

BAB I

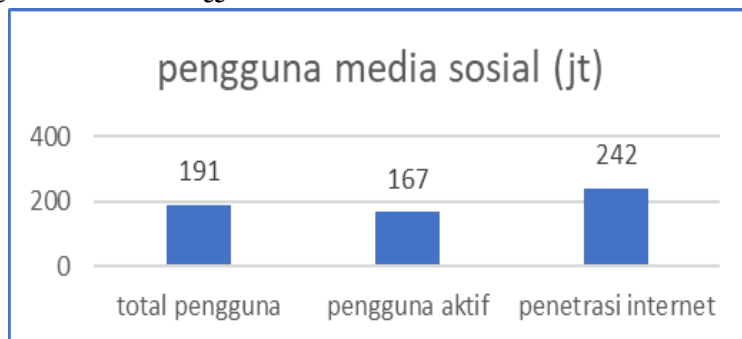
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada dasarnya, manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup tanpa bantuan orang lain. manusia diberkahi dengan nalar dan keterampilan sosial, seperti kemampuan berkomunikasi, berbagi cerita, dan berbagi informasi satu sama lain. Tanpa adanya komunikasi, hubungan sosial tidak akan terjadi (Soekanto & Sulistyowati, 2013). Hubungan sosial antarindividu maupun kelompok dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung melalui media internet. Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering berinteraksi dengan orang tua, teman, maupun orang lain, tujuannya adalah untuk membangun kedekatan emosional dan menciptakan rasa nyaman karena dukungan serta motivasi dari orang-orang terdekat dapat memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan emosional dan sosial remaja. Dengan adanya dukungan yang positif, mereka dapat lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai tantangan serta membangun hubungan yang sehat.

Interaksi sosial merupakan bagian penting dalam membentuk relasi antar individu, pada dasarnya setiap individu terlibat dalam interaksi untuk memenuhi kebutuhan sosialnya. Penting untuk disadari bahwa kondisi emosional setiap orang berbeda-beda, dalam berinteraksi, seseorang memerlukan dukungan emosional, kepekaan, maupun empati. Seiring berjalannya waktu, kebiasaan dan pola interaksi sosial cenderung mengalami perubahan, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kehidupan seorang remaja. Ketika seorang remaja dalam masa pubertas remaja cenderung mengalami berbagai masalah seperti *overthinking* berlebih, marah dan kesedihan, pada kondisi seperti ini mereka umumnya membutuhkan teman untuk mendengarkan ceritanya. Akan tetapi, tidak jarang lawan bicara justru membalikkan keadaan dengan memberikan lontaran kata/motivasi yang berlebihan tanpa benar-benar memahami atau mengakui perasaan orang yang sedang bersedih dan karena respon yang tidak sesuai dengan yang diharapkan hal itu dapat mengakibatkan orang yang awalnya terbuka akan berubah menjadi tertutup dikemudian hari dan memilih berdiam diri apabila mengalami masalah dan memungkinkan mencari tempat dimana dia bisa mengekspresikan emosinya salah satunya media sosial (Putra, 2023).

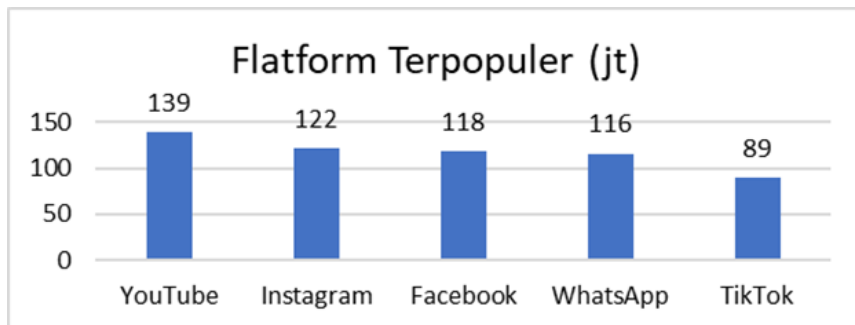
Memasuki abad ke-21, dunia mengalami transformasi besar-besaran dalam struktur sosial dan komunikasi. Salah satu perubahan utama adalah berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi secara pesat. Perubahan ini tidak hanya berdampak pada cara manusia bekerja dan belajar, tetapi juga pada cara manusia berinteraksi. Media sosial seperti *Instagram*, *TikTok*, *WhatsApp*, dan *platform* lainnya telah menjadi ruang baru bagi remaja dalam membentuk dan membangun relasi sosial. (Panggabean, 2024)



Gambar 1. Data Pengguna Media Sosial

Sumber : databoks.katadata.co.id.

Dikutip dari (Panggabean, 2024) data penggunaan media sosial tahun 2024 menurut databoks.katadata.co.id. adalah sebanyak 191 juta total pengguna (73.7% dari populasi). 167 juta pengguna aktif (64.3% dari populasi) dan penetrasi Internet sebanyak 242 juta pengguna (93.4% dari populasi).



Gambar 2. Data Platform Media Sosial Terpopuler

Sumber : databoks.katadata.co.id.

Adapun Platform Media Sosial Terpopuler seperti Youtube 139 juta pengguna (53.8% dari populasi), Instagram 122 juta pengguna (47.3% dari populasi), Facebook 118 juta pengguna (45.9% dari populasi), Whatsapp : 116 juta pengguna (45.2% dari populasi) dan Tiktok 89 juta pengguna (34.7% dari populasi)

Sementara dari segi umur sendiri, pengguna media sosial didominasi oleh usia 18-34 tahun (54.1%), dengan jenis kelamin perempuan (51.3%) sementara laki-laki (48.7%). Frekuensi penggunaan masyarakat Indonesia rata-rata menghabiskan 3 jam 14 menit per hari dan 81% mengaksesnya setiap hari. Aktivitas yang sering dilakukan pun beragam mulai dari berbagi foto/video (81%), komunikasi (79%), berita/informasi (73%), hiburan (68%), belanja online (61%).

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Kominfo dan UNICEF (Pers, 2014) menunjukkan bahwa setidaknya 30 juta anak-anak dan remaja di Indonesia menggunakan internet dan media digital sebagai cara utama untuk berkomunikasi. Hasil studi menunjukkan bahwa 80% responden adalah pengguna internet dan bahwa 98% anak-anak dan remaja yang disurvei tahu tentang internet dan 79.5% merupakan pengguna internet. Penelitian tersebut dilaksanakan oleh Kementerian Kominfo dengan menelusuri aktivitas online dari sampel anak dan remaja usia 10-19 tahun sebanyak 400 responden yang tersebar di seluruh negeri. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget oleh anak-anak dan remaja lebih tinggi dibandingkan dengan orang dewasa.

Berdasarkan dari data diatas dapat diketahui masyarakat sekarang cenderung menggunakan sosial media sebagai media interaksi baik di berbagai kalangan khususnya pada remaja. Jejaring sosial atau media sosial telah mengubah cara manusia berinteraksi satu sama lain. Platform seperti Instagram, Facebook, Youtube, TikTok, dan WhatsApp memungkinkan individu untuk terhubung, berbagi pengalaman, dan mengekspresikan diri mereka dalam ruang digital yang lebih luas. Media sosial memberikan kesempatan bagi penggunanya untuk menciptakan identitas online yang sering kali berbeda dengan identitas mereka di dunia nyata. Di balik kemudahan dan manfaat yang ditawarkan, media sosial juga membawa dampak negatif, seperti tekanan sosial, perbandingan sosial, dan munculnya berbagai fenomena psikologis yang memengaruhi penggunaannya.

Secara normatif (das sollen), interaksi sosial di kalangan siswa seharusnya berlangsung secara sehat, terbuka, dan empatik. Sekolah sebagai ruang sosial idealnya menjadi tempat yang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan, baik positif maupun negatif. Relasi pertemanan seharusnya dibangun atas dasar kepercayaan, keterbukaan, dan saling memahami.

Dalam kondisi yang ideal, siswa mampu mengungkapkan kesedihan, kekecewaan, tekanan akademik, maupun konflik sosial tanpa rasa takut dihakimi atau dianggap lemah. Interaksi sosial yang sehat memungkinkan terjadinya validasi emosional, yakni pengakuan bahwa setiap emosi yang dirasakan individu adalah wajar dan memiliki ruang untuk diekspresikan.

Namun secara empiris (das sein), realitas menunjukkan adanya pergeseran pola interaksi sosial di kalangan remaja. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah struktur hubungan sosial masyarakat modern. Dalam teori masyarakat jaringan yang dikemukakan oleh Manuel Castells, masyarakat kontemporer bergerak dari *space of places* (ruang tempat) menuju *space of flows* (ruang aliran). *Space of places* merujuk pada interaksi sosial yang berlangsung dalam ruang fisik seperti sekolah, keluarga, dan lingkungan pertemanan, sedangkan *space of flows* merujuk pada ruang interaksi berbasis aliran informasi digital yang melintasi batas ruang dan waktu melalui media sosial dan jaringan internet. Perubahan ini menjadikan siswa hidup dalam dua ruang sosial sekaligus, yakni ruang nyata dan ruang digital, yang keduanya memiliki logika interaksi yang berbeda.

Saat ini banyak remaja yang memiliki akun sosial media diberbagai *platform* internet. (Ayub 2022) menyimpulkan bahwa media sosial memiliki dampak ganda meskipun dapat memperluas jaringan pertemanan, media sosial juga dapat menciptakan jarak dalam interaksi langsung mereka menggunakan untuk mencari relasi dan terhubung dengan banyak orang diluar sana, namun tidak jarang orang menggunakan sosial media hanya untuk mengekspresikan diri dan mengabadikan momen bahagia mereka melalui unggahan, komentar dan hal lainnya meskipun kenyataannya tidak demikian. Fenomena ini dikenal sebagai *toxic positivity*, yaitu keadaan di mana seseorang dipaksa untuk selalu berpikir positif tanpa diberi ruang untuk mengekspresikan emosi negatifnya secara sehat.

