

ABSTRAK

Toxic relationship merupakan suatu hubungan yang dimana menyebabkan suatu dampak tidak sehat, baik itu bagi fisik maupun bagi kondisi mental seseorang. Orang yang terlibat dalam hubungan berbahaya dapat mengalami depresi karena kondisi psikologis dan hati yang buruk. Korban juga dapat membenci dirinya sendiri karena perlakuan negatif yang diberikan pasangannya kepadanya. Hal ini menyebabkan kondisi fisik dan mental yang dapat menyebabkan konflik internal, yang dapat menyebabkan depresi dan kecemasan. Kadang-kadang, remaja tidak menyadari bahwa mereka terjebak dalam hubungan yang tidak sehat, tetapi mereka memilih untuk melanjutkannya.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengambilan data melalui wawancara, observasi, dan studi pustaka. Perancangan buku visual *self-help* merupakan sebuah media edukatif untuk remaja khususnya perempuan yang bertujuan untuk mengedukasi para remaja untuk meningkatkan kesadaran diri mereka serta menghindari dan menghindari hubungan yang tidak sehat. Media ini membahas definisi hubungan berbahaya hingga hubungan yang sehat. Selain membantu proses penyampaian, ilustrasi disertakan untuk menarik perhatian pembaca.

Kata kunci: Toxic Relationship, Remaja, Buku *Self-help*