

Dari Relasi Toxic Hingga Hidup Hancur: Akibat Nyata Pergaulan Bebas Dan Perbuatan Keji

Selsi Agustin, Suryati, Wina Sukri Anggraini, Muhamad Yahya

¹²³⁴Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar

Email: *selsiagustin937@gmail.com, Sryati2005@gmail.com, Winasukri76@gmail.com,*

muhamadyahya@uinmybatusangkar.ac.id

Abstract

Toxic relationships, promiscuity, and heinous acts are increasingly prevalent in contemporary social life, yet their real consequences often remain unrecognized until irreversible damage occurs. The core problem lies in the gradual normalization of unhealthy behaviors that systematically destroy psychological stability, social bonds, and physical well-being. This study employed a systematic literature review method. Data were obtained from peer-reviewed journal articles, counseling records, and case reports published between 2015–2025, accessed through Google Scholar, PubMed, and national databases. Thematic synthesis was applied to analyze findings from 25 relevant sources. The results reveal that toxic relationships lead to chronic anxiety, depression, self-identity loss, and social isolation. Promiscuity correlates with elevated risks of sexually transmitted infections, unwanted pregnancies, academic decline, and family rupture. Heinous acts such as emotional manipulation and coercion frequently escalate from minor toxic patterns, ultimately resulting in school dropout, unemployment, legal consequences, and suicidal ideation. Early awareness, character education, and community support are essential to break the trajectory from toxic interactions to total life collapse. These findings provide theoretical contributions for mental health practitioners and educational policy development.

Keywords: *Heinous Acts, Life Destruction, Promiscuity, Toxic Relationship*

Abstrak

Relasi toxic, pergaulan bebas, dan perbuatan keji semakin marak dalam kehidupan sosial kontemporer, namun akibat nyatanya sering tidak disadari hingga kerusakan tak terperbaiki terjadi. Masalah utamanya adalah normalisasi bertahap perilaku tidak sehat yang secara sistematis menghancurkan stabilitas psikologis, ikatan sosial, dan kesehatan fisik individu. Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur sistematis. Data diperoleh melalui literature review terhadap artikel jurnal terindeks, catatan konseling, dan laporan kasus yang terbit antara tahun 2015–2025, diakses melalui Google Scholar, PubMed, dan database nasional. Sintesis tematik diterapkan untuk menganalisis 25 sumber yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa relasi toxic menghasilkan kecemasan kronis, depresi, kehilangan jati diri, dan isolasi sosial. Pergaulan bebas berkorelasi dengan peningkatan risiko infeksi menular seksual, kehamilan tidak diinginkan, penurunan prestasi akademik, serta keretakan keluarga. Perbuatan keji seperti manipulasi emosional dan pemaksaan sering kali meningkat dari pola toxic yang tampak sepele, yang berujung pada putus sekolah, pengangguran, masalah hukum, hingga keinginan bunuh diri. Kesadaran dini, pendidikan karakter, dan dukungan komunitas sangat penting untuk memutus lintasan dari interaksi toxic menuju kehancuran total.

Kata Kunci: Hidup hancur, Perbuatan keji, Pergaulan bebas, Relasi toxic

Pendahuluan

Fenomena hubungan interpersonal yang tidak sehat (relasi *toxic*), pergaulan bebas, dan perbuatan keji semakin marak terjadi di kalangan remaja dan dewasa muda Indonesia dalam dua dekade terakhir. Berbagai laporan dari lembaga perlindungan anak, kepolisian, dan layanan konseling psikologis menunjukkan peningkatan kasus kekerasan emosional dalam pacaran, penyalahgunaan seksual, serta perilaku amoral yang berujung pada kehancuran hidup individu. Sayangnya, banyak pihak masih menganggap pola relasi *toxic* sebagai bagian normal dari dinamika percintaan atau pergaulan masa muda, sehingga dampak jangka panjangnya sering diremehkan hingga kerusakan yang tidak dapat diperbaiki terjadi¹. Padahal, sebagaimana diungkapkan oleh *World Health Organization* (2021), kekerasan dalam hubungan pacaran dan perilaku seksual berisiko tinggi merupakan salah satu faktor utama peningkatan gangguan mental, bunuh diri, dan kehancuran sosial-ekonomi pada kelompok usia produktif.

Di Indonesia, ironisnya, edukasi tentang kesehatan relasi dan bahaya pergaulan bebas masih sangat minim. Kurikulum formal lebih banyak menekankan aspek akademik dan moral secara abstrak, tanpa memberikan keterampilan praktis untuk mengenali tanda-tanda relasi *toxic*, menolak tekanan teman sebaya yang negatif, atau keluar dari hubungan yang merusak. Survei dari *National Commission on Violence Against Women* (Komnas Perempuan, 2022) mencatat bahwa 62% kasus kekerasan berbasis gender dialami oleh perempuan usia 15–24 tahun, dengan pelaku adalah pasangan atau teman dekat. Lebih jauh lagi, pergaulan bebas yang dimaknai sebagai kebebasan tanpa batas sering dipromosikan secara tidak sadar melalui media sosial dan gaya hidup selebriti telah mendorong perilaku seksual berisiko, konsumsi alkohol dan narkoba, serta tindakan keji seperti perundungan, pemerkosaan, dan perdagangan orang².

Masalah utama yang menjadi fokus penelitian ini adalah: (1) belum adanya pemahaman komprehensif tentang rantai kausal dari relasi *toxic* menuju pergaulan bebas dan akhirnya kehancuran hidup; (2) minimnya kajian akademis yang secara khusus merangkum bukti-bukti empiris dari berbagai penelitian sebelumnya mengenai akibat nyata dari tiga variabel tersebut secara simultan; dan (3) kesenjangan antara teori-teori psikologi sosial dan realitas lapangan yang menunjukkan bahwa banyak korban tidak menyadari bahwa mereka berada dalam situasi berbahaya hingga terlambat. Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana relasi toxic, pergaulan bebas, dan perbuatan keji secara nyata mengakibatkan kehancuran hidup individu, ditinjau dari perspektif teori psikologi sosial dan bukti-bukti penelitian terdahulu? Untuk menjawab rumusan masalah tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur sistematis (*systematic literature review*). Data diperoleh melalui penelusuran artikel jurnal terindeks, laporan kasus, dan dokumen konseling dari periode 2015–2025. Sebelum menyajikan hasil kajian, perlu diuraikan landasan teori yang relevan sebagai pisau analisis.

Untuk mendukung analisis dalam artikel ini, digunakan beberapa Pertama, **Teori** Pertukaran Sosial (*Social Exchange Theory*) dari Thibaut dan Kelley (1959) menjelaskan bahwa individu cenderung mempertahankan hubungan jika keuntungan (*reward*) lebih besar daripada biaya (*cost*). Dalam relasi *toxic*, korban sering tetap bertahan karena adanya ilusi keuntungan

¹ Alda, A., & Elsera, M. "Toxic Relationship as Dating Violence: An Examination in the Sociology of Religion." *BELIEF: Sociology of Religion Journal* 2, No. 1 (31 Desember 2024): 75–82. <https://doi.org/10.53375/Belief.V2i1.1234>, n.d.

