proses pemulihan korban. Pertanyaan penelitian yang hendak dijawab dalam artikel ini adalah: pertama, bagaimana psikologi menjelaskan dinamika dan dampak *toxic relationship*; kedua, bagaimana teologi Kristen memandang fenomena ini dalam terang konsep imago Dei dan kasih agape; dan ketiga, bagaimana pendekatan integratif psikologi-teologi dapat menjadi jalan pemulihan yang holistik bagi korban.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*). Data dikumpulkan dari berbagai sumber primer dan sekunder yang relevan, meliputi teks Alkitab, artikel jurnal ilmiah nasional di bidang psikologi dan teologi, hasil penelitian terdahulu mengenai *toxic relationship* dan kekerasan dalam berpacaran, serta literatur konseling pastoral. Analisis dilakukan melalui tiga tahap, yaitu: (1) reduksi data, dengan memilah informasi yang relevan dengan fokus kajian; (2) penyajian data, dengan mengelompokkan temuan ke dalam tema psikologis dan teologis; dan (3) penarikan kesimpulan, dengan mensintesiskan kedua perspektif tersebut menjadi sebuah kerangka

pemahaman yang integratif. Pendekatan ini dipilih karena sifatnya yang memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap fenomena yang kompleks dan multidimensional seperti *toxic relationship*, yang tidak dapat dipahami secara memadai hanya melalui satu disiplin ilmu semata.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Memahami Toxic Relationship: Definisi dan Karakteristik

*Toxic relationship* dapat didefinisikan sebagai pola hubungan interpersonal yang secara konsisten menimbulkan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis, emosional, bahkan fisik salah satu atau kedua belah pihak yang terlibat di dalamnya (Glass, 1995; Afriani, 2021). Berbeda dengan konflik wajar yang dapat terjadi dalam relasi sehat dan dapat diselesaikan melalui komunikasi yang konstruktif, *toxic relationship* ditandai oleh pola yang berulang dan sistemik, di mana satu pihak cenderung mendominasi, mengontrol, atau memanipulasi pihak lain sehingga terjadi ketimpangan kuasa yang signifikan.

Beberapa karakteristik umum *toxic relationship* yang teridentifikasi dalam berbagai penelitian meliputi: pertama, perilaku posesif dan kontrol berlebihan, di mana salah satu pihak membatasi ruang gerak, pertemanan, maupun aktivitas pasangannya; kedua, kekerasan verbal berupa hinaan, ancaman, dan kata-kata kasar yang merusak kemampuan berkomunikasi secara sehat; ketiga, manipulasi emosional dan *gaslighting*, yakni upaya membuat korban meragukan persepsi dan ingatannya sendiri; keempat, siklus hubungan yang tidak stabil, ditandai oleh pergantian antara masa-masa mesra dan masa-masa konflik yang intens; dan kelima, ketergantungan emosional yang membuat korban merasa tidak mampu hidup tanpa pasangannya meskipun relasi tersebut menyakitkan (Putra & Tyas, 2023).

Dalam konteks berpacaran di kalangan mahasiswa, ditemukan bahwa bentuk *toxic relationship* yang paling dominan adalah perilaku posesif yang disertai kata-kata kasar berupa ancaman dan hinaan yang menyakitkan perasaan pasangan (Azkia, Safitri, & Saipiatuddin, 2024). Kata-kata kasar semacam ini


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

mengganggu komunikasi yang sehat, padahal komunikasi yang sehat merupakan fondasi utama bagi terbentuknya hubungan yang baik. Ketika fondasi ini rusak, relasi kehilangan kemampuannya untuk menjadi ruang yang aman dan saling meneguhkan, dan justru berubah menjadi sumber tekanan psikologis yang berkepanjangan.

**Akar Psikologis *Toxic Relationship***

Secara psikologis, terdapat beberapa kerangka teori yang dapat menjelaskan mengapa seseorang dapat terjebak dalam hubungan yang toksik maupun mempertahankan diri dalam hubungan yang toksik. Setidaknya terdapat empat kerangka teori utama yang saling berkaitan dan akan diuraikan secara berurutan sebagai satu kesatuan penjelasan psikologis, yaitu teori keterikatan (attachment theory), disonansi kognitif, rendahnya harga diri, dan mekanisme playing victim. Sebagai kerangka teori pertama, teori keterikatan (*attachment theory*) menjelaskan bahwa pola keterikatan yang tidak aman (*insecure attachment*) yang terbentuk sejak masa kanak-kanak dapat memengaruhi cara seseorang menjalin relasi di masa dewasa. Individu dengan pola keterikatan cemas cenderung memiliki ketakutan akan penolakan dan ditinggalkan, sehingga rela bertahan dalam hubungan yang merugikan demi menghindari perpisahan. Sebaliknya, individu dengan pola keterikatan menghindar dapat menjadi pihak yang justru mendominasi dan menjaga jarak emosional sebagai mekanisme pertahanan diri (Bowlby, 1969; Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). Sebagai kerangka teori kedua, fenomena disonansi kognitif turut berperan penting dalam mempertahankan korban di dalam relasi yang merugikan. Disonansi kognitif terjadi ketika seseorang mengalami ketegangan psikologis akibat adanya pertentangan antara keyakinan dan pengalaman nyata yang dijalaninya—misalnya, keyakinan bahwa pasangannya mencintainya berhadapan dengan pengalaman nyata berupa kekerasan dan penghinaan yang diterimanya. Untuk meredakan ketegangan ini, korban sering kali melakukan rasionalisasi terhadap perilaku kasar pasangannya, menyalahkan diri sendiri, atau meyakini bahwa situasi

tersebut akan berubah, sehingga semakin sulit untuk melepaskan diri dari hubungan tersebut (Festinger, 1957).

