

***Bithānah dan Khalīl dalam Tafsir Al-Misbah: Relevansinya dengan Toxic friendship Mahasiswa***

**Ulya Uzmanarati, Mardian Idris Harahap**

Universitas Islam Negeri (UIN) Sumatera Utara, Indonesia

Email: [uzmanaratiulya@gmail.com](mailto:uzmanaratiulya@gmail.com)

**Abstract**

*The phenomenon of toxic friendship among students indicates that close friendship does not always provide positive support, but may develop into a manipulative, dominant, and harmful relationship affecting academic and psychological growth. In the Qur'an, relational closeness can be examined through the concepts of bithānah and khalīl, which emphasize the importance of careful selectivity in choosing trusted friends and intimate companions. This study aims to analyze the meanings of bithānah and khalīl in M. Quraish Shihab's Tafsir Al-Misbah and to examine their relevance to toxic friendship among students of Qur'anic Studies and Exegesis. This research employs a qualitative approach through library research and field study. The data were obtained from the Qur'an, Tafsir Al-Misbah, exegetical and social psychology literature, and student interviews. The findings show that bithānah refers to a trusted friend who has access to one's personal sphere, while khalīl refers to an intimate companion who influences moral orientation. This study implies that Qur'anic-based selectivity in friendship is essential for building healthy, constructive, and spiritually grounded student relationships.*

**Keywords:** *Bithānah, Khalīl, Tafsir Al-Misbah, Toxic friendship, Students*

**Abstrak**

Fenomena *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa menunjukkan bahwa kedekatan pertemanan tidak selalu menghadirkan dukungan positif, tetapi dapat berubah menjadi relasi manipulatif, dominatif, dan merugikan perkembangan akademik maupun psikologis. Dalam Al-Qur'an, persoalan kedekatan relasional dapat dibaca melalui konsep *bithānah* dan *khalīl* yang menekankan pentingnya kehati-hatian dalam memilih teman kepercayaan dan sahabat dekat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis makna *bithānah* dan *khalīl* dalam Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab serta mengkaji relevansinya dengan fenomena *toxic friendship* di kalangan mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi kepustakaan dan studi lapangan. Data diperoleh dari Al-Qur'an, Tafsir Al-Misbah, literatur tafsir dan psikologi sosial, serta wawancara mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bithānah* mengarah pada teman kepercayaan yang memiliki akses terhadap ruang pribadi, sedangkan *khalīl* menunjukkan sahabat dekat yang memengaruhi orientasi moral seseorang. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya selektivitas pertemanan berbasis nilai Qur'ani untuk membangun relasi mahasiswa yang sehat, konstruktif, dan menjaga kualitas spiritual.

**Kata Kunci:** *Bithānah, Khalīl, Tafsir Al-Misbah, Toxic friendship, Mahasiswa.*

## A. Pendahuluan

Relasi pertemanan merupakan bagian penting dalam kehidupan sosial mahasiswa. Pada masa perkuliahan, mahasiswa tidak hanya berinteraksi dalam ruang akademik, tetapi juga membangun kedekatan sosial melalui kelompok belajar, organisasi, komunitas, dan pergaulan sehari-hari. Pertemanan yang sehat dapat menjadi sarana pembentukan karakter, penguatan motivasi belajar, dan dukungan emosional. Sebaliknya, pertemanan yang tidak sehat dapat memengaruhi cara berpikir, perilaku, kondisi psikologis, bahkan kualitas akademik mahasiswa. Dalam konteks ini, relasi pertemanan tidak dapat dipandang sebagai hubungan sosial biasa, melainkan sebagai ruang yang ikut membentuk orientasi nilai dan kepribadian seseorang.

Fenomena *toxic friendship* menjadi salah satu persoalan yang relevan dalam kehidupan mahasiswa saat ini. Istilah ini merujuk pada hubungan pertemanan yang tidak sehat, manipulatif, dominatif, dan cenderung merugikan salah satu pihak. Pertemanan semacam ini dapat terlihat melalui sikap saling menjatuhkan, memanfaatkan teman hanya ketika membutuhkan, mengontrol pilihan orang lain, membanding-bandingkan pencapaian, hingga mengajak pada perilaku yang merugikan. Dalam kajian sosial dan psikologi, relasi pertemanan yang tidak sehat dapat menimbulkan tekanan emosional, rasa tidak aman, kecemasan, kemarahan, bahkan penurunan kepercayaan diri.<sup>1</sup> Oleh sebab itu, pembahasan mengenai *toxic friendship* penting dikaji, terutama di lingkungan mahasiswa yang sedang berada dalam proses pencarian identitas dan pembentukan kematangan diri.

Hubungan pertemanan yang tidak sehat juga berkaitan erat dengan pola komunikasi. Dalam lingkungan mahasiswa, *toxic friendship* dapat muncul melalui komunikasi verbal maupun nonverbal yang merugikan, seperti kritik berlebihan, kurangnya empati, sikap keras kepala, dan ketergantungan yang tidak sehat. Pola komunikasi semacam ini dapat membuat mahasiswa memilih diam, menjauh dari *circle* pertemanan, atau tetap bertahan meskipun relasi tersebut tidak memberi kenyamanan.<sup>2</sup> Hal ini menunjukkan bahwa *toxic friendship* bukan hanya persoalan pribadi, tetapi juga berkaitan dengan cara individu membangun komunikasi, mengelola tekanan kelompok, dan menentukan batas dalam hubungan sosial.