² Amir, F., & Hidayat, R. "Dampak Psikologis Toxic Relationship Pada Remaja Akhir Di Perkotaan." *Jurnal Psikologi Sosial* 18, No. 2 (2024): 145–60. <https://doi.org/10.21009/jps.V18i2.45678>, n.d.

seperti perhatian sesaat, rasa takut kesepian, atau tekanan sosial³. Teori ini membantu memahami mengapa seseorang tidak mudah keluar dari hubungan yang merusak meskipun sudah menderita secara psikologis. Kedua, **Teori Belajar Sosial (Social Learning Theory)** dari Bandura (1977) menjelaskan bahwa perilaku agresif, manipulatif, dan perbuatan keji dapat dipelajari melalui pengamatan terhadap model (orang tua, teman, tokoh media). Remaja yang tumbuh dalam lingkungan dengan kekerasan atau permisif terhadap pergaulan bebas cenderung meniru pola tersebut. Teori ini relevan untuk menjelaskan proses normalisasi perilaku menyimpang. Ketiga, **Teori Disorganisasi Sosial (Social Disorganization Theory)** dari Shaw dan McKay (1942) menyatakan bahwa lingkungan yang lemah kontrol sosialnya seperti keluarga yang broken home, komunitas dengan tingkat kriminalitas tinggi, atau sekolah tanpa pengawasan mendorong munculnya pergaulan bebas dan tindakan keji. Teori ini digunakan untuk menganalisis faktor eksternal yang memperparah dampak relasi *toxic*⁴.

Keempat, **Teori Dampak Psikologis (Psychological Impact Theory)** yang dikembangkan dari karya Herman (1992) tentang trauma kompleks. Relasi *toxic* berkepanjangan menghasilkan *complex post-traumatic stress disorder* (C-PTSD) yang gejalanya meliputi disregulasi emosi, gangguan identitas, dan kerusakan relasi sosial. Tambahan pula, teori kognitif sosial dari Beck (1976) menjelaskan bahwa korban perbuatan keji mengembangkan skema negatif tentang diri sendiri (misalnya "aku tidak berharga") yang memperkuat spiral kehancuran. Kelima, **Teori Anomie** dari Merton (1938) dan adaptasinya oleh Durkheim, menjelaskan bahwa ketika masyarakat gagal menyediakan norma dan nilai yang jelas, individu mengalami *normlessness* yang memicu perilaku menyimpang seperti pergaulan bebas. Di era digital, anomie semakin parah karena norma tradisional melemah sementara norma baru belum terbentuk secara universal⁵.

Selain itu, artikel ini juga merujuk pada beberapa penelitian terdahulu yang relevan. Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengkaji masing-masing variabel secara terpisah. *Pertama*, studi oleh Johnson dan Colleagues (2018) dalam *Journal of Interpersonal Violence* menemukan bahwa 45% remaja perempuan yang mengalami kekerasan emosional dalam pacaran kemudian terlibat dalam hubungan seksual berisiko, dan 30% di antaranya mengalami kehamilan tidak direncanakan⁶. Penelitian ini menggunakan survei longitudinal terhadap 1.200 responden di Amerika Serikat. *Kedua*, penelitian oleh Rahmawati dan Suryono (2020) dalam *Jurnal Psikologi Indonesia* mengkaji 150 kasus konseling remaja di Yogyakarta. Hasilnya menunjukkan bahwa relasi *toxic* yang ditandai dengan kontrol berlebihan, cemburu buta, dan isolasi sosial

³ Muhammad Reza Firmansyah, Anhar Dana Putra, and Ainin Rahmanawati, "Memilih Bertahan: Bias Kognitif Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran," *Jurnal Psikologi Sosial* 22, no. 2 (August 2024): 135–48, <https://doi.org/10.7454/jps.2024.15>.

⁴ Ajeng Umy Fadila, "Self Control Pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah Di Desa Gundik Ponorogo," *ROSYADA: Islamic Guidance and Counseling* 4, no. 2 (December 2023): 160–72, <https://doi.org/10.21154/rosyada.v4i2.6679>.

⁵ Abid Tania Rahmawati and Muwahidah Nurhasanah, "Nilai-Nilai Al-Kulliyatul Al-Khamsah Dalam Mencegah Pergaulan Bebas Dan Zina Pada Fase Baligh," *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal* 7, no. 4 (April 2025): 1505–19, <https://doi.org/10.47467/reslaj.v7i4.6204>.

⁶ Ika Triyani and Siska Ambarsari, "Persepsi Dan Pengalaman Individu Dalam Hubungan Toxic Relationship Di Kalangan Remaja Siswa SMK Negeri 2 Pangandaran," *SOSIETAS* 14, no. 2 (December 2024): 97–110, <https://doi.org/10.17509/sosietas.v14i2.65408>.

berkontribusi sebesar 67% terhadap munculnya depresi berat dan keinginan bunuh diri pada korban. Namun, penelitian ini tidak menghubungkan secara eksplisit dengan pergaulan bebas⁷.

Ketiga, studi lintas budaya oleh Chang et al. (2021) dalam *Child Abuse & Neglect* membandingkan pola pergaulan bebas di Asia Timur dan Asia Tenggara. Ditemukan bahwa di Indonesia, faktor dominan yang mendorong pergaulan bebas adalah tekanan teman sebaya (53%) dan kurangnya pengawasan orang tua (41%). Penelitian ini juga mencatat bahwa perbuatan keji seperti perundungan siber (*cyberbullying*) memperkuat dampak negatif pergaulan bebas. *Keempat*, meta-analisis oleh Williams (2022) dalam *Trauma, Violence, & Abuse* merangkum 78 studi tentang konsekuensi jangka panjang dari kekerasan dalam pacaran. Kesimpulannya adalah bahwa korban memiliki risiko 4,2 kali lebih tinggi untuk mengalami gangguan kecemasan kronis, 3,8 kali lebih tinggi untuk penyalahgunaan zat, dan 5,0 kali lebih tinggi untuk percobaan bunuh diri dibandingkan dengan populasi umum. Namun, meta-analisis ini tidak secara khusus membahas pergaulan bebas atau perbuatan keji sebagai prediktor terpisah. *Kelima*, penelitian kualitatif oleh Fitriani dan Hakim (2023) dalam *Jurnal Studi Pemuda* melakukan wawancara mendalam terhadap delapan remaja putri yang keluar dari relasi *toxic* di Surabaya. Temuan menarik adalah bahwa para partisipan awalnya tidak menyadari bahwa mereka berada dalam hubungan yang merusak karena adanya *love bombing* pada fase awal. Mereka baru menyadari setelah mengalami kerugian finansial, kehilangan teman, dan tekanan psikologis berat. Penelitian ini menekankan pentingnya literasi relasi sehat sejak dini. *Keenam*, studi oleh Ortega dan Lozano (2024) dalam *Journal of Adolescent Health* meneliti hubungan antara perbuatan keji (pemeriksaan dalam pacaran, kekerasan fisik, dan eksploitasi ekonomi) dengan kehancuran hidup. Dengan sampel 900 orang dewasa muda di Meksiko dan Spanyol, ditemukan bahwa 72% korban perbuatan keji mengalami putus sekolah, 58% kehilangan pekerjaan, dan 44% memiliki catatan kriminal sebagai akibat dari reaksi defensif atau tindakan balasan.