Sebagai kerangka teori ketiga, rendahnya harga diri (*self-esteem*) baik sebagai penyebab maupun akibat dari *toxic relationship* menciptakan lingkaran setan yang sulit diputus. Penelitian terhadap mahasiswa menunjukkan adanya hubungan erat antara tingkat *toxic relationship* yang dialami dengan rendahnya harga diri korban; semakin tinggi tingkat toksisitas hubungan yang dialami, semakin rendah harga diri yang dimiliki individu tersebut (Setianingrum & Kelly, 2023). Harga diri yang rendah ini kemudian membuat korban semakin sulit meyakini bahwa dirinya layak mendapatkan perlakuan yang lebih baik, sehingga ia cenderung bertahan dalam hubungan yang merugikan tersebut. Sebagai kerangka teori keempat, fenomena *playing victim* turut diidentifikasi sebagai salah satu pola manipulasi yang sering muncul dalam *toxic relationship*, di mana pelaku memutarbalikkan kebenaran dan memosisikan dirinya sebagai korban untuk menghindari tanggung jawab atas perilakunya yang merugikan, sekaligus menciptakan rasa bersalah pada pihak yang sesungguhnya menjadi korban. Pola manipulasi semacam ini ditemukan pula di kalangan mahasiswa yang menjalani hubungan *toxic*, di mana mekanisme *playing victim* digunakan secara sadar maupun tidak sadar untuk mempertahankan kendali dalam relasi yang timpang (Fazrina, Dwianing, Darmawan, & Angelica, 2023).

Dampak psikologis dari *toxic relationship* bersifat multidimensional. Pada tataran emosional, korban dapat mengalami kecemasan, depresi, perasaan tidak berdaya, hingga gangguan stres pascatrauma. Pada tataran kognitif, korban sering mengalami penurunan kepercayaan diri dan kesulitan mengambil keputusan secara mandiri. Pada tataran relasional, pengalaman traumatis ini dapat memengaruhi pola relasi korban di masa depan, membuatnya sulit percaya pada orang lain dan cenderung menutup diri dari relasi baru, sebagaimana ditemukan dalam studi kasus terhadap penyintas kekerasan dalam berpacaran yang mengalami trauma relasional berkepanjangan meskipun hubungan telah berakhir (Julianto, Cahayani, Sukmawati, & Aji, 2020). Meskipun demikian, sejumlah kajian


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

psikologi positif menunjukkan adanya kemungkinan post-traumatic growth (pertumbuhan pasca-trauma), yakni proses transformasi positif yang dapat dialami korban setelah melewati pengalaman traumatis, melalui proses refleksi, dukungan sosial, dan pemaknaan ulang terhadap pengalamannya (Agustini & Musslifah, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *toxic relationship* membawa dampak yang merusak, pemulihan dan pertumbuhan tetap dimungkinkan apabila korban mendapatkan dukungan yang tepat.

**Siklus Kekerasan dalam Toxic Relationship**

Salah satu kerangka psikologi klasik yang relevan untuk memahami mengapa korban sulit keluar dari *toxic relationship* adalah teori siklus kekerasan (*cycle of abuse*) yang menggambarkan pola berulang antara fase ketegangan, fase ledakan kekerasan, dan fase bulan madu (*honeymoon phase*) yang penuh penyesalan dan janji perbaikan dari pelaku. Pada fase bulan madu inilah korban sering kembali meyakini bahwa pasangannya benar-benar berubah dan mencintainya, sehingga ia bertahan dan mengulang siklus tersebut berkali-kali. Pola siklikal ini menjelaskan mengapa *toxic relationship* sering kali tidak berakhir setelah satu insiden kekerasan, melainkan berlangsung dalam jangka waktu yang panjang, bahkan bertahun-tahun, sebelum korban benar-benar mampu melepaskan diri.