Dalam komunikasi interpersonal, hubungan tidak sehat dapat terjadi pada berbagai bentuk relasi, termasuk relasi keluarga, pasangan, maupun teman sebaya. Pada konteks pertemanan, hubungan yang tidak sehat dapat muncul melalui perilaku merendahkan, perundungan, kekerasan verbal, tekanan emosional, dan komunikasi yang membuat korban

---

<sup>1</sup> Jan Yager, *When Friendship Hurts: Mengatasi Teman Berbahaya dan Mengembangkan Persahabatan yang Menguntungkan*. (TransMedia, 2006).

<sup>2</sup> M. Amin dkk., "Perilaku Komunikasi *Toxic friendship* (Studi terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar)," *Jurnal Komunikasi dan Organisasi (J-KO)* 2, no. 2 (2022): 93–111, <https://doi.org/10.26618/jko.v2i2.8074>.

merasa tidak aman. Relasi semacam ini rentan menimbulkan konflik batin, mengurangi produktivitas, mengganggu kesehatan mental, dan memicu ledakan emosi apabila berlangsung secara terus-menerus.<sup>3</sup> Dengan demikian, *toxic friendship* perlu dipahami sebagai persoalan etika komunikasi dan kesehatan psikologis, bukan sekadar konflik biasa dalam pergaulan mahasiswa.

Kualitas pertemanan juga memiliki hubungan dengan kondisi psikologis mahasiswa, terutama ketika mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Persahabatan yang sehat dapat menjadi sumber dukungan, validasi, dan motivasi dalam menyelesaikan persoalan perkuliahan. Sebaliknya, hubungan yang dipenuhi konflik, pertikaian, ketidakpercayaan, dan pengkhianatan dapat melemahkan dukungan emosional yang seharusnya diperoleh dari sahabat dekat.<sup>4</sup> Kajian mengenai kualitas hubungan juga menunjukkan bahwa relasi sosial memuat dua sisi, yaitu aspek positif seperti kedekatan, dukungan emosional, penerimaan, dan kepuasan, serta aspek negatif seperti kritik, dominasi, tekanan, pengucilan, dan konflik. Kualitas relasi tersebut berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, sehingga relasi yang sehat dapat menjadi sumber penguatan, sedangkan relasi yang buruk dapat menjadi sumber tekanan.<sup>5</sup>

Realitas tersebut juga ditemukan dalam kehidupan mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Berdasarkan data wawancara, pertemanan sehat dipahami sebagai relasi yang saling mendukung, jujur, menjaga rahasia, membawa pengaruh positif, dan membantu perkembangan akademik. Sebaliknya, pertemanan yang toxic dipahami sebagai hubungan yang menguras energi, menghambat kemajuan akademik, mengajak pada perilaku negatif, memicu konflik, dan membuat salah satu pihak merasa dimanfaatkan. Beberapa informan juga menilai bahwa teman dekat sangat berpengaruh terhadap pola pikir, kebiasaan, akhlak, dan kehidupan akademik mahasiswa. Temuan awal ini memperlihatkan adanya hubungan antara pengalaman sosial mahasiswa dengan kebutuhan untuk menafsirkan kembali nilai-nilai Al-Qur'an tentang selektivitas dalam memilih teman.

Dalam perspektif Al-Qur'an, kedekatan sosial tidak dilepaskan dari prinsip kehati-hatian dalam memilih teman dekat. Al-Qur'an menggunakan beberapa istilah yang berkaitan dengan relasi pertemanan, di antaranya *bithānah* dan *khalīl*. Istilah *bithānah* dalam QS. Āli 'Imrān [3]:118 berkaitan dengan teman kepercayaan atau orang dekat yang memiliki akses terhadap

---

<sup>3</sup> Novi Andayani Praptiningsih dan Gilang Kumari Putra, "Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja," *Communication* 12, no. 2 (2021): 132, <https://doi.org/10.36080/comm.v12i2.1510>.

<sup>4</sup> Luna Maheswari Putri Idhar dan Flaviana Rinta Ferdian, "Hubungan Online Friendship Quality Dengan Kecemasan Akan Menghadapi Tugas Akhir Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Pandemi Covid - 19," *MANASA* 11, no. 2 (2023): 22–37, <https://doi.org/10.25170/manasa.v11i2.3601>.

<sup>5</sup> Afinnisa Rasyida dkk., "Relationship quality and its effects on college student's psychological well-being," *International Journal of Public Health Science (IJPHS)* 14, no. 2 (2025): 978, <https://doi.org/10.11591/ijphs.v14i2.24698>.

urusan pribadi seseorang. Sementara itu, istilah khalīl dalam QS. Al-Furqān [25]:28–29 menggambarkan sahabat dekat yang memiliki pengaruh besar terhadap arah hidup seseorang. Kedua istilah ini menunjukkan bahwa kedekatan dalam pertemanan tidak bersifat netral, karena dapat membawa seseorang pada kebaikan atau sebaliknya menjerumuskan pada kerugian moral dan spiritual.

Dalam Tafsir Al-Misbah, konsep bithānah dipahami sebagai relasi kedekatan yang harus dibangun dengan kehati-hatian karena teman kepercayaan memiliki akses terhadap ruang pribadi, rahasia, dan urusan internal seseorang. Larangan menjadikan pihak tertentu sebagai bithānah tidak hanya berkaitan dengan identitas kelompok, tetapi juga dengan sifat dan perilaku yang berpotensi membawa kemudharatan, seperti menyimpan kebencian, menimbulkan kesulitan, atau memanfaatkan kedekatan untuk merugikan orang lain.<sup>6</sup> Sementara itu, khalīl menggambarkan bentuk persahabatan yang sangat dekat, karena seorang sahabat dapat memengaruhi sikap, kebiasaan, dan orientasi hidup seseorang. Dengan demikian, kedua konsep tersebut memiliki relevansi kuat untuk membaca fenomena *toxic friendship* dalam kehidupan mahasiswa.