Perilaku *toxic positivity* dapat memperburuk masalah kesehatan mental akibat memanipulasi keadaan sebenarnya dengan dengan perasaan positif sehingga perasaan negatif akan menjadi bom waktu jika cenderung berdiam diri. Remaja yang mengalami kondisi seperti ini cenderung menutup diri dan biasanya memilih-milih tempat dan kondisi untuk mengungkapkan perasaan mereka baik dengan curhat dengan teman dekat atau keluarga maupun berinteraksi melalui media sosial. Ketika mereka merasa didengar oleh orang terdekatnya maka mereka akan menghabiskan waktu untuk berinteraksi dengan orang terdekatnya begitupula sebaliknya jika justru mereka merasa tidak terdengar maka mereka akan mencari tempat dimana dia bisa mengekspresikan emosinya, salah satunya adalah dengan berinteraksi dan menghabiskan waktu melalui *gadget* di media sosial. Mereka berinteraksi dengan teman-teman daring, meluapkan emosi, kesedihan, dan amarahnya baik melalui postingan atau komentar pada konten tertentu. Media sosial menjadi tempat pelarian bagi mereka untuk mencari validasi, dukungan, atau sekadar melepaskan beban emosional yang tidak bisa mereka ungkapkan di dunia nyata.

Fenomena tersebut juga tidak terlepas dari dinamika kehidupan pelajar di lingkungan sekolah menengah atas. Sekolah sebagai salah satu lingkungan sosial yang paling dekat dengan kehidupan remaja memiliki peran penting dalam membentuk pola interaksi, cara berkomunikasi, serta cara siswa merespons tekanan sosial. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ratnayani, 2022) menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* oleh siswa SMA di jam belajar akhir minggu yaitu 2-4 jam per hari atau sebanyak 50.6%. Kemudian, penggunaan *gadget* oleh siswa di luar jam belajar akhir minggu yaitu 2-4 jam per hari atau sebanyak 42.5% dan penggunaan *gadget* pada akhir pekan meningkat menjadi lebih dari 4 jam per hari dengan jumlah presentase sebanyak 54%. Ini menunjukkan bahwa peran *gadget* mendominasi dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan *gadget* oleh siswa menimbulkan perhatian yang signifikan karena dapat memengaruhi interaksi sosial. Oleh karena itu, diperlukan perhatian khusus terhadap bagaimana interaksi sosial yang terjadi di lingkungan sekolah dapat berpengaruh terhadap perilaku remaja, khususnya terkait

munculnya perilaku *toxic positivity*.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti kemudian melakukan observasi awal di SMA Negeri 1 Barru untuk melihat bagaimana bentuk interaksi sosial siswa serta kecenderungan munculnya perilaku *toxic positivity* baik dalam interaksi langsung maupun melalui media sosial. observasi ini dilakukan pada sejumlah guru dan siswa sebagai informan awal dengan tujuan memperoleh gambaran umum mengenai dinamika interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah. Dari hasil observasi yang dilakukan, sebagian guru mengamati bahwa masih terdapat siswa yang kurang terbuka dalam mengekspresikan emosi negatifnya dan cenderung menampilkan citra diri yang selalu terlihat baik, kuat, dan bahagia, baik dalam pergaulan di sekolah maupun pada akun media sosialnya. Beberapa siswa juga mengungkapkan bahwa mereka merasa harus terlihat "baik-baik saja" dan tetap menampilkan sisi positif dalam kondisi apapun meskipun hal itu berlawanan dengan kondisi sebenarnya.

Selain itu, observasi awal menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang cukup tinggi sebagai sarana komunikasi dan interaksi. temuan ini sejalan dengan sejumlah literatur yang menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berkaitan erat dengan status mental remaja dan pola interaksi sosial mereka. penggunaan media sosial yang intens dapat meningkatkan risiko status mental *borderline* dan *abnormal* pada remaja, sehingga implikasinya bukan hanya pada frekuensi penggunaan, tetapi juga pada kondisi psikologis siswa (Fitri 2025). Kondisi tersebut memungkinkan terjadinya fenomena perbandingan sosial, tekanan sosial, serta kecenderungan membentuk citra positif yang berlebihan pada diri remaja, termasuk munculnya perilaku *toxic positivity*.

SMA Negeri 1 Barru dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan salah satu sekolah unggulan di Kabupaten Barru dengan jumlah siswa yang cukup besar, lingkungan sosial yang beragam, serta aktivitas interaksi siswa yang dinamis baik di dunia nyata maupun di media sosial. Berdasarkan hasil observasi, sekolah ini dinilai representatif untuk menggambarkan fenomena interaksi sosial dengan perilaku *toxic positivity* pada kalangan remaja sekolah menengah atas. karakteristik siswa yang sesuai dengan fokus penelitian menjadikan SMA Negeri 1 Barru sebagai lokasi yang relevan untuk dilakukan penelitian ini. Dengan demikian, peneliti memandang bahwa SMA Negeri 1 Barru merupakan tempat yang tepat untuk mengkaji **Pengaruh Interaksi Sosial terhadap Perilaku Toxic Positivity Siswa SMA Negeri 1 Barru di Dunia Nyata dan Media Sosial.**

Sejumlah penelitian terdahulu telah membahas *toxic positivity* dalam kaitannya dengan kesehatan mental, tekanan sosial di media sosial, serta pengalaman individu yang merasa tidak tervalidasi secara emosional. Namun sebagian besar penelitian tersebut lebih menempatkan *toxic positivity* sebagai persoalan psikologis individual, bukan sebagai fenomena yang terbentuk melalui struktur dan dinamika interaksi sosial. Selain itu, kajian yang mengintegrasikan fenomena *toxic positivity* dengan teori masyarakat jaringan dalam konteks siswa sekolah menengah masih relatif terbatas. Padahal, dalam perspektif sosiologi, perilaku individu tidak dapat dilepaskan dari jaringan relasi sosial yang membentuknya. Kesenjangan tersebut menunjukkan bahwa masih diperlukan penelitian yang secara spesifik menganalisis bagaimana interaksi sosial berpengaruh terhadap munculnya perilaku *toxic positivity* pada siswa. Remaja sekolah menengah merupakan kelompok yang sedang berada pada fase pembentukan identitas dan sangat dipengaruhi oleh pengakuan sosial, sehingga mereka menjadi kelompok yang relevan untuk dikaji. Intensitas interaksi, tingkat kepercayaan, keterbukaan, serta dampak emosional dari relasi sosial yang mereka bangun dapat menjadi faktor penting dalam memahami kecenderungan munculnya *toxic positivity*.

Dengan demikian, penelitian mengenai pengaruh interaksi sosial terhadap perilaku *toxic positivity* siswa menjadi penting untuk dilakukan. Kajian ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan ilmu sosiologi, khususnya dalam memahami dinamika masyarakat jaringan di

kalangan remaja, tetapi juga memiliki relevansi praktis dalam dunia pendidikan. Pemahaman mengenai bagaimana pola interaksi sosial membentuk kecenderungan *toxic positivity* dapat menjadi dasar bagi sekolah dan orang tua dalam membangun lingkungan yang lebih suportif dan sehat secara emosional. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengkaji secara empiris pengaruh interaksi sosial siswa SMA Negeri 1 Barru di dunia nyata dan media sosial terhadap perilaku *toxic positivity*, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika emosional remaja dalam masyarakat jaringan.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang ingin diteliti pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran interaksi sosial siswa SMAN 1 Barru di dunia nyata dan media sosial?
2. Bagaimana gambaran perilaku *Toxic Positivity* siswa SMAN 1 Barru di dunia nyata dan media sosial?
3. Bagaimana pengaruh interaksi sosial terhadap perilaku *Toxic Positivity* siswa SMAN 1 Barru di dunia nyata dan media sosial?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran interaksi sosial siswa SMAN 1 Barru di dunia nyata dan media sosial.
2. Untuk mengetahui gambaran perilaku *Toxic Positivity* siswa SMAN 1 Barru di dunia nyata dan media sosial.
3. Untuk mengetahui pengaruh interaksi sosial terhadap perilaku *Toxic Positivity* siswa SMAN 1 Barru di dunia nyata dan media sosial.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis, diharapkan penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang Sosiologi. Hasil penelitian ini menambah kajian mengenai pengaruh interaksi Sosial terhadap perilaku *Toxic Positivity*, serta memperkaya penerapan teori masyarakat jejaring Manuel Castell
2. Manfaat Akademis, diharapkan penelitian ini dapat berguna sebagai referensi peneliti selanjutnya, sumber rujukan dan data awal, serta sumber literatur mengenai *Toxic Positivity*
3. Manfaat Praktis, sebagai informasi bagaimana interaksi sosial dapat menyebabkan seseorang terjebak dalam perilaku *Toxic Positivity*, menjadi dasar dalam melakukan pencegahan dan penanganan diri terhadap dampak negatnya terhadap seseorang.

1.5 Interaksi Sosial. Konsep dan teori

a. Pengertian interaksi sosial

Menurut Soerjono soekanto dalam buku sosiologi suatu pengantar dikatakan bahwa interaksi sosial adalah hubungan-hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antar individu dan individu, individu dan kelompok, maupun kelompok dan kelompok (Soekanto & Sulistyowati, 2013). Secara umum, manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat terlepas dari interaksi, karena melalui interaksi inilah individu dapat membangun identitas, memperoleh informasi, serta memenuhi kebutuhan emosional dan sosialnya.