Dalam konteks budaya Indonesia, termasuk di wilayah Maluku, siklus ini sering kali diperkuat oleh tekanan sosial dan budaya yang menempatkan keutuhan hubungan atau pernikahan sebagai nilai yang sangat dijunjung tinggi, sehingga korban merasa enggan untuk mengakhiri hubungan meskipun mengalami kekerasan, karena khawatir akan stigma sosial, rasa malu keluarga, maupun anggapan bahwa perpisahan merupakan kegagalan pribadi. Kecenderungan serupa turut teridentifikasi pada konteks budaya kolektivistik Indonesia secara lebih luas, di mana keutuhan relasi kerap diprioritaskan di atas kesejahteraan psikologis individu (bdk. Wulandari, Yunindyawati, & Lidya, 2021), sekalipun kajian empiris yang secara khusus meneliti konteks budaya dan kehidupan bergereja di

Maluku masih terbatas dan terbuka bagi penelitian lanjutan. Nilai-nilai kearifan lokal seperti semangat kekeluargaan dan kebersamaan, yang pada dasarnya positif, dapat secara tidak sengaja dimanfaatkan untuk menekan korban agar tetap bertahan dalam relasi yang sesungguhnya merugikan dirinya. Oleh karena itu, penting bagi komunitas gereja dan masyarakat untuk membedakan antara nilai kebersamaan yang sehat dengan toleransi yang keliru terhadap kekerasan dan dominasi dalam relasi.

Dampak fisik dari *toxic relationship* juga tidak dapat diabaikan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tekanan psikologis berkepanjangan akibat hubungan yang toksik dapat bermanifestasi dalam bentuk gangguan kesehatan fisik, seperti gangguan pola tidur, penurunan konsentrasi, gangguan pola makan, hingga risiko penyakit jantung akibat stres kronis yang dialami korban, sejalan dengan kajian umum psikologi kesehatan mengenai keterkaitan stres kronis dan risiko kardiovaskular, sekalipun data empiris yang secara khusus meneliti dampak fisik toxic relationship pada populasi Indonesia masih memerlukan penelitian lanjutan. Hal ini menegaskan bahwa *toxic relationship* bukan semata persoalan emosional yang bersifat sementara, melainkan persoalan kesehatan holistik yang memengaruhi tubuh, jiwa, dan relasi sosial korban secara menyeluruh, sehingga penanganannya pun harus bersifat menyeluruh, mencakup aspek psikologis, fisik, sosial, maupun spiritual.

Lebih jauh, fenomena *toxic relationship* juga perlu dipahami dalam kaitannya dengan perkembangan teknologi informasi dan media sosial yang turut membentuk pola relasi generasi muda masa kini. Kemudahan akses komunikasi melalui pesan instan dan media sosial, di satu sisi, mempermudah pasangan untuk tetap terhubung, namun di sisi lain juga membuka ruang baru bagi perilaku posesif dan kontrol berlebihan, seperti memeriksa ponsel pasangan tanpa izin, menuntut laporan keberadaan secara terus-menerus, dan melakukan pengawasan digital terhadap aktivitas media sosial pasangan. Pola-pola digital semacam ini sering kali tidak disadari sebagai bentuk *toxic relationship* oleh generasi muda, sebab dianggap sebagai hal yang lumrah dalam budaya pacaran masa kini, padahal pada


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

hakikatnya merupakan perluasan dari pola kontrol dan dominasi yang sama dengan yang terjadi dalam relasi tatap muka.

### *Toxic Relationship* dalam Terang Teologi Kristen

Apabila psikologi menjelaskan dinamika internal yang menyebabkan seseorang terjebak dalam t*oxic relationship*, teologi Kristen menawarkan kerangka makna yang lebih luas tentang hakikat manusia dan relasi yang sesuai dengan rancangan Allah. Titik tolak utama dalam memahami persoalan ini adalah konsep *imago Dei*, yakni kebenaran bahwa manusia diciptakan menurut gambar dan rupa Allah (Kejadian 1:26-27). Sebagai gambar Allah, setiap manusia memiliki martabat yang luhur dan layak diperlakukan dengan hormat, kasih, dan keadilan. Tindakan merendahkan, mengontrol, memanipulasi, atau melakukan kekerasan terhadap sesama manusia, termasuk dalam konteks relasi pacaran maupun pernikahan, pada dasarnya merupakan penolakan terhadap martabat ilahi yang melekat pada diri korban, dan dengan demikian bertentangan dengan konsep imago Dei itu sendiri.

Dalam kerangka doktrin manusia (antropologi teologis), imago Dei merupakan salah satu sub-doktrin sentral yang sejak lama diperdebatkan penafsirannya dalam teologi dogmatika/sistematika. Setidaknya terdapat tiga pandangan klasik: pertama, pandangan substantif atau struktural, yang menempatkan gambar Allah pada kualitas-kualitas tertentu yang dimiliki manusia, seperti akal budi, kehendak bebas, dan kesadaran moral, sebagaimana ditekankan dalam tradisi teologi klasik sejak Agustinus hingga Thomas Aquinas; kedua, pandangan fungsional, yang memahami imago Dei terutama sebagai mandat kekuasaan (dominion mandate) untuk mengelola ciptaan secara bertanggung jawab sebagaimana termaktub dalam Kejadian 1:28; dan ketiga, pandangan relasional, yang dikembangkan terutama oleh Karl Barth dan Emil Brunner, yang memahami gambar Allah bukan sebagai atribut yang melekat secara statis pada diri manusia, melainkan sebagai kapasitas dan panggilan manusia untuk berelasi—dengan Allah, sesama, dan ciptaan—sebagaimana Allah sendiri adalah Allah yang

berelasi (Tritunggal). Ketiga pandangan ini saling melengkapi dan menjadi kerangka penting dalam artikel ini: pandangan substantif menegaskan martabat inheren setiap pribadi yang dilanggar oleh tindakan merendahkan dalam toxic relationship; pandangan relasional menegaskan bahwa relasi yang sehat dan setara merupakan bagian dari hakikat kemanusiaan itu sendiri, sehingga relasi yang didominasi dan dimanipulasi bertentangan langsung dengan tujuan penciptaan manusia sebagai makhluk relasional gambar Allah.