Kajian mengenai relasi pertemanan dalam Al-Qur'an menunjukkan bahwa pertemanan tidak hanya dipahami sebagai hubungan sosial, tetapi juga sebagai ruang pembentukan akhlak, keimanan, dan orientasi hidup. Relasi yang tidak sehat dapat membawa seseorang pada perilaku negatif, melemahkan ketenangan batin, dan menjauhkan dari nilai-nilai kebaikan. Karena itu, pembahasan tentang *toxic friendship* dalam perspektif Al-Qur'an penting ditempatkan sebagai kajian etis dan spiritual, bukan sekadar persoalan psikologis atau komunikasi sosial.<sup>7</sup>

Dalam perspektif hadis, ajaran tentang memilih teman juga menekankan pentingnya etika, akhlak, dan kehati-hatian dalam membangun relasi sosial. Pertemanan yang sehat dipahami sebagai relasi yang dibangun atas dasar saling menghormati, saling membantu dalam kebaikan, saling mengingatkan dalam kebenaran, dan menjaga ketenangan batin. Sebaliknya, pertemanan yang membawa pengaruh buruk terhadap iman, akhlak, dan keseimbangan diri perlu dihindari.<sup>8</sup> Pandangan ini memperkuat konsep bithānah dan khalīl dalam Al-Qur'an,

---

<sup>6</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an.*, vol. 2 (Lentera Hati, 2002).

<sup>7</sup> Indah Amelia, "Toxic di Media Sosial dalam Pandangan Al-Qur'an: Studi terhadap Surah An-Nisa': 148 dan Surah Al-Mumtahanah: 02" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021); Taaliyatul Furqoniyah, "Toxic Relationship dalam Al-Qur'an: Studi Tematik atas Ayat-Ayat tentang Hubungan Tidak Sehat dalam Pernikahan" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022); Tina Lestari, "Psychology Analysis of the Friendship 'Shahaba' in the Qur'an" (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2022).

<sup>8</sup> Ro'sa Romdhonah dan Mus'idul Millah, "Studi Tematik Hadis *Toxic friendship* dengan Pendekatan Akhlak," *Al-Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 2, no. 4 (2024): 108–20, <https://doi.org/10.59059/al-tarbiyah.v2i4.1433>.

bahwa kedekatan sosial harus disertai pertimbangan nilai agar tidak berubah menjadi relasi yang merusak.

Sejumlah kajian terdahulu telah membahas *toxic friendship*, kualitas pertemanan, komunikasi interpersonal, kesejahteraan psikologis, dan etika pertemanan dalam Islam. Namun, kajian yang secara khusus menghubungkan konsep bithānah dan khalīl dalam Tafsir Al-Misbah dengan fenomena *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir masih belum banyak dilakukan. Di sinilah posisi penting penelitian ini. Penelitian ini tidak hanya membahas makna kebahasaan dan tafsir dari istilah bithānah dan khalīl, tetapi juga mengaitkannya dengan pengalaman sosial mahasiswa melalui data wawancara. Dengan cara ini, kajian tafsir tidak berhenti pada pemahaman tekstual, tetapi dikembangkan secara kontekstual untuk membaca persoalan relasi sosial mahasiswa masa kini.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan memadukan studi kepustakaan dan studi lapangan. Studi kepustakaan dilakukan dengan menelaah Al-Qur'an, khususnya QS. Āli 'Imrān [3]:118 dan QS. Al-Furqān [25]:28–29, serta penafsiran dalam Tafsir Al-Misbah. Pendekatan kepustakaan digunakan untuk memahami makna konsep secara mendalam melalui sumber-sumber tertulis yang relevan.<sup>9</sup> Sementara itu, studi lapangan dilakukan melalui wawancara dengan mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir untuk memperoleh gambaran empiris mengenai fenomena *toxic friendship*. Data dianalisis secara deskriptif-analitis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sebagaimana lazim digunakan dalam penelitian kualitatif.<sup>10</sup>

Kajian ini juga bersifat tematik karena menempatkan istilah bithānah dan khalīl sebagai konsep utama yang ditelusuri melalui ayat-ayat Al-Qur'an, penafsiran, dan relevansinya dengan realitas sosial mahasiswa. Pendekatan tafsir tematik memungkinkan peneliti menghimpun konsep tertentu dalam Al-Qur'an, lalu menghubungkannya dengan persoalan aktual secara sistematis dan kontekstual.<sup>11</sup>

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis makna bithānah dan khalīl dalam Al-Qur'an berdasarkan Tafsir Al-Misbah, serta mengkaji relevansinya dengan fenomena *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian tafsir tematik yang lebih kontekstual, sekaligus menjadi dasar etis bagi

---

<sup>9</sup> Zed Mestika, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014).

<sup>10</sup> Matthew B. Miles dkk., *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, 3rd ed. (SAGE Publications, 2014); Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. (Alfabeta, 2017).

<sup>11</sup> Maimun dan Ahmad Manshur, "Metode Tafsir Maudhu'i: Konsep, Langkah Metodologis, dan Aplikasinya dalam Studi Al-Qur'an," *Jurnal Pendidikan Digital dan Inovasi Berkelanjutan* 10, no. 1 (2026), <https://journal.fexaria.com/j/index.php/jpdib/article/view/873>.

mahasiswa dalam membangun relasi pertemanan yang sehat, selektif, dan sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an.