Saat ini manusia mulai bertransisi antara dunia nyata dan media sosial. Interaksi yang sebelumnya didominasi oleh komunikasi langsung kini semakin banyak terjadi dalam ruang digital melalui media sosial, *platform* pesan instan, dan berbagai bentuk komunikasi virtual lainnya. Perkembangan teknologi dan media sosial telah mempengaruhi perilaku dan pola pikir masyarakat. Media sosial seperti *Instagram*, *Facebook*, dan *Twitter* telah menjadi *platform* yang efektif untuk menyebarkan pemikiran positif dan inspiratif. Namun, di balik itu, juga terdapat dampak negatif seperti peningkatan stres, kecemasan, dan perasaan tidak cukup (Henlein, 2010). Jika manusia tidak berinteraksi, maka fungsi sosialnya akan melemah atau bahkan hilang, mengingat bahwa eksistensi manusia dalam masyarakat sangat bergantung pada hubungan yang mereka bangun dengan orang lain. Menurut Soerjono Soekanto syarat terjadinya interaksi sosial adalah adanya kontak sosial dan adanya komunikasi.

Kontak sosial

Kata kontak berasal dari bahasa Latin *con* atau *cum* (yang artinya bersama-sama) dan *tangō* (yang artinya menyentuh) jadi, artinya secara harfiah adalah bersama-sama menyentuh. Secara fisik, kontak baru terjadi apabila terjadi hubungan badaniah. Sebagai gejala sosial itu tidak perlu berarti suatu hubungan badaniah, karena orang dapat mengadakan hubungan dengan pihak lain tanpa menyentuhnya, seperti misalnya, dengan cara berbicara dengan pihak lain tersebut. Apabila dengan perkembangan teknologi dewasa ini, orang-orang dapat berhubungan satu dengan lainnya melalui telepon, telegraf, radio, surat, dan seterusnya, yang tidak memerlukan suatu hubungan badaniah. Bahkan dapat dikatakan bahwa hubungan badaniah tidak perlu menjadi syarat utama terjadinya kontak. (Soekanto & Sulistyowati, 2013).

Komunikasi

Selanjutnya komunikasi adalah bahwa seseorang memberikan tafsiran pada perilaku orang lain (yang berwujud pembicaraan, gerak gerik badaniah atau sikap), perasaan-perasaan apa yang ingin disampaikan oleh orang tersebut. Orang yang bersangkutan kemudian memberikan reaksi terhadap perasaan yang ingin disampaikan oleh orang lain tersebut. (Soekanto & Sulistyowati, 2013). Dalam komunikasi terdapat berbagai penafsiran yang berbeda-beda terhadap perilaku individu, sebagai contoh Ketika seseorang tersenyum orang akan menganggap itu sebagai tanda bahagia, keramahan dan hal positif lainnya, sedangkan Ketika kita mengerutkan alis dan menajamkan pandangan, orang lain mungkin menganggap itu sebagai tanda marah, benci atau hal negatif lainnya.

Secara garis besar interaksi sosial dapat dibedakan menjadi interaksi sosial secara langsung di dunia nyata dan interaksi sosial tidak langsung menggunakan media internet.

1) Dunia nyata

Dunia nyata adalah ruang interaksi sosial yang berlangsung secara tatap muka dan berada dalam konteks fisik tertentu, seperti lingkungan sekolah, keluarga, dan pergaulan sehari-hari. Interaksi di dunia nyata memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah secara langsung yang melibatkan ekspresi verbal maupun nonverbal. Bentuk interaksi ini dapat berupa percakapan, diskusi, kerja kelompok, bercanda bersama teman, hingga respons spontan terhadap situasi tertentu. Selain itu, gerak-gerik tubuh, ekspresi wajah, intonasi suara, sikap, serta perilaku sehari-hari turut menjadi bagian penting dalam proses komunikasi. Unsur-unsur tersebut membuat interaksi langsung memiliki kekuatan emosional yang lebih nyata karena individu dapat segera melihat dan merasakan respons dari lawan bicara.

2) Media sosial

Media sosial adalah *platform* digital yang memungkinkan individu atau kelompok untuk membuat, berbagi dan berinteraksi dengan konten dalam berbagai cara, seperti like, share, komentar dan lain lain. (Handayani, 2025). Saat ini masyarakat cenderung banyak menggunakan media sosial karena media sosial mempunyai sifat yang lebih interaktif

apabila dibandingkan dengan interaksi secara langsung, media sosial juga menyediakan kemudahan untuk menjangkau orang lain diluar sana tanpa harus bertemu secara langsung interaksi dimedia sosial dapat berupa komunikasi virtual (*chat, voice note, video call, scrolling* medsos, menonton, unggahan, komentar, dll.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi interaksi sosial

Pada dasarnya masyarakat tidak akan terlepas dari interaksi sosial, melalui interaksi sosial inilah individu akan terhubung satu sama lain baik individu dengan individu, individu dengan kelompok, maupun kelompok dengan kelompok untuk membentuk suatu hubungan, menciptakan norma, nilai, dan struktur sosial. dalam prosesnya interaksi tidak terjadi begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal menurut (Dwi, 2023) faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri manusia itu sendiri yang meliputi:

1. Adanya dorongan dari dalam diri untuk berinteraksi sebagai makhluk sosial
2. Adanya dorongan untuk memenuhi kebutuhan
3. Adanya dorongan untuk mengembangkan diri dan mempengaruhi orang lain.

Selanjutnya faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar diri manusia meliputi: imitasi, sugesti, identifikasi, simpati, empati dan motivasi.

1. Imitasi, adalah tindakan atau perilaku yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud untuk meniru orang lain tanpa memperhatikan maksud dari tindakan tersebut.
2. Sugesti, adalah tindakan atau perilaku seseorang terhadap orang lain dengan pemberian pandangan atau sikap dalam diri yang kemudian orang lain terpengaruh atau menerima hal tersebut.
3. Identifikasi, adalah kecenderungan atau keinginan dalam diri seseorang untuk menjadi sama atau mirip orang lain dengan mengadopsi nilai, sikap, atau perilaku orang tersebut.
4. Simpati, merupakan suatu proses seseorang yang merasa tertarik pada orang lain terkait perilaku atau penampilannya dengan tujuan untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain.
5. Empati, adalah kemampuan memahami perasaan atau kondisi orang lain hingga seolah-olah ikut merasakannya, baik dalam bentuk rasa sakit atau sedih dan bahagia.
6. Motivasi, adalah perilaku atau tindakan memberi dorongan dari suatu individu kepada individu lainnya dengan maksud individu tersebut menuruti dan melakukan suatu tindakan.

Berdasarkan uraian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa Interaksi sosial tidak hanya berkaitan dengan siapa yang terlibat dan bagaimana bentuk komunikasinya, tetapi juga dipengaruhi intensitasnya. Adapun aspek dalam mengukur interaksi sosial seseorang perlu melihat bagaimana faktor yang menunjukkan kualitas hubungan yang dibangun, beberapa di antaranya melibatkan seberapa lama interaksi berlangsung (Durasi), seberapa sering interaksi tersebut terjadi (frekuensi), bagaimana individu merespons satu sama lain, keterbukaan dalam berinteraksi, serta dampak emosional atau psikologis yang mungkin ditimbulkan sebagai hasil dari interaksi tersebut.

1. Intensitas

Intensitas merujuk pada seberapa sering (frekuensi) dan lama (durasi) waktu yang dihabiskan seseorang dalam berinteraksi. Durasi dapat memengaruhi kedalaman hubungan antar individu. Semakin lama interaksi terjadi, maka semakin besar peluang bagi individu untuk membangun pemahaman, kepercayaan, dan ikatan sosial. Durasi interaksi dapat dipengaruhi dari seberapa nyaman individu terhadap lawan bicaranya. Frekuensi interaksi dapat merujuk pada seberapa sering suatu interaksi terjadi dalam kurun waktu tertentu. Interaksi yang terjadi secara rutin atau berulang cenderung menciptakan stabilitas dalam

hubungan sosial. Frekuensi yang tinggi dapat memperkuat hubungan dan menciptakan kepercayaan antar individu, sebaliknya frekuensi interaksi rendah dapat dipicu adanya ketegangan emosional yang terjadi dalam diri individu.

2. Kepercayaan

Kepercayaan merujuk pada respon, reaksi atau tanggapan yang diberikan oleh individu terhadap orang lain, baik verbal maupun non-verbal, dalam suatu interaksi. Respon dapat bersifat positif seperti dukungan atau persetujuan, maupun bersifat negatif seperti penolakan atau penghindaran, dan sangat menentukan arah kelanjutan hubungan sosial. Respons yang tepat dapat memperkuat hubungan, sedangkan respon yang keliru dapat memicu konflik atau jarak sosial, selain itu keterbukaan dalam interaksi juga dapat mengukur sejauh mana individu menaruh kepercayaan terhadap lawan interaksinya. Keterbukaan adalah sejauh mana individu bersedia membagikan cerita, pikiran, perasaan, dan informasi pribadi dalam suatu interaksi sosial. Keterbukaan menunjukkan adanya kepercayaan dan rasa aman dalam relasi sosial. Dalam interaksi yang sehat, keterbukaan menjadi landasan penting bagi komunikasi yang jujur, empatik, dan saling memahami.