Istilah "psikoteologis" dalam kajian ini digunakan secara sengaja sebagai bentuk adjektiva (kata sifat), bukan sebagai "psikoteologi" yang merujuk pada suatu disiplin ilmu tersendiri yang berdiri sejajar dengan psikologi maupun teologi. Kajian "psikoteologis" berarti kajian teologis yang dilakukan dengan kepekaan terhadap dinamika psikologis, atau kajian yang membaca fenomena psikologis dalam terang teologi, tanpa bermaksud melebur keduanya menjadi satu disiplin baru. Dengan demikian, penggunaan istilah ini menegaskan bahwa psikologi dan teologi tetap dipandang sebagai dua disiplin dengan epistemologi masing-masing yang saling melengkapi (interdisipliner), bukan sebagai gabungan disiplin baru bernama psikoteologi.

Kajian psikoteologis terhadap fenomena kekerasan dalam berpacaran pada remaja secara tegas menegaskan bahwa kekerasan semacam ini merupakan tindakan yang bertentangan dengan konsep *imago Dei*, sebab merusak martabat manusia sebagai gambar Allah yang seharusnya dihormati dan dikasihi, bukan dikuasai dan disakiti (Harmadi & Diana, 2020). Pandangan ini menjadi dasar teologis yang kuat untuk menyatakan bahwa *toxic relationship*, dalam bentuk apa pun, tidak pernah dapat dibenarkan atau ditoleransi atas nama cinta, sebab cinta sejati menurut iman Kristen tidak pernah merendahkan martabat manusia sebagai ciptaan Allah yang mulia.

Konsep kedua yang penting dalam menelaah fenomena ini adalah ajaran Alkitab tentang kasih *agape*, sebagaimana dirumuskan secara klasik dalam 1 Korintus 13:4-7, yang menyatakan bahwa kasih itu sabar, murah hati, tidak cemburu, tidak memegahkan diri, tidak sombong, tidak melakukan yang tidak


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

sopan, tidak mencari keuntungan diri sendiri, tidak pemarah, tidak menyimpan kesalahan orang lain, dan menanggung segala sesuatu. Karakteristik kasih agape ini secara langsung berlawanan dengan karakteristik *toxic relationship* yang ditandai oleh kontrol, kecemburuan berlebihan, kemarahan yang merusak, serta kecenderungan untuk mencari keuntungan dan kepuasan diri sendiri dengan mengorbankan kesejahteraan pasangan. Dengan demikian, dari perspektif teologis, sebuah relasi yang dipenuhi dominasi dan manipulasi bukanlah perwujudan kasih, melainkan justru pengingkaran terhadap hakikat kasih itu sendiri.

Pemilihan kasih agape sebagai kerangka utama dalam kajian ini perlu ditelaah secara dogmatis-sistematis, sebab Perjanjian Baru sesungguhnya mengenal beberapa kosakata kasih yang berbeda maknanya, yaitu eros (kasih yang bersifat hasrat/romantis), storge (kasih kekeluargaan), filia (kasih persahabatan yang bersifat timbal balik dan setara), dan agape (kasih yang tanpa syarat, berinisiatif memberi diri, dan tidak bergantung pada kelayakan objek yang dikasihi). C. S. Lewis, dalam karyanya The Four Loves, menegaskan bahwa filia adalah kasih yang lahir dari kesamaan minat dan kesetaraan di antara sahabat, sedangkan agape adalah kasih tertinggi (gift-love) yang bersumber dari hakikat Allah sendiri (1 Yohanes 4:8, 16) dan dianugerahkan tanpa mengharapkan balasan. Dipilihnya agape, dan bukan filia, sebagai kerangka teologis utama dalam kajian ini didasarkan pada dua alasan. Pertama, secara tekstual, 1 Korintus 13:4-7 secara eksplisit merumuskan kasih agape dalam penanda-penanda perilaku konkret—sabar, murah hati, tidak mencari keuntungan diri sendiri, tidak menyimpan kesalahan—yang secara langsung dapat dijadikan instrumen etis untuk mengkritisi pola dominasi, kontrol, dan self-seeking behaviour yang menjadi ciri toxic relationship. Kedua, secara teologis, agape tidak mensyaratkan kesetaraan maupun timbal balik sebagai prasyarat kasih, sehingga ia mampu menjadi standar normatif yang tetap berlaku sekalipun terjadi ketimpangan relasi—justru situasi yang menjadi inti persoalan toxic relationship. Filia tetap relevan dan tidak ditolak dalam kajian ini, sebab persahabatan yang setara dan saling menguatkan

merupakan elemen penting dalam relasi pacaran maupun pernikahan yang sehat; namun agape berfungsi sebagai fondasi etis yang lebih mendasar, sebab kasih yang benar, menurut kesaksian Alkitab, pada akhirnya harus bersifat mengorbankan diri (self-giving) dan tidak bersyarat, sebagaimana teladan kasih Allah dalam Kristus.