## B. Pembahasan

### 1. Makna Bithānah sebagai Teman Kepercayaan dalam QS. Āli 'Imrān [3]:118

Konsep bithānah dalam Al-Qur'an berkaitan dengan kedekatan seseorang dengan orang lain yang telah masuk ke dalam ruang kepercayaan pribadi. Istilah ini terdapat dalam QS. Āli 'Imrān [3]:118 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا بِطَانَةً مِّن دُونِكُمْ لَا يَأْلُونَكُمْ خَبَالًا وَدُّوا مَا عَنِتُّمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضَاءُ مِنْ أَفْوَاهِهِمْ وَمَا تُخْفِي صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ إِن كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ

*Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu mengambil teman kepercayaan dari orang-orang di luar kalanganmu karena mereka tidak henti-hentinya mendatangkan kemudharatan bagimu. Mereka menginginkan apa yang menyusahkanmu. Sungguh, telah nyata kebencian dari mulut mereka dan apa yang mereka sembunyikan dalam hati lebih besar. Sungguh, Kami telah menerangkan kepadamu ayat-ayat Kami, jika kamu berpikir" (QS. Āli 'Imrān [3]:118).*

Secara kebahasaan, bithānah berasal dari akar kata yang berkaitan dengan makna bagian dalam. Dalam konteks relasi sosial, istilah ini menunjukkan orang dekat yang mengetahui urusan pribadi, rahasia, kelemahan, dan kondisi batin seseorang. Dengan demikian, bithānah tidak sama dengan teman biasa. Ia adalah teman yang sudah diberi akses terhadap ruang kepercayaan. Karena kedudukannya sangat dekat, Al-Qur'an memberikan peringatan agar seseorang berhati-hati dalam menentukan siapa yang layak dijadikan teman kepercayaan.

Dalam kajian kosakata Al-Qur'an, istilah yang berkaitan dengan kedekatan sosial tidak hanya menunjukkan hubungan lahiriah, tetapi juga memuat makna moral dan tanggung jawab. Kedekatan seseorang dengan orang lain dapat bernilai positif apabila dibangun atas dasar amanah, kejujuran, dan kebaikan. Sebaliknya, kedekatan dapat menjadi berbahaya apabila disertai niat buruk, pengkhianatan, atau penyalahgunaan kepercayaan.<sup>12</sup> Oleh sebab itu, bithānah perlu dipahami sebagai relasi kepercayaan yang harus dipilih secara hati-hati.

Dalam Tafsir Al-Misbah, ayat ini tidak hanya dipahami sebagai larangan menjalin kedekatan dengan kelompok tertentu secara identitas, tetapi sebagai peringatan agar orang beriman tidak menjadikan orang yang berpotensi merugikan sebagai teman kepercayaan. Bahaya dari bithānah yang keliru terletak pada kedekatannya dengan ruang batin seseorang. Apabila orang yang diberi kepercayaan ternyata menyimpan niat buruk,

<sup>12</sup> M. Quraish Shihab, *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*. (Lentera Hati, 2007).

maka kedekatan itu dapat berubah menjadi jalan bagi munculnya kerugian, pengkhianatan, dan penyalahgunaan informasi pribadi.<sup>13</sup>

Temuan wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa memahami bithānah sebagai teman yang benar-benar dapat dipercaya, mampu menjaga rahasia, jujur, tidak manipulatif, dan memberi nasihat yang baik. Teman yang layak menjadi bithānah bukan hanya hadir ketika membutuhkan, tetapi juga mampu mendampingi dalam keadaan sulit dan tidak membicarakan keburukan temannya kepada orang lain.<sup>14</sup> Pandangan ini sejalan dengan pesan QS. Ali Imrān [3]:118 bahwa kedekatan sosial perlu disertai kehati-hatian, karena tidak semua orang yang dekat secara lahiriah dapat dipercaya secara moral.

## 2. Makna Khalīl sebagai Sahabat Dekat dalam QS. Al-Furqān [25]:28–29

Selain bithānah, Al-Qur'an juga menggunakan istilah khalīl untuk menggambarkan bentuk kedekatan persahabatan yang sangat kuat. Istilah ini terdapat dalam QS. Al-Furqān [25]:28–29 sebagai berikut:

يُوَيْلِي لِيَتَّبِعِي لَمْ آتَخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي ۗ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَدُوْلًا

*Artinya: "Wahai, celaka aku! Sekiranya dahulu aku tidak menjadikan si fulan itu teman akrabku. Sungguh, dia telah menyesatkanku dari peringatan Al-Qur'an ketika Al-Qur'an itu datang kepadaku. Dan setan memang pengkhianat manusia" (QS. Al-Furqān [25]:28–29).*

Ayat ini menggambarkan penyesalan seseorang karena salah memilih sahabat dekat. Istilah khalīl menunjukkan hubungan yang lebih dari sekadar pertemanan biasa. Seorang khalīl adalah sahabat yang memiliki kedekatan emosional, memengaruhi cara berpikir, kebiasaan, pilihan hidup, bahkan orientasi spiritual seseorang. Karena itu, kesalahan dalam memilih khalīl dapat membawa dampak yang serius terhadap kehidupan moral dan keagamaan.

Dalam Tafsir Al-Misbah, khalīl dipahami sebagai sahabat yang kedekatannya mampu mengisi ruang hati seseorang. Kedekatan seperti ini dapat menjadi jalan kebaikan apabila sahabat tersebut membawa pengaruh positif. Namun, kedekatan yang sama juga dapat menjadi jalan kerusakan apabila sahabat itu membawa seseorang menjauh dari nilai kebenaran. Penyesalan dalam QS. Al-Furqān [25]:28–29 menunjukkan bahwa pengaruh teman dekat dapat berlangsung sangat dalam, bahkan dapat membuat seseorang meninggalkan peringatan Allah.<sup>15</sup>

<sup>13</sup> Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an.*, vol. 2.