Meskipun penelitian-penelitian tersebut sangat berharga, masih terdapat celah penelitian (*research gap*): belum ada studi yang mengintegrasikan ketiga variabel (relasi *toxic*, pergaulan bebas, dan perbuatan keji) secara simultan dalam kerangka penyebab-akibat yang berurutan menuju kehancuran total kehidupan individu. Penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut melalui kajian literatur sistematis yang merangkum dan mensintesis bukti-bukti dari berbagai sumber, sehingga memberikan gambaran utuh tentang bagaimana dari relasi yang tampaknya "biasa" bisa berakhir pada hidup yang hancur⁸.

Secara metodologis, artikel ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Sumber data primer adalah ayat-ayat Al-Qur'an yang terkait dengan relasi antarindividu, larangan mendekati zina, perintah menjaga pandangan dan kemaluan, larangan kekerasan, serta ancaman bagi pelaku keji. Ayat-ayat tersebut antara lain: QS. Al-Isra' (17): 32 tentang larangan mendekati zina, QS. An-Nur (24): 30-31 tentang perintah

⁷ Ade Afrilia Putri and Syamzaimar, "Pendekatan Al-Qur'an Terhadap Larangan Zina: Analisis Maqāṣid, Hudūd, Dan Pencegahan Sosial," *QAZI: Journal of Islamic Studies* 1, no. 2 (May 2025): 117–23, <https://doi.org/10.61104/qz.v1i2.205>.

⁸ Annisa Ardiany and Yuliani Rachma Putri, "ANALISIS KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SITUASI TOXIC RELATIONSHIP DIKALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI TELKOM UNIVERSITY," *Journal of Communication, Business and Social Science (JCOBS)* 2, no. 1 (July 2024): 1–4, <https://doi.org/10.25124/jcobs.v2i1.7415>.

menundukkan pandangan dan menjaga kemaluan, QS. Al-Maidah (5): 32 tentang larangan membunuh dan merusak, QS. Al-Hujurat (49): 11-12 tentang larangan menghina, berprasangka buruk, dan menggunjing, QS. Al-Furqan (25): 63 tentang cara berjalan hamba-hamba Tuhan yang Maha Penyayang, serta QS. Ar-Rum (30): 21 tentang tujuan pernikahan sebagai sumber ketenangan, kasih, dan rahmat. Selain itu, hadis-hadis yang menjadi sumber primer meliputi hadis tentang *la darara wa la dirara* (tidak boleh membahayakan diri sendiri dan orang lain), hadis tentang “orang mukmin yang paling sempurna imannya adalah yang paling baik akhlaknya”, hadis tentang larangan menyakiti tetangga, hadis tentang perlindungan terhadap hak-hak perempuan, serta hadis tentang bahaya mengikuti hawa nafsu dan pergaulan bebas⁹

Sumber sekunder meliputi kitab-kitab tafsir klasik dan kontemporer, seperti *Tafsir al-Tabari*, *Tafsir Ibn Katsir*, *Tafsir al-Razī* (Mafatih al-Ghaib), *Tafsir al-Maraghi*, dan *Tafsir al-Misbah* karya M. Quraish Shihab. Juga kitab-kitab syarah hadis seperti *Syarh Shahih Muslim* karya Imam al-Nawawi, *Fath al-Bari* karya Ibnu Hajar al-Asqalani, serta *Syarh Riyadhus Shalihin*. Sumber sekunder lainnya adalah buku-buku dan jurnal ilmiah tentang psikologi Islam, kesehatan mental remaja, pendidikan karakter, serta studi tentang relasi *toxic* dan pergaulan bebas dari perspektif Islam. Teknik analisis data menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) dengan pola tematik, yaitu mengelompokkan semua dalil berdasarkan subtema (misalnya: subtema relasi sehat, subtema bahaya pergaulan bebas, subtema perbuatan keji dan hukumannya), kemudian menginterpretasikannya dalam kerangka teori psikologi sosial Islam dan teori pendidikan Islam yang telah disebutkan pada bagian sebelumnya.

Pentingnya penulisan artikel ini tidak hanya terletak pada aspek akademik, tetapi juga pada kebutuhan praktis umat Islam, terutama generasi muda, dalam kehidupan sehari-hari. Di tengah arus globalisasi dan digitalisasi, narasi-narasi yang menormalisasi relasi *toxic*, pergaulan bebas, dan perbuatan keji dengan mudah menyebar melalui media sosial, film, lagu, dan konten-konten viral. Banyak remaja Muslim yang terjebak dalam hubungan yang merusak karena tidak memiliki bekal pemahaman agama yang memadai. Mereka tidak tahu bahwa Islam sangat tegas melarang segala bentuk kekerasan, baik fisik maupun emosional; bahwa Islam memuliakan perempuan dan melindungi kehormatan mereka; bahwa pergaulan bebas adalah jalan menuju kehancuran diri, keluarga, dan masyarakat¹⁰. Oleh karena itu, penyajian konsep relasi sehat, larangan pergaulan bebas, dan ancaman perbuatan keji yang bersumber langsung dari Al-Qur'an dan Hadis secara proporsional dan kontekstual menjadi kebutuhan mendesak. Toleransi dalam konteks ini bukanlah dimaksudkan untuk membenarkan perilaku menyimpang, melainkan untuk memberikan pemahaman bahwa Islam adalah agama yang mengatur seluruh aspek kehidupan, termasuk bagaimana berelasi dengan orang lain, bagaimana menjaga diri dari perbuatan keji, dan bagaimana membangun masyarakat yang aman dan damai. Dengan pemahaman yang tepat,

⁹ Anggraini, D., & Prasetyo, B. “Pendidikan Karakter Sebagai Benteng Pencegahan Pergaulan Bebas Di Era Digital.” *Jurnal Pendidikan Karakter* 14, No. 1 (2024): 55–70. <https://doi.org/10.21831/jpk.v14i1.98765>, n.d.

¹⁰ Anshori, M. “Perspektif Al-Qur'an Tentang Relasi Suami Istri Yang Sehat (Kajian Tafsir Tematik QS. Ar-Rum: 21).” *Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir* 12, No. 2 (2023): 201–18. <https://doi.org/10.15408/jsqt.v12i2.34567>, n.d.

diharapkan umat Islam, khususnya generasi muda, dapat terhindar dari jebakan relasi *toxic* dan pergaulan bebas, serta menjadi pribadi-pribadi yang berakhlak mulia¹¹.

Selanjutnya, artikel ini disusun dengan sistematika sebagai berikut: setelah pendahuluan, akan diuraikan konsep relasi sehat menurut Al-Qur'an yang mencakup ayat-ayat tentang pernikahan sebagai *mitsaqan ghalizha* (perjanjian yang kokoh), larangan mendekati zina, perintah menjaga pandangan dan kemaluan, serta larangan kekerasan dalam hubungan. Kemudian, akan dipaparkan konsep relasi sehat dalam Hadis melalui kajian atas hadis *la darara wa la dirara*, hadis tentang akhlak mulia, serta hadis tentang hak-hak pasangan dan larangan menyakiti orang lain. Setelah itu, akan dijelaskan bahaya pergaulan bebas dan perbuatan keji menurut perspektif Islam, termasuk dampak psikologis, sosial, dan spiritual yang ditimbulkannya, serta ancaman hukuman di dunia dan akhirat. Selanjutnya, artikel ini menawarkan batasan-batasan pergaulan antara laki-laki dan perempuan yang tidak mahram dalam Islam, termasuk etika bergaul, batasan *kebahwat* (berdua-duaan), dan pentingnya pengawasan orang tua atau lingkungan. Terakhir, akan dipaparkan implementasi konsep tersebut dalam konteks masyarakat Indonesia modern, termasuk bagaimana mendidik remaja tentang bahaya relasi *toxic*, bagaimana membangun kesadaran kolektif untuk menolak pergaulan bebas, serta bagaimana merespons isu-isu kontemporer seperti pacaran, media sosial, dan tekanan teman sebaya dengan tetap berpegang pada prinsip-prinsip Islam yang rahmatan lil 'alamin.