Selanjutnya, 1 Yohanes 4:18 menegaskan bahwa dalam kasih tidak ada ketakutan, sebab kasih yang sempurna melenyapkan ketakutan. Ayat ini menjadi kriteria penting untuk membedakan kasih sejati dari pola relasi yang toksik: apabila sebuah hubungan justru menumbuhkan rasa takut, cemas, dan tertekan secara terus-menerus, maka hubungan tersebut telah menyimpang dari hakikat kasih yang diajarkan Alkitab. Waruwu (2023), dalam kajian eksegetisnya terhadap 1 Yohanes 4:18-21, menganalisis bahwa penulis surat Yohanes merumuskan kasih dan ketakutan sebagai dua realitas yang saling meniadakan, serta menegaskan standar etis mengasihi sesama sebagai bukti konkret dari kasih kepada Allah yang tidak kelihatan; kajian tersebut secara khusus menyoroti penerapan standar ini dalam konteks relasi antarorang percaya di ruang media sosial masa kini. Berpijak dari analisis tersebut, kajian etika Kristen tentang standar mengasihi berdasarkan 1 Yohanes 4:18-21 menegaskan bahwa kasih yang benar harus tercermin dalam tindakan nyata yang membangun, bukan yang menimbulkan ketakutan maupun penderitaan bagi sesama (Waruwu, 2023). Selain itu, kisah dalam Kejadian 3:1-24 mengenai kejatuhan manusia ke dalam dosa juga dapat dibaca secara reflektif sebagai gambaran awal dari pola manipulasi dan *playing victim* dalam relasi manusia. Sejumlah kajian teologis menafsirkan narasi ini sebagai paradigma awal manipulasi kebenaran, di mana tanggung jawab dialihkan dan kesalahan diputarbalikkan, sebuah pola yang menggemakan dinamika manipulasi emosional yang juga ditemukan dalam *toxic relationship* masa kini (Sunarko & Arifianto, 2023). Pembacaan reflektif semacam ini menunjukkan bahwa Alkitab, meskipun ditulis dalam konteks zaman yang berbeda, tetap relevan untuk memahami akar dosa dan kerusakan relasi yang terus berulang sepanjang sejarah manusia.


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

Mengingat toxic relationship dalam konteks berpacaran umumnya diarahkan pada tujuan pernikahan Kristen, kerangka kasih agape yang telah diuraikan di atas perlu dilengkapi dengan tinjauan atas relasi pernikahan itu sendiri sebagai wadah utama penerapannya. Teologi pernikahan Kristen turut memberikan kerangka tambahan untuk memahami pentingnya relasi yang sehat. Rujukan kepada Efesus 5:22-33 sering digunakan untuk menggambarkan relasi suami-istri sebagai cerminan kasih Kristus kepada jemaat-Nya, sebuah kasih yang bersifat mengorbankan diri demi kebaikan yang dikasihi, bukan kasih yang menuntut pengorbanan sepihak demi kepentingan diri sendiri. Penekanan pada kasih yang mengorbankan diri (*sacrificial love*) ini menjadi kritik tajam terhadap pola relasi toksik, di mana yang terjadi justru sebaliknya: salah satu pihak dikorbankan demi kepentingan dan kepuasan pihak yang lain.

**Dialog Integratif Psikologi dan Teologi**

Pendekatan psikologi dan teologi, meskipun berangkat dari kerangka epistemologis yang berbeda, sesungguhnya dapat saling melengkapi dalam memahami dan menangani fenomena *toxic relationship* secara holistik. Psikologi memberikan kerangka ilmiah untuk memahami mekanisme kognitif dan emosional yang menjelaskan mengapa seseorang dapat terjebak dan bertahan dalam hubungan yang merusak, sementara teologi memberikan kerangka makna dan nilai yang menjelaskan mengapa hubungan semacam itu pada hakikatnya keliru dan bertentangan dengan rancangan Allah bagi relasi manusia.

Dalam ranah praktis, pendekatan integratif ini dapat diwujudkan melalui konseling pastoral yang memadukan teknik-teknik psikologis dengan pendampingan rohani. Gereja, sebagaimana ditegaskan dalam kajian konseling pastoral, dipanggil bukan hanya untuk menjadi tempat ibadah, melainkan juga komunitas penyembuhan, ruang aman di mana luka-luka relasional dapat diakui, didengar, dan diproses secara utuh (Tim Penulis ABARA). Studi kasus terhadap tiga penyintas kekerasan dalam berpacaran yang didampingi secara pastoral menunjukkan bahwa proses pemulihan lazimnya berlangsung melalui tahapan

mendengarkan tanpa menghakimi, pengakuan dan pengungkapan luka yang dialami, penguatan makna iman, hingga pemulihan relasi sosial penyintas dengan komunitasnya (Tim Penulis ABARA). Pendampingan pastoral yang dilakukan dengan kepekaan terhadap dinamika psikologis korban—tanpa menghakimi maupun menyalahkan korban—dapat menjadi saluran kasih dan penyembuhan yang vital bagi proses pemulihan jangka panjang.