3. Dampak Interaksi

Dampak interaksi sosial adalah konsekuensi yang timbul dari proses interaksi tersebut. Interaksi sosial tidak hanya berdampak secara sosial, tetapi juga meninggalkan pengaruh terhadap kondisi psikologis atau emosional individu. Dampak ini bisa bersifat positif, seperti rasa diterima, dihargai, dan bahagia. Namun, interaksi juga dapat menimbulkan emosi negatif, seperti stres, kecemasan, atau perasaan terisolasi.

c. Teori masyarakat jaringan

Castells mengemukakan bahwa masyarakat modern telah bergerak menuju masyarakat berbasis jaringan, di mana berbagai aspek kehidupan sosial, ekonomi, dan politik dikelola melalui hubungan-hubungan dalam jaringan global. Menurutnya perkembangan multimedia berasal dari perpaduan media massa dan kebudayaan virtual nyata. (Ritzer, 2012) Konsep masyarakat jaringan ini sangat relevan dalam konteks media sosial dan jejaring sosial yang ada saat ini. Dalam masyarakat jaringan, individu tidak lagi terhubung dalam satu ruang fisik yang terbatas, melainkan mereka terhubung melalui jaringan digital yang memungkinkan interaksi lintas waktu dan ruang. Istilah jaringan ini digunakan untuk menggambarkan pola hubungan sosial yang teramati diantara unit-unit individual (Abercrombie, 2010)

Castells mendefinisikan masyarakat jaringan sebagai masyarakat dengan fungsi dan proses dominan yang dibentuk oleh jaringan, baik internet, intranet, dan jaringan kerjasama berbagai perusahaan, organisasi, negara, hingga jaringan pergaulan (Jannah, 2012). Dalam masyarakat jaringan, struktur sosial terdistribusi dalam jaringan komunikasi yang bisa melintasi batas negara dan wilayah. Setiap individu atau kelompok memiliki akses untuk membentuk hubungan baru, menyebarkan informasi, dan bahkan memengaruhi masyarakat secara luas melalui media sosial. Fenomena ini menciptakan ruang sosial baru yang bersifat lebih terbuka dan lebih terhubung secara global. Akan tetapi, efeknya juga menumbuhkan tantangan baru, termasuk munculnya perasaan terisolasi dan tekanan sosial yang dibentuk berdasarkan standar yang ada di media sosial.

Castell kemudian menyebutkan perkembangan masyarakat di akhir abad ke-19 yang di pengaruhi oleh perkembangan informasi dan teknologi informasi sebagai masyarakat jaringan (*netwok society*) (Surya, 2018). Di *platform* jejaring sosial, individu cenderung membangun citra diri berdasarkan bagaimana mereka ingin dilihat oleh orang lain, sering kali dengan menonjolkan sisi positif dan keberhasilan mereka. Identitas individu tidak lagi hanya terbentuk oleh interaksi langsung dan fisik, tetapi lebih banyak dibentuk oleh konstruksi digital yang terjadi di dunia maya. Hal ini sangat relevan dengan fenomena *toxic positivity*, di mana individu merasa perlu untuk selalu menunjukkan kebahagiaan dan keberhasilan, mengabaikan aspek

negatif atau tantangan yang mereka alami.

Di media sosial, individu berinteraksi timbal balik antarindividu maupun antarkelompok yang ditandai oleh adanya komunikasi, pengaruh, dan respons sosial, dalam ruang yang terlepas dari keterbatasan fisik dan waktu. Jejaring sosial memberi kebebasan untuk memilih identitas yang ingin diproyeksikan, meskipun ini bisa menjadi sumber kecemasan. Jejaring sosial juga berfungsi sebagai alat untuk mengembangkan narasi sosial dan budaya baru. Dalam masyarakat jaringan, informasi dan ide dapat menyebar secara cepat dan luas melalui berbagai saluran komunikasi digital. Namun, narasi yang dibangun dalam jejaring sosial tidak selalu obyektif atau seimbang. Pengguna media sosial sering kali terjebak dalam algoritma media sosial, di mana mereka hanya terpapar pada konten dan informasi yang mendukung pandangan mereka sendiri. Dalam konteks *toxic positivity*, ini berarti individu lebih sering terpapar pada narasi yang berfokus pada kebahagiaan, dan hidup yang sempurna, yang tidak selalu mencerminkan kenyataan. Hal ini dapat memperburuk perasaan ketidakpuasan dan tekanan di kalangan individu yang merasa hidup mereka tidak sesuai dengan gambaran ideal yang seringkali ditampilkan di media sosial. Menurut Castells, kehidupan sosial manusia berlangsung dalam dua dimensi ruang, yaitu *space of places* (ruang tempat) dan *space of flows* (ruang aliran).

1. Interaksi Sosial dalam *Space of Places* (Ruang Tempat)

Space of places merujuk pada ruang fisik yang nyata dan memiliki makna sosial, seperti rumah, sekolah, lingkungan pertemanan, dan komunitas lokal. Dalam ruang ini, interaksi sosial terjadi secara langsung (tatap muka) dan ditandai oleh kehadiran fisik, ekspresi emosi, bahasa tubuh, serta norma sosial yang berlaku dalam lingkungan tersebut.

Pada konteks siswa, *space of places* mencakup interaksi sosial di sekolah, keluarga, dan lingkungan sekitar. Interaksi ini membentuk nilai, sikap, dan perilaku sosial melalui proses imitasi, sugesti, identifikasi, simpati, dan empati. Tekanan sosial, ekspektasi kelompok, serta budaya positif yang berkembang di ruang fisik dapat memengaruhi bagaimana siswa mengekspresikan emosi dan menyikapi permasalahan. Dalam beberapa kasus, tuntutan untuk selalu tampak kuat, ceria, dan positif di lingkungan nyata dapat mendorong munculnya perilaku *toxic positivity*, seperti menekan emosi negatif atau mengabaikan pengalaman tidak menyenangkan demi menjaga citra sosial.

2. Interaksi Sosial dalam *Space of Flows* (Ruang Aliran)

Berbeda dengan ruang tempat, *space of flows* adalah ruang interaksi yang terbentuk melalui aliran informasi, simbol, dan komunikasi digital. Media sosial, platform komunikasi daring, dan jaringan internet menjadi medium utama dalam ruang aliran ini. Interaksi sosial tidak lagi bergantung pada kehadiran fisik, melainkan pada konektivitas dan kecepatan pertukaran informasi.

Dalam konteks siswa, *space of flows* tercermin melalui interaksi di media sosial seperti *Instagram*, *WhatsApp*, *TikTok*, dan platform digital lainnya. Di ruang ini, nilai dan makna sosial dibentuk oleh algoritma, tren, dan budaya populer yang sering kali menampilkan narasi kebahagiaan, kesuksesan, dan optimisme berlebihan. Paparan konten motivasional, kutipan positif, dan representasi kehidupan ideal dapat membentuk tekanan sosial digital yang mendorong siswa untuk menampilkan citra diri yang selalu positif. Interaksi sosial dalam ruang aliran ini berpotensi memperkuat perilaku *toxic positivity*, karena emosi negatif sering dianggap sebagai kelemahan atau sesuatu yang tidak layak ditampilkan di ruang publik digital.

1.6 Toxic Positivity

Menurut salah satu penelitian, *Toxic Positivity* itu terjadi karena pemikiran positif yang berlebih tanpa mereka sadari dan kata-kata motivasi yang pada awalnya bersifat positif, namun malah membawa dampak negatif bagi yang menerimanya dan menimbulkan perasaan sedih dan

kecewa. karena respon yang diharapkan tidak sesuai dengan ekspektasi atau pikiran. *Toxic Positivity* biasanya juga terjadi karena ada penekanan emosi negatif pada saat seseorang menghadapi sebuah masalah dan akhirnya mereka berusaha untuk tidak mengeluarkan emosi negatif tersebut. (Samha, 2022). Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa *toxic positivity* dapat dilihat dari faktor dalam diri dan faktor dari luar diri.

1. Faktor internal

Faktor internal dapat berupa keinginan dalam diri sendiri untuk selalu menampilkan citra positif kepada orang lain. keinginan tersebut berupaya untuk meyakinkan orang lain bahwa diri baik baik saja walaupun sebenarnya tidak demikian. hal itu mungkin terjadi karena perasaan tidak ingin dinilai lemah atau buruk oleh orang lain. faktor internal tidak hanya berfokus pada diri sendiri namun juga dapat berdampak pada orang lain yang kadang kita tidak sadari dan hal itu justru membuat orang terjebak dalam *toxic positivity*. Adapun faktor dalam diri yang dimaksud yang dapat mempengaruhi terjadinya *toxic positivity*:

- Pemaksaan sikap positif (tingkat dorongan seseorang untuk selalu menampilkan emosi positif, meskipun bertentangan dengan keadaan yang sedang dialami).
- Respon sosial (bagaimana cara individu merespon emosi negatif orang lain semisal bagaimana tanggapan ketika melihat orang lain dalam masa sulit)
- Kontrol emosional terhadap seseorang (sejauh mana individu menekan perasaan negatif seperti kesedihan, kemarahan, atau kekecewaan).
- Dampak psikologis (Efek yang dirasakan individu akibat *toxic positivity*, seperti stres, kecemasan).
-

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal dapat berupa perasaan yang timbul akibat faktor lingkungan sosial seperti lingkungan pertemanan, lingkungan keluarga, dan lain lain. hal itu terjadi karena diri kita terlalu termakan doktrin atau ucapan orang lain yang berupaya menekan perasaan atau emosional kita untuk selalu tampak baik baik saja. hal ini menunjukkan bahwa diri kita tidak diberi ruang untuk merasakan emosi negatif karna dinilai emosi negatif adalah hal yang salah atau memalukan. sehingga individu merasa harus menutup-nutupi perasaan sebenarnya. Selain itu faktor media sosial juga menjadi salah satu penyebab utama. hal ini terjadi karena kecenderungan media selalu menampilkan hal hal yang berbau positif, hidup ideal. *quotes* yang berisi motivasi serta algoritma yang memperkuat konten yang cenderung menampilkan hal hal yang relate dengan kehidupan seseorang sehingga penerimaan akan hal yang ditampilkan tanpa disadari dapat memicu terjadinya *toxic positivity*.

Berdasarkan uraian faktor internal dan eksternal tersebut, *toxic positivity* dalam penelitian ini dioperasionalkan ke dalam beberapa indikator.

- 1) **Penekanan emosi negatif**, yaitu kecenderungan individu untuk menahan, menyembunyikan, atau mengabaikan perasaan sedih, marah, dan kecewa demi mempertahankan citra positif.
- 2) **Dorongan positif yang tidak realistis** yang ditandai dengan tuntutan untuk selalu berpikir dan bersikap positif dalam segala situasi, tanpa memberikan ruang bagi emosi negatif yang wajar dialami individu.
- 3) **Manipulasi identitas tubuh** yaitu upaya individu menampilkan citra diri yang selalu bahagia, kuat, dan baik-baik saja, baik dalam interaksi langsung maupun di media sosial, meskipun tidak sesuai dengan kondisi sebenarnya.