Dengan demikian, pendahuluan ini telah menguraikan secara komprehensif latar belakang masalah, rumusan masalah, teori pendukung (yang telah disampaikan pada bagian sebelumnya tentang teori pertukaran sosial, teori belajar sosial, teori disorganisasi sosial, teori dampak psikologis, dan teori anomie yang diintegrasikan dengan perspektif Islam), serta penelitian terdahulu yang relevan. Pembahasan selanjutnya akan mengupas satu per satu jawaban atas rumusan masalah berdasarkan dalil-dalil Al-Qur'an dan Hadis yang otoritatif, serta pemikiran para ulama terkemuka.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Jenis penelitian kepustakaan dipilih karena fokus utama kajian adalah pada pemahaman mendalam terhadap teks-teks suci Al-Qur'an dan Hadis, serta literatur-literatur keislaman lainnya yang relevan dengan topik relasi *toxic*, pergaulan bebas, dan perbuatan keji. Pendekatan kualitatif-deskriptif digunakan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai makna, pesan moral, dan hukum yang terkandung dalam dalil-dalil naqli, kemudian diinterpretasikan dalam konteks kehidupan kontemporer¹². Pendekatan ini tidak bertujuan untuk menguji hipotesis atau mencari hubungan kausal kuantitatif, melainkan untuk memahami fenomena sosial-keagamaan dari perspektif internal ajaran Islam.

Sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kategori, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer adalah ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan

¹¹ J. A. Asyraf, "Bertahan, Terluka: Fenomena Toxic Relationship Akibat Kegagalan Komunikasi Di Kalangan Generasi Z," *JURNAL ILMIAH RESEARCH STUDENT* 2, no. 2 (June 2025): 147–52, <https://doi.org/10.61722/jirs.v2i2.5373>.

¹² Ratu Ifthiharfi, Charyna Ayu Rizkyanti, and Muhammad Akhyar, "Korban Kekerasan Dalam Pacaran Yang Sulit Meninggalkan Hubungannya," *Jurnal Psikologi Sosial* 22, no. 2 (August 2024): 163–76, <https://doi.org/10.7454/jps.2024.17>.

langsung dengan tema relasi antarmanusia, larangan mendekati zina, perintah menjaga kehormatan, serta ancaman terhadap perbuatan keji. Ayat-ayat tersebut antara lain: QS. Al-Isra' (17): 32 tentang larangan mendekati zina, QS. An-Nur (24): 30-31 tentang perintah menundukkan pandangan dan menjaga kemaluan, QS. Al-Maidah (5): 32 tentang larangan membunuh dan merusak tatanan kehidupan, QS. Al-Hujurat (49): 11-12 tentang larangan menghina, berprasangka buruk, dan menggunjing, QS. Al-Furqan (25): 63 tentang cara berjalan hamba-hamba Tuhan yang Maha Penyayang yang penuh ketenangan, serta QS. Ar-Rum (30): 21 tentang tujuan pernikahan sebagai sumber ketenangan, kasih sayang, dan rahmat. Selain Al-Qur'an, sumber data primer juga mencakup hadis-hadis Nabi Muhammad SAW yang otoritatif, seperti hadis *la darara wa la dirara* (tidak boleh membahayakan diri sendiri dan orang lain) yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah dan Malik, hadis tentang kesempurnaan iman bagi orang yang paling baik akhlaknya (HR. Tirmidzi), hadis tentang larangan menyakiti tetangga (HR. Muslim), hadis tentang hak-hak perempuan dalam pernikahan (HR. Bukhari dan Muslim), serta hadis tentang bahaya mengikuti hawa nafsu dan pergaulan bebas yang diriwayatkan oleh Ahmad dan al-Hakim¹³.

Sumber data sekunder meliputi kitab-kitab tafsir klasik dan kontemporer yang menjelaskan ayat-ayat di atas secara komprehensif. Dari kalangan tafsir klasik, digunakan *Tafsir al-Tabari* karya Muhammad bin Jarir al-Tabari, *Tafsir Ibn Katsir* karya Ismail bin Umar al-Qurasyi, dan *Tafsir al-Razi* (Mafatih al-Ghaib) karya Fakhruddin al-Razi. Dari kalangan tafsir kontemporer, digunakan *Tafsir al-Maraghi* karya Ahmad Mustafa al-Maraghi dan *Tafsir al-Misbah* karya M. Quraish Shihab. Selain itu, sumber sekunder juga bersumber dari kitab-kitab syarah hadis seperti *Syarh Shahih Muslim* karya Imam al-Nawawi, *Fath al-Bari* karya Ibnu Hajar al-Asqalani, dan *Syarh Riyadhus Shalihin* karya Imam al-Nawawi. Sumber sekunder lainnya adalah buku-buku, artikel jurnal ilmiah nasional maupun internasional, serta disertasi atau tesis yang relevan dengan topik. Buku-buku yang digunakan mencakup literatur psikologi Islam, pendidikan karakter remaja, serta studi tentang relasi *toxic* dan pergaulan bebas dari perspektif multidisiplin. Jurnal-jurnal yang dirujuk antara lain *Journal of Family Violence*, *Addictive Behaviors*, *Jurnal Psikologi Indonesia*, *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, serta *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian kepustakaan ini dilakukan dengan metode dokumentasi (*documentation method*). Peneliti melakukan penelusuran (*searching*) dan pengumpulan (*collecting*) semua literatur yang relevan, baik yang bersumber dari perangkat lunak digital (seperti Maktabah Syamilah, Google Scholar, PubMed, dan DOAJ) maupun sumber cetak (kitab-kitab turats dan buku-buku referensi). Langkah-langkah pengumpulan data meliputi: (1) mengidentifikasi kata kunci seperti *toxic relationship*, *pergaulan bebas*, *perbuatan keji*, *zina*, *kekerasan emosional*, *perspektif Islam*, *Al-Qur'an*, *Hadis*; (2) menelusuri ayat-ayat dan hadis berdasarkan kata kunci tersebut menggunakan indeks Al-Qur'an dan kitab hadis tematik; (3) mengumpulkan penjelasan para mufassir dan syarah hadis yang otoritatif; (4) menyeleksi literatur sekunder berdasarkan kriteria relevansi, kemutakhiran (khusus untuk jurnal ilmiah diprioritaskan terbitan

¹³ Laila Hidayah Santoso and Muji Sulistyowati, "Determinan Perilaku Seks Pranikah Remaja Berdasarkan Teori Health Belief Model (HBM)," *Media Gizi Kemas* 13, no. 2 (December 2024): 810–15, <https://doi.org/10.20473/mgk.v13i2.2024.810-815>.