Secara lebih konkret, dialog integratif psikologi-teologi dalam praksis konseling pastoral dapat dipahami berlangsung melalui empat tahap yang saling berurutan. Tahap pertama adalah asesmen awal, yaitu pelayan atau konselor pastoral mengenali indikasi psikologis toxic relationship—seperti kecemasan berlebihan, ketakutan, maupun tanda kekerasan fisik—dengan berbekal pemahaman dasar psikologi relasi. Tahap kedua adalah pendampingan naratif, yaitu proses mendengarkan cerita korban secara empatik tanpa menghakimi, sekaligus menegaskan martabatnya sebagai gambar Allah yang berharga. Tahap ketiga adalah integrasi makna teologis, yaitu proses membantu korban memaknai ulang pengalamannya dalam terang kasih agape dan pengharapan pemulihan Allah, sembari tetap mengafirmasi bahwa penderitaan yang dialaminya bukan kehendak Allah. Tahap keempat adalah rujukan dan kolaborasi profesional, yaitu ketika kompleksitas psikologis korban—misalnya trauma berat—memerlukan penanganan konselor maupun psikolog klinis, sehingga pelayan gereja perlu memiliki jejaring rujukan yang jelas. Batasan peran ini penting ditegaskan agar pendampingan pastoral tidak melampaui kompetensinya, sekaligus tidak kehilangan dimensi spiritual yang menjadi kekhasannya dibandingkan konseling psikologis semata (Clinebell, 1984).

**Relevansi Kontekstual bagi Generasi Muda Gereja**

Bagi generasi muda Kristen, termasuk yang tergabung dalam organisasi kepemudaan gerejawi seperti Angkatan Muda Gereja Protestan Maluku (AMGPM), pemahaman tentang *toxic relationship* memiliki relevansi yang sangat praktis. Masa muda merupakan periode penting dalam pembentukan pola relasi yang


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

akan terbawa hingga masa dewasa, termasuk dalam konteks pacaran yang sering dianggap sebagai masa persiapan menuju pernikahan Kristen. Tanpa pemahaman yang memadai tentang ciri-ciri relasi sehat menurut prinsip alkitabiah maupun psikologis, generasi muda rentan terjebak dalam pola relasi yang toksik tanpa menyadarinya, bahkan terkadang menganggap kontrol berlebihan maupun kecemburuan ekstrem sebagai bukti cinta yang besar, padahal sesungguhnya merupakan tanda peringatan akan adanya relasi yang tidak sehat.

Pembinaan kerohanian pemuda gereja memiliki peran strategis dalam membekali generasi muda dengan kerangka berpikir kritis untuk membedakan antara kasih sejati dan kasih yang semu (kasih yang berpura-pura), sebagaimana ditegaskan dalam kajian eksegetis terhadap Roma 12:9-10 yang menyerukan agar kasih jangan pura-pura, melainkan harus dijiwai oleh ketulusan dan kasih persaudaraan yang sungguh-sungguh (Simanjuntak, 2021). Materi pembinaan semacam ini dapat diintegrasikan dalam ibadah pemuda, retret rohani, maupun kelas konseling pranikah, sehingga generasi muda gereja memiliki bekal yang memadai untuk membangun relasi yang sehat sekaligus mampu mengenali tanda-tanda awal *toxic relationship* sebelum terlanjur terjebak lebih dalam. Selain pembinaan preventif, gereja juga perlu mempersiapkan sistem pendampingan responsif bagi jemaat muda yang telah maupun sedang mengalami *toxic relationship*. Hal ini mencakup pelatihan bagi para pelayan dan pendeta muda mengenai dasar-dasar psikologi relasi dan kekerasan dalam berpacaran, agar pendampingan pastoral yang diberikan tidak hanya bersifat rohani semata, tetapi juga peka terhadap dinamika psikologis korban dan mampu merujuk pada layanan konseling profesional apabila diperlukan. Kolaborasi semacam ini antara pelayanan pastoral dan layanan psikologis profesional merupakan wujud nyata dari pendekatan integratif yang diusulkan dalam artikel ini.

Dengan demikian, relevansi kontekstual bagi generasi muda gereja terletak pada penerapan konkret dialog integratif psikologi-teologi yang telah diuraikan di atas dalam kehidupan pembinaan pemuda sehari-hari: memampukan mereka mengenali tanda-tanda toxic relationship melalui kerangka psikologis, sekaligus

menghayati kasih agape sebagai standar relasi yang sehat menurut iman Kristen, sehingga upaya pencegahan dan pemulihan dapat berjalan seiring dalam kehidupan bergereja.