<sup>14</sup> Muchyaruddin Pasaribu, "Wawancara," 12 Mei 2026.

<sup>15</sup> Shihab, *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an.*, vol. 2.

Makna khalīl juga berkaitan dengan persahabatan yang sangat dalam, yaitu hubungan yang tidak hanya didasarkan pada kebersamaan fisik, tetapi juga kedekatan batin, kasih sayang, dan kesetiaan. Dalam tradisi pemikiran Islam, persahabatan semacam ini dipandang memiliki pengaruh besar terhadap keadaan hati seseorang. Karena itu, sahabat dekat dapat menjadi jalan menuju kebaikan apabila ia menguatkan iman dan akhlak, tetapi dapat menjadi sebab kerusakan apabila membawa seseorang pada kelalaian dan penyimpangan.<sup>16</sup>

Data wawancara memperkuat pemahaman tersebut. Mahasiswa memandang bahwa memilih khalīl sangat penting karena sahabat dekat dapat memengaruhi pola pikir, kebiasaan, cara bertindak, dan semangat akademik. Apabila seseorang salah memilih sahabat, ia dapat terbawa pada perilaku negatif seperti malas kuliah, merasa tidak percaya diri, atau terjebak dalam pertemanan yang merusak. Sebaliknya, sahabat yang baik dapat menjadi sumber motivasi, pengingat dalam kebaikan, dan teman berkembang secara akademik maupun pribadi.<sup>17</sup> Dengan demikian, khalīl dalam konteks mahasiswa dapat dipahami sebagai sahabat yang memiliki peran besar dalam pembentukan karakter dan arah kehidupan.

### **3. Fenomena *Toxic friendship* di Lingkungan Mahasiswa**

Fenomena *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa menunjukkan bahwa kedekatan pertemanan tidak selalu membawa dampak positif. Relasi yang pada awalnya dibangun atas dasar kebersamaan dapat berubah menjadi hubungan yang merugikan apabila di dalamnya terdapat manipulasi, dominasi, kecemburuan, pengkhianatan, atau pemanfaatan sepihak. Dalam kehidupan kampus, bentuk *toxic friendship* dapat terlihat dari ajakan untuk melalaikan tugas kuliah, bolos kelas, memperbesar konflik kecil, membentuk kelompok eksklusif, atau memanfaatkan teman hanya ketika membutuhkan bantuan.

Ciri lain dari *toxic friendship* adalah munculnya hubungan yang tidak seimbang, yaitu ketika salah satu pihak terus memberi dukungan, perhatian, atau bantuan, sedangkan pihak lain hanya mengambil manfaat tanpa menunjukkan kepedulian yang sama. Dalam relasi semacam ini, korban sering merasa dimanfaatkan, tidak dihargai, dan kehilangan rasa aman dalam pertemanan. Hubungan yang berlangsung secara sepihak dapat

---

<sup>16</sup> Al Jauziyyah dan Ibn Qayyim, *Raudhatul Muhibbin* (Qisthi Press, 2016).

<sup>17</sup> Pasaribu, "Wawancara."

memengaruhi persepsi sosial seseorang dan membuatnya sulit membedakan antara pertemanan yang sehat dan pertemanan yang merugikan.<sup>18</sup>

Berdasarkan wawancara, pertemanan yang sehat dipahami sebagai hubungan yang saling mendukung, jujur, dan membawa dampak positif bagi diri sendiri maupun orang lain. Sebaliknya, pertemanan yang toxic dipahami sebagai hubungan yang manipulatif, menguras energi, dan menghambat perkembangan akademik maupun mental mahasiswa. Salah satu bentuk pengaruh negatif yang ditemukan adalah ajakan untuk lalai dalam tugas kuliah, bolos, dan memprovokasi konflik antarmahasiswa<sup>19</sup> Temuan ini menunjukkan bahwa *toxic friendship* bukan hanya berdampak pada perasaan, tetapi juga pada tanggung jawab akademik dan suasana sosial kampus.

Kajian tentang perilaku komunikasi *toxic friendship* pada mahasiswa juga menunjukkan bahwa hubungan semacam ini sering muncul melalui pola komunikasi verbal dan nonverbal yang buruk. Bentuk yang dominan meliputi sikap terlalu mengkritik, tidak memiliki empati, keras kepala, dan ketergantungan yang tidak sehat. Dampaknya dapat membuat mahasiswa merasa marah, memilih diam, meninggalkan *circle* pertemanan, atau tetap bertahan meskipun hubungan tersebut merugikan.<sup>20</sup> Hal ini selaras dengan temuan wawancara bahwa *toxic friendship* sering tidak disadari sejak awal karena kedekatan dalam pertemanan dapat menutupi perilaku merugikan yang terjadi secara perlahan.

Dalam komunikasi interpersonal, hubungan tidak sehat dapat terjadi melalui kata-kata yang merendahkan, perundungan, tekanan emosional, dan komunikasi yang membuat seseorang merasa tidak aman. Hubungan semacam ini rentan menurunkan produktivitas, mengganggu kesehatan mental, dan memicu konflik batin apabila berlangsung terus-menerus.<sup>21</sup> Oleh karena itu, *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa perlu dipahami sebagai persoalan etika komunikasi, kesehatan psikologis, dan pembentukan karakter.