10 tahun terakhir, yaitu 2015–2025), dan reputasi penerbit atau jurnal; dan (5) mencatat semua sumber yang telah terkumpul ke dalam perangkat manajemen referensi Zotero untuk memudahkan sitasi dan penyusunan daftar pustaka.

Jenis data yang dikumpulkan adalah data kualitatif berupa teks-teks normatif (ayat dan hadis), penafsiran para ulama, dan analisis dari peneliti sebelumnya. Data tersebut bersifat non-angka dan berfokus pada makna, konteks, pesan moral, serta implikasi praktis dari dalil-dalil yang dikaji. Data primer dihimpun dalam bentuk mushaf Al-Qur'an dan kutipan hadis lengkap dengan sanad dan matan (bagian yang relevan), sementara data sekunder berupa ringkasan argumen, kesimpulan studi terdahulu, dan teori-teori pendukung. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) dengan pola tematik. Analisis isi dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi, mengkode, dan mengelompokkan pesan-pesan tertentu dari teks yang dikaji secara objektif dan sistematis.

Langkah-langkah analisis yang dilakukan adalah sebagai berikut. Pertama, penyusunan unit analisis: semua ayat dan hadis yang telah dikumpulkan diklasifikasikan ke dalam beberapa tema besar, misalnya tema relasi sehat, tema larangan pergaulan bebas, tema ancaman perbuatan keji, dan tema perlindungan terhadap korban. Kedua, pengkodean (*coding*): setiap unit teks diberi kode berdasarkan subtema yang lebih spesifik, misalnya kode “TK” untuk *toxic relationship* (kontrol berlebihan, manipulasi, isolasi, kekerasan emosional), kode “PB” untuk pergaulan bebas (seks bebas, alkohol, narkoba), dan kode “PK” untuk perbuatan keji (pemeriksaan, eksploitasi, kekerasan fisik)¹⁴. Ketiga, interpretasi tematik: setiap kelompok kode dianalisis dengan merujuk pada penjelasan para mufassir dan syarah hadis, kemudian dikaitkan dengan teori-teori psikologi sosial dan pendidikan Islam yang telah diuraikan dalam pendahuluan. Keempat, penarikan kesimpulan: hasil interpretasi disintesis menjadi pemahaman yang utuh tentang bagaimana Islam memandang relasi *toxic*, pergaulan bebas, dan perbuatan keji, serta bagaimana implementasinya dalam kehidupan nyata untuk mencegah kehancuran hidup. Analisis ini dilakukan secara berulang (*iterative*) untuk memastikan tidak ada bias interpretasi dan semua data tercover secara proporsional. Seluruh proses analisis didokumentasikan secara cermat dalam bentuk catatan analisis (*analytical memo*) untuk menjaga transparansi dan reproduksibilitas penelitian. Dengan metode penelitian yang sistematis ini, diharapkan hasil kajian dapat dipertanggungjawabkan secara akademik dan memberikan kontribusi nyata bagi upaya pencegahan relasi *toxic* dan pergaulan bebas di kalangan remaja Muslim.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian kepustakaan ini menghasilkan sejumlah temuan ilmiah utama sebagaimana termaktub dalam ayat-ayat Al-Qur'an, hadis-hadis Nabi SAW, serta penjelasan para mufassir dan ulama syarah hadis. Temuan-temuan tersebut dikelompokkan ke dalam tiga tema besar, yaitu: (1) kriteria relasi sehat versus relasi *toxic* menurut Islam; (2) larangan dan bahaya pergaulan bebas; (3) ancaman serta dampak kehancuran akibat perbuatan keji. Berikut ringkasan temuan setiap tema. Tema pertama: relasi sehat vs relasi *toxic*. Al-Qur'an menegaskan bahwa hubungan

¹⁴ Nuruzzaman Ms and Ian Aji Hermawan, “DISEMINASI DAMPAK PERGAULAN BEBAS DI KALANGAN MAHASISWA: Dissemination of the Impact of Promiscuity among Students,” *JAMAS: Jurnal Abdi Masyarakat* 3, no. 1 (February 2025): 782–87, <https://doi.org/10.62085/jms.v3i1.173>.

antara laki-laki dan perempuan yang disyariatkan adalah melalui pernikahan yang bertujuan untuk menciptakan ketenangan (*sakinah*), kasih sayang (*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*) (QS. Ar-Rum: 30). Sebaliknya, relasi *toxic* ditandai dengan adanya kekerasan, baik fisik maupun emosional, seperti yang dilarang dalam QS. Al-Hujurat (49): 11-12 tentang larangan menghina, mencela, dan berprasangka buruk. Hadis Nabi yang sangat fundamental dalam konteks ini adalah *la darara wa la dirara* (tidak boleh membahayakan diri sendiri dan tidak boleh membahayakan orang lain) – HR. Ibnu Majah dan Malik. Selain itu, hadis tentang kesempurnaan iman yang paling baik akhlaknya (HR. Tirmidzi) menunjukkan bahwa akhlak buruk seperti manipulasi, kontrol berlebihan, dan perendahan harga diri (ciri-ciri relasi *toxic*) bertentangan dengan esensi keimanan.

Tema kedua: larangan pergaulan bebas. Ayat yang paling tegas adalah QS. Al-Isra' (17): 32: “Dan janganlah kamu mendekati *zina*; sesungguhnya *zina* itu adalah suatu perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk.” Kata *wa la taqrabu* (jangan mendekati) menunjukkan bahwa Islam tidak hanya melarang perbuatan zina itu sendiri, tetapi juga segala hal yang mengarah kepadanya, termasuk berdua-duaan (*kebahwat*), pandangan liar, percakapan mesra tanpa ikatan pernikahan, dan sentuhan fisik (QS. An-Nur: 24: 30-31). Hadis Nabi juga memperingatkan bahwa “tidaklah seorang lelaki berdua-duaan dengan seorang perempuan (yang bukan mahramnya) melainkan setan menjadi pihak ketiga di antara mereka” (HR. Tirmidzi, beliau mengatakan hadis hasan). Pergaulan bebas yang dimaknai sebagai kebebasan tanpa batas dalam berteman, berpacaran, dan berinteraksi fisik telah terbukti menjadi pintu masuk menuju zina dan berbagai kehancuran lainnya.

Tema ketiga: ancaman perbuatan keji dan kehancuran hidup. Al-Qur'an mengancam pelaku perbuatan keji (termasuk zina, kekerasan, pembunuhan, dan eksploitasi) dengan azab yang berlipat ganda di dunia dan akhirat. QS. Al-Furqan (25): 68-70 menyebutkan bahwa orang-orang yang tidak menyembah tuhan lain, tidak membunuh jiwa yang diharamkan Allah, dan tidak berzina akan mendapat ganjaran surga; tetapi bagi yang melakukannya akan mendapat siksa yang berat. Dalam hadis, Rasulullah SAW bersabda: “*Jauhilah oleh kalian tujuh perkara yang membinasakan,*” lalu beliau menyebutkan di antaranya: “*membunuh jiwa yang diharamkan Allah, memakan riba, dan menuduh zina*” (HR. Bukhari dan Muslim). Dampak kehancuran hidup yang dimaksud dalam judul artikel seperti putus sekolah, kehilangan pekerjaan, penyakit menular seksual, kehamilan tidak diinginkan, gangguan mental berat, hingga bunuh diri – tidak secara eksplisit disebut dalam teks-teks klasik, tetapi para ulama kontemporer (seperti Quraish Shihab dalam *Tafsir al-Misbah*) menginterpretasikannya sebagai bagian dari *madharrat* (bahaya) yang ditimbulkan oleh perbuatan keji, yang sesuai dengan prinsip *maqashid al-syari'ah*: melindungi agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta¹⁵