**Langkah Pemulihan: Sebuah Tawaran Integratif**

Berdasarkan kajian psikologi dan teologi yang telah dipaparkan, dapat dirumuskan beberapa langkah pemulihan integratif bagi korban *toxic relationship*. Pertama, pengenalan dan pengakuan (*awareness*), yakni proses membantu korban menyadari bahwa pola hubungan yang dijalaninya bersifat merusak dan bukan merupakan bentuk kasih yang sejati. Tahap ini penting sebab disonansi kognitif sering kali membuat korban menyangkal atau merasionalisasi pengalaman traumatisnya. Pendekatan psikoedukasi-teologis mengenai karakteristik kasih agape menurut 1 Korintus 13 dapat menjadi kerangka reflektif yang membantu korban membedakan kasih sejati dari pola relasi yang manipulatif. Kedua, pemulihan harga diri (*self-esteem restoration*), melalui konseling psikologis yang membantu korban membangun kembali kepercayaan dirinya, dipadukan dengan penguatan teologis tentang martabatnya sebagai gambar dan rupa Allah yang berharga dan dikasihi tanpa syarat. Penegasan bahwa setiap individu adalah ciptaan Allah yang mulia, terlepas dari pengalaman traumatis yang dialaminya, dapat menjadi sumber kekuatan spiritual yang signifikan dalam proses pemulihan harga diri.

Ketiga, pendampingan komunitas (*community support*) melibatkan peran aktif keluarga, sahabat, dan komunitas gereja dalam mendampingi proses pemulihan korban. Dukungan komunitas terbukti menjadi faktor penting dalam membantu korban keluar dari siklus *toxic relationship* dan mencegah terulangnya pola yang sama di masa depan. Gereja secara khusus dapat berperan melalui pelayanan konseling pastoral, kelompok pemulihan, maupun edukasi mengenai relasi yang sehat bagi jemaat muda. Keempat, pemaknaan ulang dan pertumbuhan pascatrauma (*meaning-making and post-traumatic growth*), yakni proses membantu korban memaknai pengalaman traumatisnya bukan sebagai


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

akhir, melainkan sebagai bagian dari perjalanan menuju pertumbuhan pribadi dan spiritual yang lebih dalam. Dalam kerangka teologis, proses ini dapat dipahami sebagai bagian dari karya penebusan Allah yang mampu mengubah pengalaman yang menyakitkan menjadi sarana pertumbuhan iman dan karakter, sebagaimana tercermin dalam berbagai narasi pemulihan dalam Alkitab.

Kelima, edukasi preventif (*preventive education*) yang ditujukan khususnya bagi generasi muda Kristen mengenai ciri-ciri relasi yang sehat menurut prinsip alkitabiah maupun psikologis, sehingga mereka memiliki kerangka berpikir yang kuat untuk mengenali dan menghindari pola *toxic relationship* sejak awal. Edukasi ini dapat diintegrasikan dalam kurikulum pendidikan agama Kristen, pembinaan pemuda gereja, maupun program konseling pranikah, sebagai upaya untuk membangun fondasi relasi yang sehat sejak dini.

## KESIMPULAN

Berdasarkan kajian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* merupakan fenomena relasi interpersonal yang kompleks dan multidimensional, yang memerlukan pemahaman lintas disiplin untuk dapat ditangani secara holistik. Dari perspektif psikologi, fenomena ini berakar pada pola keterikatan yang tidak aman, disonansi kognitif, rendahnya harga diri, dan mekanisme manipulasi seperti playing victim, yang bersama-sama menciptakan siklus yang sulit diputuskan oleh korban tanpa dukungan yang memadai. Dari perspektif teologi Kristen, *toxic relationship* bertentangan secara mendasar dengan hakikat manusia sebagai *imago Dei* dan dengan konsep kasih agape yang diajarkan Alkitab, yang menempatkan kasih sejati sebagai sesuatu yang sabar, murah hati, mengorbankan diri, dan melenyapkan ketakutan, bukan menumbuhkannya. Pendekatan integratif yang memadukan pemulihan psikologis dengan pendampingan pastoral dan dukungan komunitas gerejawi terbukti menjadi jalan yang paling holistik bagi korban untuk mengalami pemulihan dan bahkan pertumbuhan pascatrauma. Dengan demikian, penanganan toxic relationship tidak dapat dilakukan secara parsial, melainkan memerlukan

kolaborasi antara ilmu psikologi dan teologi, antara konselor profesional dan pelayan pastoral, serta antara individu, keluarga, dan komunitas iman.

Berdasarkan simpulan tersebut, penulis mengajukan beberapa langkah rekomendatif berikut sebagai tindak lanjut praktis. Bagi lembaga pendidikan teologi dan keagamaan, disarankan untuk mengintegrasikan materi tentang relasi sehat dan pengenalan toxic relationship ke dalam kurikulum pembinaan, baik dalam mata kuliah konseling pastoral maupun dalam program pembinaan kerohanian mahasiswa. Bagi gereja dan organisasi pelayanan pemuda seperti AMGPM, disarankan untuk mengembangkan program edukasi dan pendampingan yang secara khusus menyasar generasi muda mengenai prinsip-prinsip relasi yang sehat menurut iman Kristen, sekaligus membangun sistem rujukan yang jelas bagi jemaat yang membutuhkan konseling psikologis profesional. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lapangan (*field research*) guna menguji secara empiris efektivitas pendekatan integratif psikologi-teologi dalam proses pemulihan korban toxic relationship dalam konteks gereja lokal, termasuk di lingkungan Gereja Protestan Maluku (GPM).