#### 4. Bentuk dan Kriteria *Toxic friendship* dalam Relasi Mahasiswa

Bentuk *toxic friendship* dalam kehidupan mahasiswa dapat dikenali melalui beberapa ciri. Pertama, teman hanya hadir ketika membutuhkan sesuatu, tetapi tidak peduli ketika orang lain mengalami kesulitan. Kedua, teman suka mengontrol keputusan

---

<sup>18</sup> Leni Miftahul Hasanah, "Pengaruh *Toxic friendship* terhadap Persepsi Sosial pada Masa Remaja di Pondok Pesantren Miftahul Huda 06 Kecamatan Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022).

<sup>19</sup> Nurhasanah Simamora, "Wawancara," 8 Mei 2026.

<sup>20</sup> Amin dkk., "Perilaku Komunikasi *Toxic friendship* (Studi terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar)."

<sup>21</sup> Praptiningsih dan Putra, "Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja."

orang lain dan memaksa seseorang mengikuti kehendak kelompok. Ketiga, teman menjadikan prestasi orang lain sebagai ancaman sehingga muncul rasa iri dan persaingan tidak sehat. Keempat, teman sering mengkritik tanpa memberi solusi, merendahkan, atau membuat seseorang merasa tidak berharga.

Temuan wawancara menunjukkan bahwa salah satu ciri *toxic friendship* adalah hubungan yang membuat salah satu pihak merasa dimanfaatkan. Dalam konteks perkuliahan, hal ini dapat terlihat ketika seseorang hanya hadir saat membutuhkan bantuan tugas, urusan organisasi, atau kepentingan tertentu, tetapi tidak peduli ketika temannya menghadapi masalah.<sup>22</sup> Ciri ini menunjukkan bahwa hubungan pertemanan yang sehat seharusnya dibangun atas dasar timbal balik, bukan pemanfaatan sepihak.

Selain itu, *toxic friendship* juga dapat muncul dalam bentuk kelompok pertemanan yang terlalu tertutup. Mahasiswa yang berada di luar kelompok sering dianggap berbeda atau tidak diterima. Dalam wawancara, ditemukan pandangan bahwa sebagian mahasiswa membentuk *circle* yang membuat mereka sulit berteman dengan orang di luar kelompoknya. Pola ini dapat menimbulkan pengucilan sosial dan mempersempit ruang interaksi mahasiswa.<sup>23</sup> Dalam kajian kualitas hubungan, relasi sosial memang memiliki dua sisi, yaitu aspek positif seperti dukungan emosional dan penerimaan, serta aspek negatif seperti kritik, dominasi, tekanan, pengucilan, dan konflik.<sup>24</sup>

Dalam konteks akademik, kualitas pertemanan juga berpengaruh terhadap kemampuan mahasiswa menghadapi tekanan. Persahabatan yang sehat dapat memberikan dukungan, validasi, dan bantuan ketika mahasiswa menghadapi kesulitan. Namun, hubungan yang dipenuhi konflik, pengkhianatan, dan ketidakpercayaan dapat memperbesar tekanan psikologis. Dimensi konflik dan pengkhianatan dalam persahabatan memiliki hubungan dengan kecemasan mahasiswa, terutama ketika mahasiswa menghadapi beban akademik.<sup>25</sup> Dengan demikian, ciri *toxic friendship* tidak hanya dapat dilihat dari perilaku yang tampak, tetapi juga dari dampaknya terhadap rasa aman, kepercayaan diri, dan ketenangan batin mahasiswa.

## 5. Faktor dan Dampak *Toxic friendship* terhadap Mahasiswa

*Toxic friendship* dapat muncul karena beberapa faktor, antara lain rendahnya kedewasaan dalam bersikap, lemahnya kemampuan mengelola emosi, tekanan kelompok, kecemburuan, persaingan berlebihan, dan kurangnya kesadaran terhadap nilai

---

<sup>22</sup> Syahroni Siahaan, "Wawancara," 12 Mei 2026.

<sup>23</sup> Pasaribu, "Wawancara."

<sup>24</sup> Rasyida dkk., "Relationship quality and its effects on college student's psychological well-being."

<sup>25</sup> Idfar dan Ferdian, "Hubungan Online Friendship Quality Dengan Kecemasan Akan Menghadapi Tugas Akhir Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Pandemi Covid - 19."

pertemanan yang sehat. Dalam lingkungan kampus, mahasiswa berada pada fase pencarian identitas dan pembentukan kemandirian. Pada fase ini, kebutuhan untuk diterima oleh teman sebaya sering kali membuat mahasiswa sulit menentukan batas dalam pergaulan.

Data wawancara menunjukkan bahwa salah satu penyebab *toxic friendship* adalah kurangnya kedewasaan dalam bersikap. Kesalahpahaman kecil dapat berkembang menjadi konflik karena mahasiswa belum mampu mengontrol emosi dan ego. Selain itu, kurangnya pemahaman terhadap nilai-nilai pertemanan dalam Islam juga dianggap sebagai faktor yang membuat hubungan mudah berubah menjadi tidak sehat.<sup>26</sup> Pandangan ini menunjukkan bahwa *toxic friendship* tidak hanya lahir dari masalah komunikasi, tetapi juga dari lemahnya pengendalian diri dan kurangnya kesadaran moral.