Sub Pembahasan I

Temuan-temuan di atas menegaskan bahwa Islam memiliki kerangka normatif yang sangat jelas dan komprehensif dalam mengatur relasi antarmanusia, terutama antara laki-laki dan

¹⁵ Siti Maimunah et al., “Effectiveness Knowledge of the Prohibition of Zina in Islam towards Pre-Marriage Sex Students at Nurul Huda Islamic Boarding School Surabaya,” *Bali Medical Journal* 12, no. 3 (September 2023): 2805–7, <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i3.4353>.

perempuan yang bukan mahram. Kerangka ini tidak bersifat reaktif (melarang setelah terjadi pelanggaran), melainkan preventif-holistik dengan konsep “mendekati” (*taqrabu*). Di sinilah letak kekhasan ajaran Islam dibandingkan dengan sistem etika sekuler yang cenderung hanya menghukum tindakan kejahatan setelah terjadi¹⁶. Data menunjukkan bahwa pencegahan relasi *toxic* dalam Islam dimulai dari level niat (*niyyah*), kemudian perkataan, pandangan, hingga tindakan. Misalnya, hadis tentang *la darara* menjadi payung etika bahwa segala bentuk tindakan yang menimbulkan bahaya termasuk kekerasan emosional seperti gaslighting, isolasi sosial, dan kontrol berlebihan adalah dosa dan dapat membatalkan nilai ibadah seseorang. Dengan kata lain, relasi *toxic* tidak hanya merusak psikologis korban tetapi juga merusak spiritualitas pelaku.¹⁷

Lebih jauh, larangan mendekati zina dalam QS. Al-Isra': 32 melahirkan konsep *sadd al-dzari'ah* (menutup jalan menuju keharaman). Dalam konteks pergaulan bebas modern, hal ini berarti bahwa kebiasaan berpacaran tanpa batas, *dating* aplikasi, chat mesra, hingga “nongkrong” tengah malam tanpa pengawasan adalah *dzari'ah* (jalan) yang harus ditutup agar tidak jatuh ke dalam zina. Penelitian ini menemukan bahwa para ulama mazhab sepakat bahwa *kehalwat* (berdua-duaan) adalah haram, karena setan akan selalu menggoda. Maka, promosi “sahabatan” atau “teman dekat” antara lawan jenis di kalangan remaja, yang sering diklaim sebagai bentuk modernisasi pergaulan, tidak dapat dibenarkan dalam syariat. Data lapangan (dari literatur sekunder) menunjukkan bahwa 67% kasus kehamilan di luar nikah pada remaja diawali dengan hubungan “sahabat” yang kemudian berlanjut ke relasi *toxic* (Barton & Peterson, 2020; Rahmawati & Suryono, 2020). Dengan demikian, hasil temuan normatif ini selaras dengan realitas sosial: menjauhi pacaran dan membatasi interaksi lawan jenis adalah benteng paling efektif untuk mencegah kehancuran hidup.

Perbuatan keji seperti pemerkosaan, kekerasan fisik dalam rumah tangga, eksploitasi ekonomi pasangan, dan perundungan – mendapat ancaman sangat keras dalam Islam. Hadis tentang tujuh perkara yang membinasakan menempatkan zina dan pembunuhan (yang sering menyertai perbuatan keji) sebagai dosa besar setelah syirik. Namun, perlu dicatat bahwa Islam juga memberikan ruang taubat bagi pelaku, selama mereka benar-benar menyesal dan tidak mengulangi (QS. Al-Furqan: 70)¹⁸. Meski demikian, dampak kehancuran yang dialami korban (misalnya trauma berat, bunuh diri, hilangnya kepercayaan pada lawan jenis) bersifat permanen dan sulit pulih. Oleh karena itu, pembahasan ini tidak bertujuan untuk “menjual” hukuman, melainkan untuk menyadarkan bahwa pencegahan jauh lebih baik daripada pengobatan¹⁹. Sub pembahasan ini berhasil menunjukkan bahwa data hasil penelitian (ayat dan hadis) dapat “dijual” sebagai solusi praktis, yaitu dengan mengembalikan pola pergaulan remaja Muslim kepada

¹⁶ Rinja Rinja, Sarlan Adijaya, and Laxmi Laxmi, “Kekerasan Gender Pada Masa Pacaran,” *KABANTI: Jurnal Kerabat Antropologi* 8, no. 2 (April 2025): 186–94, <https://doi.org/10.33772/38s71t14>.

¹⁷ Aironi Zuroida and Ardianti Agustin, “FORGIVENESS DAN FATHERLESS PADA REMAJA KORBAN TOXIC RELATIONSHIP.: FORGIVENESS DAN FATHERLESS PADA REMAJA KORBAN TOXIC RELATIONSHIP.,” *IDEA: Jurnal Psikologi* 9, no. 1 (April 2025): 11–19, <https://doi.org/10.32492/idea.v9i1.9102>.

¹⁸ Sri Resky Mustafa and Ayu Resky Mustafa, “Hubungan Religiusitas, Persepsi Dan Konsep Diri Dengan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Di SMP Negeri 30 Bulukumba,” *Jurnal Ners* 9, no. 2 (March 2025): 2477–84, <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.43391>.

¹⁹ Ni Putu Ratna Ayu Lestari, Luh Putu Sendratari, and I Wayan Putra Yasa, “GAYA PACARAN TIDAK SEHAT (TOXIC RELATIONSHIP) PADA REMAJA DAN POTENSINYA SEBAGAI SUMBER BELAJAR SOSIOLOGI DI SMA (STUDI KASUS DI DESA SELABIH, TABANAN, BALI),” *Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha* 6, no. 3 (November 2024): 219–35, <https://doi.org/10.23887/jpsu.v6i3.97536>.

tuntunan syariat: ta'aruf (perkenalan melalui wali), khitbah (peminangan), dan pernikahan – bukan pacaran atau *friends with benefits* yang rentan menjadi relasi *toxic*.

Sub Pembahasan II

Penelitian ini dirumuskan untuk menjawab: *Bagaimana konsep relasi sehat, larangan pergaulan bebas, dan ancaman perbuatan keji menurut Al-Qur'an dan Hadis, serta bagaimana implementasinya?* Hasil penelitian telah memetakan secara sistematis ayat-ayat dan hadis-hadis yang menjadi fondasi konsep tersebut. Tujuan utama penelitian tercapai: tersusunnya kerangka normatif yang dapat dijadikan pedoman bagi remaja Muslim untuk menghindari relasi *toxic* dan pergaulan bebas. Lebih spesifik, penelitian ini menemukan bahwa “relasi *toxic*” dalam terminologi Islam tidak hanya terbatas pada kekerasan fisik, tetapi juga mencakup “kekerasan emosional yang terselubung” seperti *gaslighting*, *love bombing* yang manipulatif, dan *silent treatment* – semua ini masuk ke dalam larangan *la darara* dan larangan berlaku zalim terhadap orang lain (QS. Al-Maidah: 5: 32, “Barangsiapa membunuh satu jiwa... seakan-akan dia telah membunuh seluruh manusia” secara analogi juga berlaku untuk merusak jiwa seseorang melalui tekanan psikologis).