## DAFTAR PUSTAKA

Afriani, N. (2021). Toxic Relationship Sebagai Pemicu Terjadinya Kekerasan Terhadap Perempuan (Studi Kasus Pada 4 Korban Toxic Relationship). Universitas Islam Riau.

Agustini, W. A., & Musslifah, A. R. (2024). Post-Traumatic Growth Pada Wanita Yang Mengalami Toxic Relationship Menurut Perspektif Psikologi Islam. Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan, 3(1), 61–72.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Lawrence Erlbaum Associates.

Alkitab. Lembaga Alkitab Indonesia (Terjemahan Baru).


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026

Astuti, S. W., & Irmawan, D. (2022). Revisi Komunikasi dengan Pendekatan Psikologi Positif sebagai Upaya Mengatasi Toxic Relationship. Charity: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 5(2a), 71–79.

Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment. Basic Books.

Azkia, W., Safitri, D., & Saipiatuddin, S. (2024). Toxic Relationship Dalam Pacaran Pada Mahasiswa FIS Universitas Negeri Jakarta. WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora, 2(2), 175–187.

Clinebell, H. (1984). Basic Types of Pastoral Care and Counseling: Resources for the Ministry of Healing and Growth. Abingdon Press.

Fazrina, D., Dwianing, Y. N., Darmawan, I. P., & Angelica, C. (2023). Playing Victim pada Kalangan Mahasiswa yang Menjalani Hubungan Toxic Relationship. Parade Riset Mahasiswa, 1(1).

Festinger, L. (1957). A Theory of Cognitive Dissonance. Stanford University Press.

Glass, L. (1995). Toxic People: 10 Ways of Dealing with People Who Make Your Life Miserable. St. Martin's Press.

Harmadi, M., & Diana, R. (2020). Tinjauan Psiko-Teologi terhadap Fenomena Kekerasan dalam Pacaran pada Remaja. Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat, 4(1), 92–102. https://doi.org/10.46445/ejti.v4i1.225

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).

Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). Toxic Relationship dalam Komunikasi Interpersonal di Kalangan Remaja. Communication, 12(2), 138–149. https://dx.doi.org/10.36080/comm.v12i2.1510

Putra, D. A., & Tyas, P. H. P. (2023). Fenomena Toxic Relationship dalam Berpacaran. Solusi: Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi, 5(1), 54–62.

Qonitah. Kekerasan dalam Hubungan Pacaran: Studi Fenomenologi Pengalaman Individu dalam Toxic Relationship. Comdent: Communication Student Journal, Universitas Padjadjaran.

Radde, H. A., & Gunawan, A. H. (2021). Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic Relationship. Jurnal Psikologi Karakter, 1(1), 38–43.

Setianingrum, M. E., & Kelly, E. (2023). Toxic Relationships Ditinjau dari Self-Esteem pada Mahasiswa. Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, 10(2), 409–421.

Simanjuntak, E. (2021). Kasih yang Berpura-pura dan Relevansinya Bagi Umat Kristen: Studi Eksegesis Kitab Roma 12:9–10. Areopagus, 19, 165–182.

Sondakh, F. (2022). Tatapan Bijak: Mengembangkan Pemahaman terhadap Prinsip Kasih dalam Menyikapi "Toxic Relationship" di Kalangan Kaum Muda. REDOMINATE: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani, 3(2), 208–218.

Sunarko, A. S., & Arifianto, Y. A. (2023). Playing Victim dan Manipulasi Kebenaran: Analisis Teologis dalam Pembacaan Reflektif Kejadian 3:1–24. Jurnal Teologi Gracia Deo, 6(1), 56–64.

Tim Penulis ABARA. Pendampingan Pastoral terhadap Korban Kekerasan dalam Pacaran: Studi Kasus Tiga Penyintas. ABARA: Jurnal Konseling Pastoral, Institut Agama Kristen Negeri Tarutung.

Waruwu, J. (2023). Etika Kristen tentang Standar Mengasihi Berdasarkan 1 Yohanes 4:18–21 dan Penerapannya oleh Orang Percaya di Media Sosial. Pietas: Jurnal Studi Agama dan Lintas Budaya, 1(1), 82–98.

Wulandari, R., Yunindyawati, Y., & Lidya, E. (2021). Fenomena Toxic Relationship dalam Pacaran pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya. Sosiologi. Universitas Sriwijaya.

Zahro, A. V. A., & Yuliana, N. (2023). Fenomena dan Upaya Pencegahan Toxic Relationship pada Remaja. Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial, 2(9), 51–60


Copyright© 2026, KENOSIS Vol. 12 No. 1. Juni 2026