- 4) **Invalidasi pengalaman** merujuk pada kecenderungan individu untuk meremehkan, menolak, atau menganggap tidak penting pengalaman emosional yang dialami diri sendiri maupun orang lain, dengan alasan bahwa perasaan negatif tidak seharusnya dirasakan atau diungkapkan.

1.7 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan upaya yang dilakukan penulis untuk mencari perbandingan dan menemukan inspirasi baru dalam penelitian yang akan dilakukan. Pada bagian ini penulis mencantumkan beberapa hasil penelitian terdahulu terkait dengan penelitian yang akan dilakukan. Adapun penelitian terdahulu yang masih terkait dengan tema yang penulis kaji adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

No.	Nama (Tahun)	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian
1.	Salopek & Eastin (2024)	<i>Toxic positivity intentions: an image management approach to upward social comparison and false self-presentation</i>	<i>Mixmethod</i> : dua studi (kombinasi kuantitatif & kualitatif)	Menemukan lima dimensi persepsi <i>toxic positivity intentions</i> di media sosial, serta bahwa persepsi TP berkaitan dengan <i>upward social comparison</i> dan <i>false self-presentation</i> , yang menunjukkan bahwa pengguna generasi Z sering menemui dan memaknai konten positif berlebihan sebagai strategi pengelolaan identitas diri di dunia digital.
2.	Monica Geaby Kojongian & Doddy Wibowo (2022)	<i>Toxic Positivity</i> : Sisi Lain dari Konsep untuk Selalu Positif dalam Segala Kondisi	Kualitatif fenomenologi	Penelitian ini mengeksplorasi pengalaman dua partisipan (P1 dan P2) terhadap <i>toxic positivity</i> dalam relasi mereka, baik dengan keluarga, teman-teman, maupun figur otoritas seperti guru dan dosen. P1, seorang perempuan berusia 21 tahun, mengalami <i>toxic positivity</i> sejak SD, di antaranya melalui respons dari teman-temannya yang membandingkan masalah P1 dengan orang lain. P2, seorang perempuan berusia 20 tahun, mengalami hal serupa di SMA, khususnya dari gurunya yang menyuruhnya untuk tetap bersyukur meskipun menghadapi tekanan.
3.	Kajal & Rani (2025)	<i>Positivity and Social Media: The Pressure to Always 'Look on the Bright Side'</i>	Kualitatif deskriptif	Menjelaskan tekanan sosial agar selalu tampak positif di media sosial sebagai fenomena yang berpotensi menekan ekspresi emosi negatif dan berdampak negatif pada kesejahteraan emosional pengguna.
4.	Rahman Pranovri Putra.	<i>Toxic Positivity in Adolescents</i> :	Kualitatif fenomenologi	<i>Toxic positivity response</i> memunculkan perasaan tidak dimengerti, kemarahan, dan kekecewaan, dengan dampak negatif

	Auliya Ramadhanti. Anindita Rahajeng.Ah mad Fadil. & Nabila Sasyabila (2023)	<i>An Attitude of Always Being Positive in Every Situation</i>		tidak hanya secara fisik tetapi juga secara psikologis. Pelaku dianggap berasal dari individu yang belum pernah mengalami masalah serupa sebelumnya dan kurang memiliki empati. Selain itu, <i>toxic positivity</i> juga ditemukan pada <i>verbal abuse</i> Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman <i>toxic positivity</i> pada kedua partisipan terjadi dalam berbagai relasi, termasuk dengan figur otoritas seperti guru atau dosen, teman sebaya, serta dalam lingkungan keluarga. Kedua partisipan memahami <i>toxic positivity</i> sebagai respons yang salah terhadap orang yang sedang dalam kesulitan, karena menuntut mereka untuk selalu bersikap positif dan menolak emosi negatif yang seharusnya valid untuk dirasakan.
5.	(Novitasari, 2023)	Hubungan Antara <i>Toxic Positivity</i> Dengan Interaksi Sosial Di Kalangan Mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta	Kuantitatif korelasional	Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara <i>toxic positivity</i> dan interaksi sosial di kalangan mahasiswa semester lima Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam di UIN Raden Mas Said Surakarta. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan terdapat korelasi positif yang signifikan antara <i>toxic positivity</i> dan interaksi sosial. <i>Toxic positivity</i> berpengaruh secara signifikan terhadap interaksi sosial. <i>Toxic positivity</i> dapat mendorong individu untuk menyembunyikan emosi negatif dan berusaha selalu tampak positif, bahkan ketika hal tersebut tidak mencerminkan kondisi emosional yang sebenarnya. Interaksi sosial mahasiswa dipengaruhi oleh pengalaman komunikasi yang ditandai dengan ekspektasi untuk selalu berpikir positif.
6.	Garcia, R., & Gonzalo, N. (2025)	<i>Toxic positivity and mental health help-seeking intentions and attitudes among Filipino high</i>	Kuantitatif Survey	Penelitian ini menunjukkan bahwa <i>toxic positivity</i> pada remaja SMA tidak hanya hadir sebagai fenomena emosional atau sosial, tetapi juga berkaitan dengan sikap terhadap kesehatan mental. Siswa yang cenderung selalu menampilkan <i>positivity</i> tanpa ruang untuk emosi negatif justru memiliki niat lebih rendah untuk

		<i>school students</i>		mencari bantuan profesional ketika menghadapi masalah psikologis.
--	--	------------------------	--	---

Berdasarkan pada tabel di atas diketahui terdapat beberapa penelitian-penelitian sebelumnya yang membahas mengenai bagaimana *Toxic positivity*, seperti pada penelitian oleh Salopek & Eastin (2024) *Toxic positivity intentions: an image management approach to upward social comparison and false self-presentation* Menemukan lima dimensi persepsi *toxic positivity intentions* di media sosial, serta bahwa persepsi *Toxic Positivity* berkaitan dengan upward social comparison dan false self-presentation, yang menunjukkan bahwa pengguna generasi Z sering menemui dan memaknai konten positif berlebihan sebagai strategi pengelolaan identitas diri di dunia digital.

Penelitian Kajal dan Rani (2025) menunjukkan bahwa media sosial menciptakan tekanan sosial yang kuat untuk selalu menampilkan sikap positif. Tekanan ini berpotensi menekan ekspresi emosi negatif dan berdampak pada menurunnya kesejahteraan emosional pengguna. Media sosial tidak hanya menjadi ruang berbagi, tetapi juga membentuk standar emosi yang menuntut individu untuk selalu terlihat bahagia dan optimis.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Kojongian dan Wibowo, 2021) dan (Putra, 2023) yang menggunakan metode kualitatif fenomenologi, mencoba mengeksplorasi pengalaman *Toxic positivity* informan dan ditemukan bahwa *toxic positivity* bisa pada relasi disekitar kita, baik dalam lingkungan keluarga, pertemanan, maupun komunitas sekolah. Dalam interaksi sehari-hari, tekanan untuk selalu berpikir positif tanpa memberi ruang bagi emosi negatif dapat menyebabkan individu merasa tidak divalidasi secara emosional.

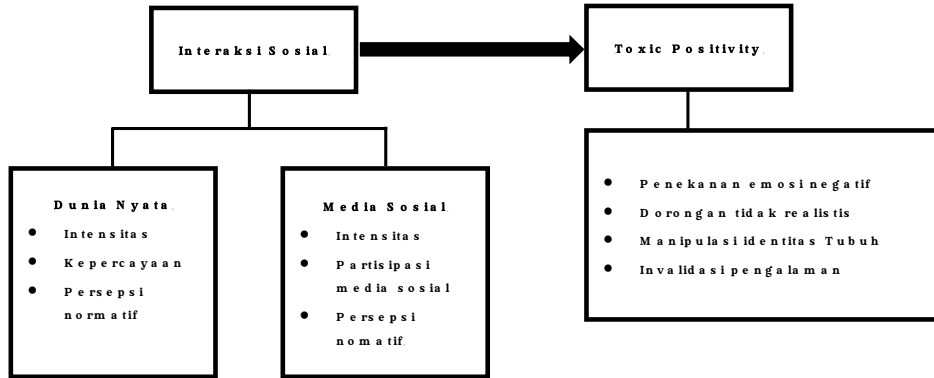
Sehingga secara keseluruhan kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kebaruan rumusan masalah. Penelitian ini tidak hanya meneliti *toxic positivity* secara umum tetapi juga menganalisis bagaimana perilaku ini muncul dalam interaksi langsung di dunia nyata dan interaksi di media sosial. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih fokus pada kajian psikologi yang mengkaji individu melalui pengalaman pribadi sedangkan penelitian ini akan fokus mencari apakah terdapat pengaruh dengan mengukur tingkat secara numerik dengan kuesioner berbasis skala likert. Penelitian ini dapat mengungkap apakah *toxic positivity* lebih dominan dalam interaksi sosial secara langsung atau justru lebih berkembang di media sosial.
2. Kebaruan teori. pada penelitian ini menggunakan teori sosiologi masyarakat jejaring yang dikemukakan oleh Manuel Castell, tentang adanya ruang aliran dan ruang tempat selama ini kajian teori castell digunakan untuk menganalisis kajian komunikasi dan sosiologi digital, namun paada penelitian ini menghadirkannya dalam ranah pendidikan dan psikososial remaja sekolah menengah, sehingga memberikan sudut pandang yang baru terkait interaksi sosial diruang nyata dan ruang digital membentuk *toxic positivity* pada siswa.
3. Kebaruan objek penelitian. objek penelitian ini difokuskan kepada siswa yang dikaji dalam dua objek sekaligus yaitu ranah nyata dan daring.
4. Kebaruan variabel penelitian ini mengkaji tentang interaksi sosial secara lansung di dunia nyata dan interaksi di media sosial
5. Kebaruan sampel dan populasi. dimana sampel pada penelitian ini adalah siswa dari populasi SMA Negeri 1 Barru