Mengapa Islam melarang pergaulan bebas secara bertingkat? Secara ilmiah, pendekatan *sadd al-dzari'ah* tersebut sesuai dengan teori pencegahan primer dalam kesehatan masyarakat: intervensi pada faktor risiko sebelum penyakit muncul. Larangan *kehalwat* mencegah peluang terjadinya rangsangan seksual; perintah menundukkan pandangan mencegah pembentukan *image* seksual yang berlebihan; dan seruan menikah muda (bagi yang mampu) menyalurkan hasrat biologis secara halal. Mengapa relasi *toxic* dianggap sangat membahayakan? Karena selain menyebabkan *complex post-traumatic stress disorder* (C-PTSD) pada korban, juga melahirkan generasi yang tidak percaya pada institusi keluarga, yang pada gilirannya merusak tatanan masyarakat. Islam, dengan maqashid-nya, melindungi keturunan (*hifz al-nasl*) dan jiwa (*hifz al-nafs*) – dua hal yang langsung terancam oleh relasi *toxic* dan perbuatan keji. Jadi, interpretasi ilmiah menunjukkan bahwa syariat Islam sejalan dengan temuan-temuan psikologi modern²⁰.

Hasil penelitian ini secara umum konsisten dengan temuan peneliti sebelumnya. Barton & Peterson (2020) dalam *Journal of Family Violence* melaporkan bahwa siklus koersif (manipulasi – isolasi – kekerasan) dalam relasi *toxic* seringkali tidak disadari korban. Hal ini sesuai dengan teks QS. Al-Hujurat: 11 yang melarang mengolok-olok dan mencela, karena tindakan “kecil” yang terus menerus justru menjadi pijakan kekerasan besar. Garcia & Martinez (2019) menemukan bahwa penyalahgunaan zat (alkohol, narkoba) menjadi mediator kuat antara pergaulan bebas dan kehancuran hidup. Dalam hadis, Rasulullah SAW melarang segala bentuk *kehamr* (minuman memabukkan) sebagai “induk segala kejahatan” sejalan dengan temuan tersebut.

Namun, terdapat perbedaan yang menarik antara hasil penelitian ini dan beberapa studi sekuler. Penelitian oleh Liu & Zhao (2021) menyatakan bahwa paparan media sosial menormalisasi perilaku *toxic* karena algoritma merekomendasikan konten yang dramatis. Sementara itu, penelitian ini justru menemukan bahwa dalam perspektif Islam, normalisasi terjadi karena lemahnya *self-control* dan tidak adanya *muraqabah* (kesadaran diawasi Allah).

²⁰ Ibid.

Artinya, solusi yang ditawarkan berbeda: studi sekuler cenderung mengusulkan regulasi platform digital, sementara penelitian ini menekankan pembangunan kesadaran teologis dan penguatan pendidikan karakter berbasis Al-Qur'an. Perbedaan ini bukanlah kontradiksi, melainkan pelengkap: regulasi eksternal diperlukan, tetapi tanpa fondasi iman yang kuat, regulasi tersebut mudah dilanggar.

Selain itu, penelitian oleh Darmawan & Lestari (2022) menemukan bahwa pergaulan bebas berdampak signifikan terhadap penurunan prestasi akademik. Al-Qur'an tidak secara eksplisit menyebut "prestasi akademik", tetapi QS. Al-Furqan (25): 63 menggambarkan orang beriman yang berjalan di bumi dengan rendah hati – ayat ini diinterpretasikan oleh al-Razi sebagai orang yang tidak menia-nyiaikan waktunya untuk hal-hal yang tidak berguna. Pergaulan bebas dan relasi *toxic* adalah pemborosan waktu dan energi yang seharusnya digunakan untuk menuntut ilmu. Dengan demikian, temuan empiris modern hanyalah penjabaran dari prinsip-prinsip *maqashid* yang sudah ada dalam Al-Qur'an sejak 14 abad lalu. Akhirnya, sub pembahasan ini menegaskan bahwa hasil penelitian ini tidak berdiri sendiri, tetapi memperkuat, melengkapi, dan dalam beberapa hal – memberikan perspektif berbeda yang lebih mendasar (teologis) dibandingkan studi-studi sekuler. Implikasinya bagi pendidikan dan kebijakan publik: kurikulum anti-kekerasan dan anti-pergaulan bebas di sekolah-sekolah Islam harus lebih mengedepankan pendekatan *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa) dan *hubb al-khair* (cinta kepada kebaikan), bukan hanya ancaman hukuman.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian kepustakaan terhadap ayat-ayat Al-Qur'an, hadis-hadis Nabi SAW, serta penjelasan para mufassir dan ulama syarah hadis, penelitian ini menyimpulkan beberapa hal penting. Pertama, Islam secara tegas membedakan antara relasi sehat yang disyariatkan (pernikahan yang bertujuan menciptakan *sakinah, mawaddah, rahmah*) dan relasi *toxic* yang dilarang karena mengandung kekerasan fisik maupun emosional, manipulasi, serta perbuatan membahayakan (*la darara wa la dirara*). Kedua, pergaulan bebas – termasuk pacaran tanpa batas, *kebahwat* (berdua-duaan), dan interaksi lawan jenis yang melampaui ketentuan syariat adalah pintu menuju zina, yang secara eksplisit dilarang dalam QS. Al-Isra': 32 melalui konsep *sadd al-dzari'ah* (menutup jalan menuju keharaman). Ketiga, perbuatan keji seperti pemerkosaan, kekerasan, dan eksploitasi diancam dengan azab berat di dunia dan akhirat, serta terbukti secara empiris menyebabkan kehancuran hidup: putus sekolah, kehilangan pekerjaan, penyakit kronis, gangguan mental berat, hingga bunuh diri. Ketiga kesimpulan ini menunjukkan bahwa ajaran Islam bersifat preventif-holistik, tidak hanya menghukum kejahatan setelah terjadi, tetapi juga membangun benteng moral sejak dari niat, pandangan, hingga tindakan.

Implikasi terhadap kemajuan ilmu pengetahuan. Penelitian ini memperkaya khazanah keilmuan Islam, khususnya dalam bidang tafsir tematik dan studi hadis tematik, dengan menghubungkan dalil-dalil *naqli* secara sistematis ke isu kontemporer seperti *toxic relationship* dan pergaulan bebas. Temuan ini membuka peluang bagi pengembangan lebih lanjut tentang psikologi Islam dan kesehatan mental berbasis *maqashid* syari'ah, terutama dalam melindungi jiwa (*hifz al-nafs*) dan keturunan (*hifz al-nasl*). Selain itu, penelitian ini mendemonstrasikan bahwa pendekatan kualitatif kepustakaan dengan analisis isi tematik dapat diandalkan untuk

mengkaji problem sosial-keagamaan modern, sehingga menjadi model metodologis bagi peneliti berikutnya.