Dampak *toxic friendship* dapat dirasakan dalam aspek psikologis, sosial, akademik, dan spiritual. Dalam aspek psikologis, mahasiswa dapat merasa tidak nyaman, rendah diri, cemas, dan sulit percaya kepada orang lain. Dalam aspek sosial, mahasiswa dapat menarik diri dari lingkungan atau merasa tertekan dalam kelompok. Dalam aspek akademik, mahasiswa dapat kehilangan fokus belajar, malas masuk kelas, atau terganggu dalam menyelesaikan tugas. Dalam aspek spiritual, mahasiswa dapat terbawa pada perilaku yang menjauhkan diri dari nilai-nilai kebaikan.

Salah satu informan menyampaikan bahwa hubungan pertemanan yang tidak sehat dapat membuat seseorang menjadi lebih tertutup dan sulit percaya kepada teman lain. Tekanan dalam kelompok, seperti sering dibandingkan dalam hal akademik dan pergaulan, dapat membuat seseorang merasa rendah diri dan memilih menjaga jarak agar tidak terus merasa tertekan.<sup>27</sup> Temuan ini sejalan dengan kajian tentang hubungan tidak sehat yang menunjukkan bahwa komunikasi negatif, penolakan, dan perundungan dapat melemahkan rasa percaya diri serta mengancam kesehatan mental.<sup>28</sup> Dengan demikian, dampak *toxic friendship* tidak dapat dianggap ringan karena dapat memengaruhi keseimbangan diri mahasiswa secara menyeluruh.

## 6. Relevansi Bithānah dan Khalīl dalam Mencegah *Toxic friendship*

Konsep bithānah dan khalīl memiliki relevansi kuat dalam membaca fenomena *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa. Bithānah mengajarkan pentingnya berhati-hati dalam memberikan kepercayaan kepada orang lain. Tidak semua teman layak mengetahui rahasia, kelemahan, dan urusan pribadi seseorang. Sementara itu, khalīl mengajarkan

---

<sup>26</sup> Siahana, "Wawancara."

<sup>27</sup> Maslan Nasution, "Wawancara," 12 Mei 2026.

<sup>28</sup> Praptiningsih dan Putra, "Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja."

bahwa sahabat dekat memiliki pengaruh besar terhadap arah hidup. Kesalahan dalam memilih sahabat dapat menimbulkan penyesalan, sebagaimana digambarkan dalam QS. Al-Furqān [25]:28–29.

Dalam kehidupan mahasiswa, konsep bithānah dapat menjadi dasar untuk membangun batas dalam pertemanan. Mahasiswa perlu membedakan antara teman biasa, teman dekat, dan teman kepercayaan. Tidak semua bentuk kedekatan harus diikuti dengan keterbukaan penuh. Sikap selektif tidak berarti menutup diri, tetapi menempatkan kepercayaan secara proporsional. Dengan demikian, mahasiswa dapat menjaga diri dari kemungkinan dimanfaatkan, dikhianati, atau dijatuhkan oleh orang yang tidak bertanggung jawab.

Konsep khalīl juga relevan karena sahabat dekat dapat membentuk kebiasaan dan orientasi moral mahasiswa. Sahabat yang baik akan mendorong seseorang untuk lebih disiplin, bertanggung jawab, dan dekat dengan nilai kebaikan. Sebaliknya, sahabat yang buruk dapat mengajak pada kemalasan, konflik, perilaku menyimpang, dan relasi yang merusak. Data wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa memandang sahabat sebagai figur yang dapat memengaruhi pola pikir dan perilaku. Karena itu, memilih sahabat dekat harus dilakukan dengan pertimbangan nilai, bukan hanya karena kenyamanan emosional atau kesamaan kelompok<sup>29</sup>.

Dalam perspektif hadis, etika memilih teman juga menekankan pentingnya menjalin pertemanan yang membawa pengaruh baik dan menghindari pertemanan yang merusak iman, akhlak, serta ketenangan batin. Pertemanan ideal dibangun atas dasar saling menghormati, saling menolong dalam kebaikan, saling menasihati, dan tidak memanfaatkan orang lain.<sup>30</sup> Pandangan ini memperkuat pemahaman bahwa konsep bithānah dan khalīl bukan hanya relevan secara teologis, tetapi juga memiliki nilai praktis dalam kehidupan sosial mahasiswa.

Dengan demikian, konsep bithānah dan khalīl dapat dipahami sebagai dasar Qur'ani untuk membangun etika pertemanan. Pertemanan yang baik bukan hanya ditandai oleh kedekatan emosional, tetapi juga oleh kemampuan menjaga amanah, memberi nasihat, menumbuhkan akhlak, dan mendukung perkembangan diri. Sebaliknya, hubungan yang

---

<sup>29</sup> Pasaribu, "Wawancara."

<sup>30</sup> Ro'sa Romdhonah dan Mus'idul Millah, "Studi Tematik Hadis *Toxic friendship* dengan Pendekatan Akhlak."

membawa tekanan, manipulasi, atau pengaruh buruk perlu disikapi dengan batas yang jelas agar tidak merusak keseimbangan psikologis dan spiritual mahasiswa.<sup>31</sup>

Berdasarkan temuan penelitian, solusi yang dapat dilakukan mahasiswa dalam menghadapi *toxic friendship* adalah menetapkan batas relasi, melakukan klarifikasi dengan baik, menasihati secara santun, memilih lingkungan yang positif, dan menjaga jarak apabila hubungan tersebut terus membawa mudarat. Salah satu informan menegaskan bahwa mahasiswa perlu bersikap tegas, menetapkan batas, menasihati dengan cara yang baik, dan menjaga jarak jika tidak ada perubahan demi menjaga kesehatan iman dan mental.<sup>32</sup> Dengan demikian, *bithānah* dan *khalīl* dapat dijadikan kerangka Qur'ani dalam membangun pertemanan yang sehat, selektif, dan berorientasi pada penguatan akademik, psikologis, serta spiritual mahasiswa.