1.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mempermudah penulis untuk menentukan indikator atau variabel yang akan dianalisis. Selain itu kerangka konseptual

juga memberikan sistematisasi sehingga penelitian yang dilakukan dapat terarah. Adapun kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3. Kerangka Konseptual

Penelitian ini menggunakan teori manuel castell untuk memahami interaksi sosial siswa baik secara nyata maupun daring castel mengemukakan kionsep *space of places* sebagai interaksi sosial yang terjadi dalam ruang fisik tatap muka dan berbasis kedekatan sosial langsung. Sementara *space of flows* mengacu pada ruang sosial yang berlansung tanpa adanya batasan ruang dan waktu

Interaksi sosial merupakan perilaku nyata yang terbentuk dari bagaimana individu mengekspresikan emosinya baik disecara langsung didunia nyata maupun dimedia sosial. kualitas interaksi seseorang dapat dilihat dari seberapa lama menghabiskan waktu untuk berinteraksi. seberapa sering berinteraksi. respon yang diberikan. keterbukaan dan dampak yang dirasakan individu semua hal ini menunjukkan seberapa baik seseorang membangun hubungan. Namun hal ini juga dapat menjadi faktor-faktor yang menyebabkan seseorang mengalami perilaku *Toxic positivity* terlebih dalam interaksi sosial baik di dunia nyata maupun dimedia sosial memunculkan tekanan sosial yang mendorong seseorang untuk menekan emosi negatifnya.

Interaksi sosial baik di dunia nyata maupun di media sosial kemudian diasumsikan memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku *toxic positivity* pada siswa. *Toxic positivity* dalam penelitian ini dipahami sebagai kecenderungan untuk memaksakan sikap positif secara berlebihan. menolak emosi negatif. serta tidak memberikan ruang yang realistis bagi pengalaman emosional yang sebenarnya. Perilaku *toxic positivity* diukur melalui empat indikator. yaitu :

- Penekanan Emosi Negatif. yaitu kecenderungan untuk menolak. mengabaikan. atau menekan perasaan sedih. marah. kecewa. dan cemas;
- Dorongan Positif yang Tidak Realistis. berupa desakan untuk selalu terlihat kuat. bahagia. dan optimis meskipun dalam situasi yang sebaliknya
- Manipulasi Identitas Tubuh. yaitu upaya membangun citra diri yang selalu positif dan sempurna didepan orang
- Invalidasi Pengalaman (*experiential invalidation*). yaitu meremehkan atau menolak pengalaman emosional orang lain dengan anggapan bahwa emosi negatif tidak pantas dirasakan.

Secara konseptual. semakin intens dan kuat interaksi sosial yang dialami siswa baik melalui ruang fisik (*space of places*) maupun ruang digital (*space of flows*) maka semakin kuat pula tekanan sosial yang mereka terima untuk menampilkan diri secara positif. Tekanan inilah yang kemudian dapat mendorong munculnya perilaku *toxic positivity*. baik dalam bentuk

penyangkalan emosi diri sendiri maupun dalam merespon emosi orang lain. Dengan demikian, interaksi sosial dipandang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan perilaku *toxic positivity* siswa SMA Negeri 1 Barru.

Kerangka konseptual ini pada akhirnya menjelaskan hubungan bahwa interaksi sosial di dunia nyata dan media sosial (*Space of Places* dan *Space of Flows*) berfungsi sebagai variabel independen yang memengaruhi perilaku *toxic positivity* siswa sebagai variabel dependen, dan menjadi dasar dalam perumusan hipotesis serta analisis kuantitatif dalam penelitian ini

1.9 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. (Sugiyono, 2017)

Berdasarkan pendapat di atas dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan. Belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh menggunakan pengumpulan data. Hipotesis yang baik harus memenuhi 2 kriteria yaitu: hipotesis harus menggambarkan hubungan antara variabel-variabel, dan hipotesis harus memberikan petunjuk bagaimana pengujian hubungan tersebut (Anwar, 2022). Jadi hipotesis juga dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empiris karena masih pada kesimpulan sementara.

Berdasarkan landasan teori dan kerangka konseptual yang telah dijabarkan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan interaksi sosial terhadap perilaku *toxic positivity* siswa SMAN 1 Barru.

H_1 : Terdapat pengaruh yang signifikan interaksi sosial terhadap perilaku *toxic positivity* siswa SMAN 1 Barru.

Adapun kriteria pengambilan keputusan:

1) Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_1 diterima, pada $sig < \alpha = 5\% (0.05)$

2) Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima, pada $sig > \alpha = 5\% (0.05)$

1.10 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah aspek penelitian yang memberikan informasi atau petunjuk kepada kita tentang bagaimana cara mengukur suatu variabel. Definisi operasional digunakan memudahkan pengumpulan data dan menghindarkan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Benny S. Pasaribu, A. H. 2022). Untuk mempermudah arti serta untuk mempermudah analisis yang dipaparkan definisi operasional yang digunakan sebagai berikut:

1. Interaksi sosial adalah hubungan-hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antar individu dan individu, individu dan kelompok, maupun kelompok dan kelompok (Soekanto & Sulistyowati, 2013). Pada penelitian ini interaksi merujuk pada analisis teori dari Manuel Castells yang membagi interaksi kedalam dua aspek Interaksi sosial yang dimaksud adalah:
 - a) Dunia nyata (*space of places*), yaitu bentuk interaksi yang dilakukan secara langsung dengan teman keluarga atau orang lain, seperti curhat, deptalk, gibah dll, bentuk kontak sosial yang dilakukan, seperti kontak fisik, tatapan mata, senyuman dll.
 - b) Media sosial (*space of flows*), yaitu bentuk interaksi sosial yang dilakukan melalui media sosial yang diakses menggunakan jaringan internet seperti teks/komentar, gambar, video, atau suara, dll.
2. *Toxic positivity* adalah kondisi ketika seseorang menuntut dirinya sendiri atau orang lain untuk selalu berpikir, bersikap dan selalu menampilkan hal yang bersifat positif serta

menolak emosi negatif. Beberapa aspek dalam mengukur *toxic positivity* dalam penelitian ini adalah:

- Penekanan Emosi Negatif, yaitu kecenderungan untuk menolak, mengabaikan, atau menekan perasaan sedih, marah, kecewa, dan cemas;
- Dorongan Positif yang Tidak Realistis, berupa desakan untuk selalu terlihat kuat, bahagia, dan optimis meskipun dalam situasi yang sebaliknya
- Manipulasi Identitas Tubuh, yaitu upaya membangun citra diri yang selalu positif dan sempurna didepan orang
- Invalidasi Pengalaman (*experiential invalidation*), yaitu meremehkan atau menolak pengalaman emosional orang lain dengan anggapan bahwa emosi negatif tidak pantas dirasakan.

1.11 Matriks Pengembangan Indikator

Matriks pengembangan indikator dalam penelitian ini akan memperjelas pengukuran variabel-variabel. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Matriks Pengembangan Indikator

No.	variabel	Sub-variabel	Indikator	Parameter ukur (skala likert 1-5)
1.	Interaksi sosial	Dunia nyata (<i>space of places</i>)	Intensitas interaksi	<ul style="list-style-type: none"> • Durasi interaksi • Frekuensi interaksi
			Kepercayaan	<ul style="list-style-type: none"> • Keterbukaan dalam berkomunikasi • Respon sosial
			Persepsi normatif	<ul style="list-style-type: none"> • Pengaruh terhadap perilaku • Pengaruh terhadap emosional
		Media sosial (<i>space of flows</i>)	Intensitas	<ul style="list-style-type: none"> • Durasi • Frekuensi
			Partisipasi	<ul style="list-style-type: none"> • Mengekspresikan diri
			Persepsi normatif	<ul style="list-style-type: none"> • Pengaruh terhadap perilaku • Pengaruh terhadap emosional
2.	<i>Toxic Positivity</i>		Penekanan emosi negatif.	<ul style="list-style-type: none"> • Kemampuan manajemen emosi
			Dorongan tidak realistis	<ul style="list-style-type: none"> • Dorongan dalam diri • Dorongan dari luar
			Manipulasi identitas Tubuh	<ul style="list-style-type: none"> • Penampilan citra baik
			Invalidasi pengalaman	<ul style="list-style-type: none"> • Respon/tanggapan terhadap emosi diri

				sendiri maupun orang lain
--	--	--	--	--------------------------------------

BAB II METODE PENELITIAN

2.1 Pendekatan, Tipe, dan Strategi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta kausalitas hubungan-hubungannya. Penelitian kuantitatif didefinisikan sebagai investigasi sistematis terhadap fenomena dengan mengumpulkan data yang dapat diukur dengan melakukan teknik statistik, matematika atau komputasi. (Abdullah, 2022) . Data tersebut berupa angka atau variabel numerik. Pendekatan ini bertujuan untuk mengukur hubungan antara variabel atau untuk memahami fenomena melalui analisis statistik. Metode ini berfokus pada keobjektifan, pengukuran, dan generalisasi hasil penelitian (Creswell, 2014). Melalui pendekatan kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh hasil yang bersifat objektif, dapat direplikasi, serta memungkinkan generalisasi temuan terhadap populasi yang lebih besar. Dengan menggunakan metode analisis yang terstruktur dan berbasis data numerik, penelitian ini berupaya memastikan validitas dan reliabilitas hasil yang diperoleh, sehingga dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan berbasis bukti ilmiah terkait pengaruh interaksi sosial terhadap perilaku *toxic positivity*, sehingga peneliti menggunakan metode kuantitatif.