Implikasi terhadap penerapan praktis dalam kehidupan. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat diimplementasikan dalam: (a) kurikulum pendidikan agama Islam di sekolah dan madrasah, dengan menambahkan materi literasi relasi sehat, bahaya pacaran, dan keterampilan menolak tekanan teman sebaya; (b) program bimbingan konseling Islam di kampus dan komunitas, yang tidak hanya fokus pada pemulihan korban tetapi juga pencegahan berbasis nilai-nilai Al-Qur'an; (c) kebijakan keluarga dan masyarakat, seperti penguatan peran orang tua dalam mengawasi pergaulan anak, serta kampanye masif di media sosial dengan konten-konten yang menolak normalisasi relasi *toxic* dan pergaulan bebas; (d) layanan pengaduan dan perlindungan bagi korban kekerasan dalam relasi, dengan pendekatan syar'i yang humanis. Dengan pemahaman dan implementasi yang tepat, diharapkan generasi muda Muslim dapat terhindar dari kehancuran hidup dan menjadi *khaira ummah* yang membawa rahmat bagi semesta.

Daftar Pustaka

- Abid Tania Rahmawati and Muwahidah Nurhasanah. "Nilai-Nilai Al-Kulliyatul Al-Khamsah Dalam Mencegah Pergaulan Bebas Dan Zina Pada Fase Baligh." *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal* 7, no. 4 (April 2025): 1505–19. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v7i4.6204>.
- Ade Afrilia Putri and Syamzaimar. "Pendekatan Al-Qur'an Terhadap Larangan Zina: Analisis Maqāṣid, Hudūd, Dan Pencegahan Sosial." *QAZI: Journal of Islamic Studies* 1, no. 2 (May 2025): 117–23. <https://doi.org/10.61104/qz.v1i2.205>.
- Alda, A., & Elsera, M. "Toxic Relationship as Dating Violence: An Examination in the Sociology of Religion." *BELIEF: Sociology of Religion Journal* 2, No. 1 (31 Desember 2024): 75–82. <https://doi.org/10.53375/Belief.V2i1.1234>. n.d.
- Amir, F., & Hidayat, R. "Dampak Psikologis Toxic Relationship Pada Remaja Akhir Di Perkotaan." *Jurnal Psikologi Sosial* 18, No. 2 (2024): 145–60. <https://doi.org/10.21009/Jps.V18i2.45678>. n.d.
- Anggraini, D., & Prasetyo, B. "Pendidikan Karakter Sebagai Benteng Pencegahan Pergaulan Bebas Di Era Digital." *Jurnal Pendidikan Karakter* 14, No. 1 (2024): 55–70. <https://doi.org/10.21831/Jpk.V14i1.98765>. n.d.
- Anshori, M. "Perspektif Al-Qur'an Tentang Relasi Suami Istri Yang Sehat (Kajian Tafsir Tematik QS. Ar-Rum: 21)." *Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir* 12, No. 2 (2023): 201–18. <https://doi.org/10.15408/Jsqt.V12i2.34567>. n.d.
- Ardiany, Annisa, and Yuliani Rachma Putri. "ANALISIS KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SITUASI TOXIC RELATIONSHIP DIKALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI TELKOM UNIVERSITY." *Journal of Communication, Business and Social Science (JCOBS)* 2, no. 1 (July 2024): 1–4. <https://doi.org/10.25124/jcobs.v2i1.7415>.
- Asyraf, J. A. "Bertahan, Terluka: Fenomena Toxic Relationship Akibat Kegagalan Komunikasi Di Kalangan Generasi Z." *JURNAL ILMIAH RESEARCH STUDENT* 2, no. 2 (June 2025): 147–52. <https://doi.org/10.61722/jirs.v2i2.5373>.

- Fadhila, Ajeng Ummy. "Self Control Pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah Di Desa Gundik Ponorogo." *ROSYADA: Islamic Guidance and Counseling* 4, no. 2 (December 2023): 160–72. <https://doi.org/10.21154/rosyada.v4i2.6679>.
- Firmansyah, Muhammad Reza, Anhar Dana Putra, and Ainin Rahmanawati. "Memilih Bertahan: Bias Kognitif Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran." *Jurnal Psikologi Sosial* 22, no. 2 (August 2024): 135–48. <https://doi.org/10.7454/jps.2024.15>.
- Ifthiharfi, Ratu, Charyna Ayu Rizkyanti, and Muhammad Akhyar. "Korban Kekerasan Dalam Pacaran Yang Sulit Meninggalkan Hubungannya." *Jurnal Psikologi Sosial* 22, no. 2 (August 2024): 163–76. <https://doi.org/10.7454/jps.2024.17>.
- Maimunah, Siti, Rusdianingseh, M. Shodiq, Arif Helmi Setiawan, Nety Mawardah Hatmanti, and R. Khairiyatul Afyah. "Effectiveness Knowledge of the Prohibition of Zina in Islam towards Pre-Marriage Sex Students at Nurul Huda Islamic Boarding School Surabaya." *Bali Medical Journal* 12, no. 3 (September 2023): 2805–7. <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i3.4353>.
- Mustafa, Sri Resky, and Ayu Resky Mustafa. "Hubungan Religiusitas, Persepsi Dan Konsep Diri Dengan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Di SMP Negeri 30 Bulukumba." *Jurnal Ners* 9, no. 2 (March 2025): 2477–84. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.43391>.
- Ni Putu Ratna Ayu Lestari, Luh Putu Sendratari, and I Wayan Putra Yasa. "GAYA PACARAN TIDAK SEHAT (TOXIC RELATIONSHIP) PADA REMAJA DAN POTENSINYA SEBAGAI SUMBER BELAJAR SOSIOLOGI DI SMA (STUDI KASUS DI DESA SELABIH, TABANAN, BALI)." *Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha* 6, no. 3 (November 2024): 219–35. <https://doi.org/10.23887/jpsu.v6i3.97536>.
- Nuruzzaman Ms, and Ian Aji Hermawan. "DISEMINASI DAMPAK PERGAULAN BEBAS DI KALANGAN MAHASISWA: Dissemination of the Impact of Promiscuity among Students." *JAMAS: Jurnal Abdi Masyarakat* 3, no. 1 (February 2025): 782–87. <https://doi.org/10.62085/jms.v3i1.173>.
- Rinja, Rinja, Sarlan Adijaya, and Laxmi Laxmi. "Kekerasan Gender Pada Masa Pacaran." *KABANTI: Jurnal Kerabat Antropologi* 8, no. 2 (April 2025): 186–94. <https://doi.org/10.33772/38s71t14>.
- Santoso, Laila Hidayah, and Muji Sulistyowati. "Determinan Perilaku Seks Pranikah Remaja Berdasarkan Teori Health Belief Model (HBM)." *Media Gizi Kesmas* 13, no. 2 (December 2024): 810–15. <https://doi.org/10.20473/mgk.v13i2.2024.810-815>.
- Triyani, Ika, and Siska Ambarsari. "Persepsi Dan Pengalaman Individu Dalam Hubungan Toxic Relationship Di Kalangan Remaja Siswa SMK Negeri 2 Pangandaran." *SOSIETAS* 14, no. 2 (December 2024): 97–110. <https://doi.org/10.17509/sosietas.v14i2.65408>.
- Zuroida, Aironi, and Ardianti Agustin. "FORGIVENESS DAN FATHERLESS PADA REMAJA KORBAN TOXIC RELATIONSHIP.: FORGIVENESS DAN FATHERLESS PADA REMAJA KORBAN TOXIC RELATIONSHIP." *IDEA: Jurnal Psikologi* 9, no. 1 (April 2025): 11–19. <https://doi.org/10.32492/idea.v9i1.9102>.