### C. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa konsep *bithānah* dan *khalīl* dalam Al-Qur'an memiliki relevansi kuat dengan fenomena *toxic friendship* di lingkungan mahasiswa. *Bithānah* menggambarkan teman kepercayaan yang memiliki akses terhadap ruang pribadi, rahasia, dan kondisi batin seseorang, sehingga Al-Qur'an menekankan pentingnya kehati-hatian dalam memberi kepercayaan. Sementara itu, *khalīl* menggambarkan sahabat dekat yang berpengaruh besar terhadap pola pikir, perilaku, dan orientasi hidup. Kesalahan dalam memilih teman dekat dapat berdampak pada akhlak, kondisi psikologis, kualitas akademik, serta pembentukan karakter mahasiswa.

Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa *toxic friendship* dapat muncul dalam bentuk manipulasi, ajakan pada perilaku negatif, sikap merendahkan, persaingan tidak sehat, pengkhianatan, dan pemanfaatan sepihak. Data wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa memahami pertemanan sehat sebagai relasi yang saling mendukung, menjaga rahasia, memberi nasihat, dan membawa pada kebaikan. Dengan demikian, konsep *bithānah* dan *khalīl* dapat dijadikan kerangka Qur'ani untuk membangun budaya pertemanan yang sehat, selektif, dan bertanggung jawab. Sikap selektif dalam berteman bukan berarti menutup diri, tetapi menjadi bentuk kehati-hatian agar relasi sosial tetap membawa manfaat, menjaga kesehatan mental, memperkuat nilai spiritual, dan mendukung perkembangan akademik mahasiswa.

---

<sup>31</sup> Amelia, "Toxic di Media Sosial dalam Pandangan Al-Qur'an: Studi terhadap Surah An-Nisa': 148 dan Surah Al-Mumtahanah: 02"; Lestari, "Psychology Analysis of the Friendship 'Shahaba' in the Qur'an"; Ro'sa Romdhonah dan Mus'idul Millah, "Studi Tematik Hadis *Toxic friendship* dengan Pendekatan Akhlak."

<sup>32</sup> Simamora, "Wawancara."

### Referensi

- Amelia, Indah. "Toxic di Media Sosial dalam Pandangan Al-Qur'an: Studi terhadap Surah An-Nisa': 148 dan Surah Al-Mumtahanah: 02." Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.
- Amin, M., Riveni Wajdi, dan Syukri Syukri. "Perilaku Komunikasi *Toxic friendship* (Studi terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar)." *Jurnal Komunikasi dan Organisasi (J-KO)* 2, no. 2 (2022): 93–111. <https://doi.org/10.26618/jko.v2i2.8074>.
- Furqoniyah, Taaliyatul. "*Toxic relationship* dalam Al-Qur'an: Studi Tematik atas Ayat-Ayat tentang Hubungan Tidak Sehat dalam Pernikahan." Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.
- Hasanah, Leni Miftahul. "Pengaruh *Toxic friendship* terhadap Persepsi Sosial pada Masa Remaja di Pondok Pesantren Miftahul Huda 06 Kecamatan Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat." Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022.
- Idfar, Luna Maheswari Putri, dan Flaviana Rinta Ferdian. "Hubungan *Online Friendship Quality* Dengan Kecemasan Akan Menghadapi Tugas Akhir Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Pandemi Covid - 19." *MANASA* 11, no. 2 (2023): 22–37. <https://doi.org/10.25170/manasa.v11i2.3601>.
- Jauziyyah, Al, dan Ibn Qayyim. *Raudhatul Muhibbin*. Qisthi Press, 2016.
- Lestari, Tina. "Psychology Analysis of the Friendship 'Shahaba' in the Qur'an." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2022.
- Maimun, dan Ahmad Manshur. "Metode Tafsir Maudhu'i: Konsep, Langkah Metodologis, dan Aplikasinya dalam Studi Al-Qur'an." *Jurnal Pendidikan Digital dan Inovasi Berkelanjutan* 10, no. 1 (2026). <https://journal.fexaria.com/j/index.php/jpdib/article/view/873>.
- Mestika, Zed. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014.
- Miles, Matthew B., A. Michael Huberman, dan Johnny Saldaña. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. 3rd ed. SAGE Publications, 2014.
- Praptiningsih, Novi Andayani, dan Gilang Kumari Putra. "*Toxic relationship* Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja." *Communication* 12, no. 2 (2021): 132. <https://doi.org/10.36080/comm.v12i2.1510>.
- Rasyida, Afinnisa, Maria Angelisa Siregar, Alifiah Nur'izza Rachmah, Raden Roro Fitria Rachmawati, Ivena Nathania Victor, dan Kezia Jeni Hindrawan. "Relationship quality and its effects on college student's psychological well-being." *International Journal of Public Health Science (IJPHS)* 14, no. 2 (2025): 978. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v14i2.24698>.
- Ro'sa Romdhonah dan Mus'idul Millah. "Studi Tematik Hadis *Toxic friendship* dengan Pendekatan Akhlak." *Al-Tarbiyah : Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 2, no. 4 (2024): 108–20. <https://doi.org/10.59059/al-tarbiyah.v2i4.1433>.
- Shihab, M. Quraish. *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata*. Lentera Hati, 2007.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Vol. 2. Lentera Hati, 2002.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta, 2017.
- Yager, Jan. *When Friendship Hurts: Mengatasi Teman Berbahaya dan Mengembangkan Persahabatan yang Menguntungkan*. TransMedia, 2006.