Tipe penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Tipe penelitian ini yakni analisis data dalam bentuk angka untuk memberikan gambaran yang jelas tentang pengaruh interaksi sosial siswa terhadap perilaku *toxic positivity* siswa SMAN 1 Barru. Adapun strategi penelitian yang dilakukan adalah survey yang menggunakan kuesioner sebagai instrumen pengumpulan datanya. Survey digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi tentang populasi yang besar dengan menggunakan sampel relatif kecil. Populasi tersebut bisa berkenaan orang, instansi, lembaga, organisasi dan unit-unit masyarakat dan lain-lain, tetapi sumber utamanya adalah orang. (Anwar, 2022) dalam hal ini populasinya adalah SMAN 1 BARRU dan sampelnya adalah siswa.

2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Lokasi penelitian ini dilakukan di UPTD SMA NEGERI 1 BARRU, Jln. Jendral Sudirman, Sumpang Binangae, Kecamatan Barru, Kabupaten Barru. Alasan memilih lokasi berdasarkan pertimbangan peneliti terkait dengan masalah penelitian yang diangkat yakni pengaruh interaksi sosial terhadap perilaku *toxic positivity* khususnya dikalangan siswa baik di dunia nyata maupun di media sosial. Menurut badan pusat statistik provinsi sulawesi selatan (2024) sekitar 90.57% persen penduduk kabupaten Barru menggunakan internet sebagai sarana komunikasi, dengan 69.22% menggunakan media sosial (termasuk *Whatsapp, facebook, instagram, tweeter(x), youtube*.dll) angka ini menunjukkan tingginya penggunaan internet sebagai sarana komunikasi yang memungkinkan mengakses informasi dan membangun kedekatan sosial. Badan pusat statistik kabupaten barru (2024) merincikan bahwa 87.98% penggunaan diakses oleh remaja keatas termasuk siswa, data ini mendukung pemilihan siswa sebagai subjek penelitian mengingat mereka adalah kelompok usia muda yang aktif menggunakan media sosial yang relevan dengan variabel penelitian ini.

2. Waktu

Penelitian ini akan dilakukan dalam jangka waktu 10 bulan terhitung dari bulan Februari sampai bulan November 2025. Jangka waktu 10 bulan termasuk tahap persiapan penelitian sampai penyusunan hasil penelitian. Adapun *timeline* penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Timeline kegiatan Penelitian

No.	Kegiatan	Waktu									
		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Penusunan proposal penelitian	■	■	■	■						
2.	Seminar proposal penelitian				■						
3.	Revisi dan pembuatan kuesioner				■	■	■				
4.	Pengumpulan data dilapangan						■	■	■		
5.	Pengolahan data penelitian							■	■		
6.	Penyusunan hasil penelitian							■	■	■	■

2.3 Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono dalam anwar, 2022). Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMA NEGERI 1 BARRU kelas XI secara keseluruhan dan kelas XII secara keseluruhan tahun ajaran 2025/2026. Alasan mengambil populasi ini didasar dari pertimbangan dan saran dari pihak sekolah serta dari hasil observasi.

Tabel 4. Jumlah Populasi Siswa SMAN 1 Barru

No.	Kelas	Jenis kelamin		Jumlah Siswa
		L	P	
1	XI.E.1	14	22	36
2	XI.E.2	14	22	36
3	XI.E.3	14	22	36
4	XI.E.4	14	22	36
5	XI.E.5	14	21	35
6	XI.E.6	14	22	36
7	XI.E.7	15	21	36
8	XI.E.8	16	20	36
9	XI.E.9	15	21	36
10	XI.E.10	13	21	34
11	XI.E.11	14	22	36
12	XI.E.12	14	22	36

	Jumlah	171	258	429
13	XII.F.1	7	27	34
14	XII.F.2	7	29	36
15	XII.F.3	7	29	36
16	XII.F.4	10	26	36
17	XII.F.5	10	25	35
18	XII.F.6	10	26	36
19	XII.F.7	11	25	36
20	XII.F.8	15	20	35
21	XII.F.9	15	20	35
22	XII.F.10	19	13	32
23	XII.F.11	18	14	32
24	XII.F.12	17	14	31
	Jumlah	146	268	414
	Total	317	526	843

Sumber. Arsip kesiswaan SMAN 1 Barru tahun 2025

2. Sampel

Sampel adalah bagian jumlah dan karekteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jika populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi misalnya, karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu. Maka peneliti akan mengambil sampel dari populasi atau dengan kata lain sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar *representative* (mewakili). Dalam hal ini sampel yang digunakan adalah siswa dari populasi SMAN 1 Barru.

3. Teknik penentuan sampel

Dalam penelitian ini populasinya adalah siswa pada SMAN 1 BARRU di Kelurahan Sumpang Binangae, Kecamatan Barru, Kabupaten Barru kelas XI dan XII dengan jumlah sebanyak 843 siswa. Adapun teknik pengambilan sampelnya yaitu dengan menggunakan rumus *slovin* sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

N : Jumlah Populasi

n : Jumlah Sampel

e : *Margín of error* / Persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat di tolerir atau diinginkan. misalnya 5%, 10%, 20%, hingga 50%. Adapun *margín of error* yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebesar 10%

Berdasarkan dari rumus diatas didapatkan responden sebanyak:

$$n = \frac{843}{1+843 (10\%)^2}$$

$$n = \frac{843}{1+843 (0.01)}$$

$$n = \frac{843}{1+8.43}$$

$$n = \frac{843}{9.43}$$

$$n = 89.39 = 89 \text{ Responden}$$

Selanjutnya penulis menentukan responden dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. *Proportionate stratified random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian untuk memastikan bahwa subkelompok tertentu dalam populasi terwakili secara proporsional. Dalam metode ini, populasi dibagi menjadi beberapa strata (kelompok) berdasarkan karakteristik tertentu, seperti usia, jenis kelamin, atau tingkat akademik. Setelah itu, sampel dipilih secara acak dari setiap strata sesuai dengan proporsi dalam populasi.

Dalam konteks penelitian ini, *proportionate stratified random sampling* memastikan bahwa siswa SMA Negeri 1 Barru dari berbagai tingkat kelas atau karakteristik lain yang relevan diwakili dengan baik, sehingga hasil penelitian lebih akurat dan dapat digeneralisasi. Menurut hasil perhitungan sampel menggunakan rumus Slovin di atas, diketahui bahwa sampel pada penelitian ini berjumlah 89 siswa. Selanjutnya, penentuan jumlah sampel untuk masing-masing angkatan dilakukan secara proporsional menggunakan rumus berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan:

n_i : jumlah sampel menurut kelas

N_i : jumlah populasi menurut kelas

N : jumlah populasi keseluruhan

n : jumlah sampel keseluruhan

Sehingga dapat ditentukan jumlah responden sebagai berikut:

Tabel 5. Jumlah Keterwakilan Sampel

No.	Kelas	Jumlah siswa	Persentase Objek	Jumlah responden
1.	XI.E 1-12	429	$\frac{429}{843} \times 89$	45 Responden
2.	XII. F 1-12	414	$\frac{414}{843} \times 89$	44 Responden
Total		843		89 Responden

Kemudian penarikan sampel dilakukan dengan menggunakan *google random generator* guna untuk melihat siapa yang harus diwawancarai. mekanisme ini memastikan setiap siswa memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden.

2.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Observasi

Secara sederhana, observasi sering disebut metode pengamatan. Metode observasi ini merupakan pengumpulan-pengumpulan data dengan cara melakukan pencatatan dan pengamatan langsung terhadap objek tertentu di Lapangan. Dalam hal ini peneliti melakukan observasi pengamatan untuk mengetahui kondisi Siswa di SMA NEGERI 1 BARRU, Sumpang Binangae, Kecamatan Barru, Kabupaten Barru untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi siswa-siswanya. Peneliti memperoleh gambaran terkait karakteristik sosial siswa dengan melakukan wawancara terstruktur kepada beberapa guru dan siswa hasil wawancara menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang kurang terbuka dalam mengekspresikan emosi negatifnya dan cenderung menampilkan citra diri yang selalu terlihat baik, kuat, dan bahagia, baik dalam pergaulan di sekolah maupun pada akun media sosialnya. Beberapa siswa juga mengungkapkan bahwa mereka merasa harus terlihat "baik-baik saja" dan tetap menampilkan sisi positif dalam kondisi apapun meskipun hal itu berlawanan dengan kondisi sebenarnya.

Selain itu, observasi awal menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang cukup tinggi sebagai sarana komunikasi dan interaksi. Temuan ini sejalan dengan sejumlah literatur yang menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berkaitan erat dengan status mental remaja dan pola interaksi sosial mereka.

2. Kuesioner

Kuesioner merupakan suatu teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Pada penelitian ini peneliti menyusun segala item pertanyaan yang dianggap dapat menjawab variabel penelitian dengan melewati segala langkah dan ketentuan yang jelas mulai dari penyusunan item pertanyaan yang kemudian disebar kepada responden lain diluar responden utama yang memiliki karakteristik yang sama. Hasil dari sebaran awal tersebut kemudian dipilih mana item yang valid dan dianggap dapat menjawab variabel penelitian. Setelah dipilih kuesioner siap untuk digunakan untuk pengumpulan data.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan proses pengumpulan data dengan memanfaatkan dokumen tertulis, foto, rekaman video, atau arsip-arsip lain dari lembaga atau instansi terkait. Dalam penelitian ini, data yang digunakan mencakup jurnal, artikel ilmiah, foto dokumentasi. Pada penelitian ini peneliti mengumpulkan data melalui data data yang mendukung penelitian ini seperti : data dari bps kab. Barru, arsip kesiswaan SMAN 1 Barru, dan jurnal ilmiah.

Adapun data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Data primer

Data primer adalah data yang langsung diperoleh dari sumber data dilokasi penelitian atau objek penelitian. Data primer ini, disebut juga data asli atau data baru, data yang diperoleh secara langsung dari objek baik yang dilakukan melalui wawancara, observasi dan alat lainny merupakan data primer (Sari, 2023). Sumber data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMAN 1 BARRU.

2. Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang dibutuhkan, data tidak diperoleh secara langsung misalnya melalui dokumen laporan, laporan peneliti terdahulu, data ini bisa juga dikatakan data tersedia, data ini biasanya dipergunakan untuk melengkapi data primer, bahan kepustakaan yang bisa dipergunakan dalam penelitian bukan cuma berupa teori yang matang namun bisa juga hasil-hasil penelitian yang masih memerlukan pengujian kebenarannya (Sari, 2023). Data

sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari jurnal, artikel ilmiah, buku bacaan yang relevan dan data dari pihak sekolah.

2.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses atau upaya pengolahan data menjadi sebuah informasi baru agar karakteristik data tersebut menjadi mudah dimengerti dan berguna untuk solusi permasalahan, khususnya yang berhubungan dengan Penelitian. Pada analisis data kuantitatif umumnya tahap-tahap yang dilakukan yaitu sebagai berikut :

1. *Editing* (Tahap Pemeriksaan)

Editing adalah kegiatan yang dilaksanakan setelah peneliti selesai menghimpun data di lapangan. Kegiatan ini menjadi penting karena kenyataannya bahwa data yang terhimpun kadang kala belum memenuhi harapan peneliti, ada diantaranya kurang atau terlewatkan, tumpang tindih, berlebihan bahkan terlupakan. Oleh karena itu, keadaan tersebut harus diperbaiki melalui *editing*.

2. *Coding* (Pengkodean)

Setelah tahap *editing* selesai dilakukan, kegiatan berikutnya adalah mengklasifikasikan data-data tersebut melalui tahap koding. Maksudnya bahwa data yang telah diedit tersebut diberi identitas sehingga memiliki arti tertentu pada saat dianalisis.

3. *Entering* (Pengimputan)

Setelah pemberian kode, data kemudian dimasukkan kedalam perangkat pengelola data sesuai dengan kategori dan indikator yang telah ditentukan. Pada proses ini data yang dimasukkan harus teliti dan akurat.

4. *Cleaning* (Proses Pengecekan ulang)

Pada proses ini data dicek ulang sebelum akhirnya dianalisis, data yang dimasukkan kedalam perangkat pengelola data adalah data yang telah sesuai dan akurat, pada tahap ini harus benar benar diperhatikan agar dalam proses analisis tidak mengalami kendala.

5. *Analyzing*

Analyzing adalah bagian terakhir dari pengolahan data. Maksud tabulasi adalah memasukkan data pada tabel-tabel tertentu dan mengatur angka-angka serta menghitungnya. Dengan tabulasi ini akan memudahkan peneliti ini menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). SPSS merupakan sebuah software yang diperuntukkan untuk membantu mengolah data kuantitatif dengan lebih cepat.

Adapun model analisis yang digunakan adalah

a). Regresi Linear Sederhana

Regresi linier sederhana digunakan untuk menganalisis keterkaitan secara linier antara satu variabel independen (X) dengan satu variabel dependen (Y). Analisis ini digunakan untuk menyatakan hubungan linier antara dua variabel di mana salah satu variabel dianggap mempengaruhi variabel yang lain. Variabel yang mempengaruhi dinamakan variabel independen (bebas) dan variabel yang dipengaruhi dinamakan variabel dependen (terikat) (Sahir, 2022).

Rumus regresi linear sederhana sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta X$$

Keterangan :

Y : Variabel Dependen

- X : Variabel Independen
- α : Konstanta
- β : Koefisien Regresi

Adapun syarat sebelum melakukan analisis regresi linear sederhana yaitu melakukan Uji Asumsi Klasik. Uji Asumsi Klasik merupakan uji prasyarat yang dilakukan sebelum melanjutkan analisis. Uji asumsi klasik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Uji Normalitas dan Uji Linearitas. Uji Normalitas digunakan untuk melihat apakah nilai Residual yang dihasilkan dari regresi terdistribusi secara normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah apabila datanya berdistribusi normal. Dalam penelitian ini teknik uji normalitas yang digunakan adalah kolmogorov smirnov. Uji kolmogorov smirnov merupakan salah satu uji statistik yang digunakan untuk menguji normalitas sebuah data selain menggunakan analisis grafik.

Adapun pengambilan keputusan uji normalitas dengan teknik kolmogorov smirnov sebagai berikut:

- Jika nilai Asymp Sig 2-tailed > 0.05. maka nilai residual data berdistribusi normal.
- Jika nilai Asymp Sig 2-tailed < 0.05. maka nilai residual data berdistribusi tidak normal

Uji Linearitas digunakan untuk melihat apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak. Model regresi yang baik adalah apabila data terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel X dengan Y. Dalam penelitian ini teknik uji linearitas yang digunakan adalah deviation from linearity, dimana dalam pengambilan keputusan apakah hubungan variabel independen dengan variabel dependen itu linear atau tidak. Adapun keputusan uji linearitas sebagai berikut:

- Jika nilai Devinition From Linearity Sig > 0.05. maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara Variabel X dengan Variabel Y.
- Jika nilai Devinition From Linearity Sig < 0.05. maka tidak ada hubungan yang linear secara signifikan antara Variabel X dengan Variabel Y.

b). Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan secara parsial menggunakan uji t untuk mengetahui sejauh mana variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Uji t digunakan untuk menguji koefisien regresi secara individual, sehingga dapat diketahui apakah setiap variabel independen memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen secara parsial (Sahir, 2022). Adapun kriteria pengambilan keputusan dalam uji t adalah sebagai berikut:

- Jika nilai t **hitung** < t **tabel** dan nilai signifikansi (sig) > α (0.05), maka H_0 diterima, yang berarti variabel independen tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen.
- Jika nilai t **hitung** > t **tabel** dan nilai signifikansi (sig) < α (0.05), maka H_1 diterima, yang berarti variabel independen berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen.

c). Analisis koefisien determinasi

Analisis Koefisiensi Determinasi Analisis koefisien determinasi dilakukan setelah uji regresi linear sederhana. Uji koefisien determinasi bertujuan untuk mengukur seberapa besar kontribusi atau pengaruh yang diberikan oleh variabel penyebab (X) terhadap variabel akibat(Y)

2.6 Teknik Penyajian Data

Teknik penyajian data adalah cara menampilkan atau menyajikan data yang telah dikumpulkan dan diolah dengan tujuan agar data menjadi lebih mudah dipahami dan dimengerti sehingga lebih ringkas, visual dan informatif. Data yang disajikan disesuaikan dengan narasi dan tujuan penelitian yang hendak dicapai. Berikut ini adalah teknik penyajian data yang digunakan dalam penelitian ini.

1. Tabel Distribusi Frekuensi

Tabel distribusi frekuensi adalah cara penyajian data dalam bentuk tabel yang menampilkan frekuensi kemunculan setiap nilai atau kelompok data yang dikumpulkan. Data dalam tabel ini dikumpulkan ke dalam kategori atau interval tertentu, yang digunakan untuk menggambarkan penyebaran data secara lebih terstruktur dan mudah dianalisis.

2. Diagram Batang

Diagram batang adalah teknik visualisasi data yang menggunakan batang persegi panjang secara horizontal maupun vertikal. Setiap batang mewakili kategori data yang menunjukkan seberapa sering atau frekuensi kemunculan suatu data, sehingga perbedaan ukuran batang digunakan untuk mempermudah membaca data terutama dalam membandingkan frekuensi kelompok data yang berbeda.

3. Diagram lingkaran (*Pie chart*)

Diagram lingkaran adalah teknik visualisasi data yang sederhana, di mana data disajikan dalam bentuk proporsi dari suatu data secara keseluruhan. Lingkaran akan terbagi menjadi beberapa bagian yang masing-masing bagian mewakili keseluruhan data dan ini menunjukkan perbandingan antar kategori.

2.7 Teknik Keabsahan Data

1. Uji Validitas

Dalam penelitian, validitas data adalah suatu acuan dalam menentukan ketepatan variabel penelitian. Uji Validitas juga disebut sebagai uji keabsahan dalam penelitian. Kriteria utama yang harus terpenuhi dalam Penelitian kuantitatif adalah valid, reliabel dan obyektif. Pengujian validitas instrumen penelitian digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu instrumen penelitian. Suatu instrumen dikatakan valid jika item-item pada instrumen dinyatakan valid berdasarkan hasil pengujian instrumen. Untuk mengetahui nilai validitas instrumen, maka hitung nilai koefisien korelasi (r -hitung) yang diuji. Hasil hitung kemudian dibandingkan dengan nilai korelasi pada tabel Pearson (r -tabel) dengan signifikansi tertentu. taraf signifikansi biasanya dipilih 5% (0.05) dan n = banyaknya data yang sesuai. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji ini yaitu :

- Jika nilai r hitung $>$ r tabel, maka item soal angket tersebut dinyatakan valid
- Jika nilai r hitung $<$ r Tabel, maka item soal angket tersebut dinyatakan tidak valid

Pada penelitian ini peneliti melakukan uji validitas terhadap responden lain (diluar dari responden utama yang memiliki karakteristik yang sama). Peneliti melakukan hal tersebut guna memastikan instrumen penelitian adalah benar, valid sehingga data yang diperoleh nantinya adalah benar dan valid. Setelah melalui uji validitas responden diluar responden utama didapatlah item pertanyaan valid sehingga kuesioner siap untuk digunakan untuk pengumpulan data.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mendapatkan alat ukur (instrumen) data

penelitian yang dapat dipercaya keabsahannya sehingga menghasilkan data yang benar-benar relevan dengan tujuan penelitian. Uji reliabilitas juga digunakan untuk menguji konsistensi jawaban responden berdasarkan instrumen penelitian. Reliabel adalah syarat yang harus terpenuhi dari suatu instrumen penelitian data penelitian. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas adalah sebagai berikut:

- Jika nilai Cronbach's Alpha > 0.60 maka kuesioner atau angket dinyatakan reliabel atau konsisten
- Jika nilai Cronbach's Alpha < 0.60 maka kuesioner atau angket dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten.