

SURAT TUGAS

Nomor: 17-R/UNTAR/PENELITIAN/VIII/2024

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

1. **NINAWATI, Dra., M.M.**
2. **MEIKE KURNIAWATI, S.Psi., M.M.**

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul : HUBUNGAN TOXIC POSITIVITY DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA S1
Nama Media : SERINA VIII
Penerbit : Uniersitas Tarumanagara
Volume/Tahun : 19 Juni 2024
URL Repository : online

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

05 Agustus 2024

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : 18a38d63c595ea1a0e974340dcd7b7e8

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana



UNTAR
Universitas Tarumanagara

 **SERINA VIII**
UNTAR 2024



Terakreditasi
"UNGGUL"
oleh BAN-PT



VERY GOOD
★★★★



UNTAR untuk INDONESIA

HUBUNGAN TOXIC POSITIVITY DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA S1

*Ninawati¹, Meike Kurniawati², Regine Caitlyn Suwu³,
Syifa Humaira Nurazid⁴, Kiranna Haddy⁵,
Selly⁶, Chatrine Tan⁷, Agnes Muliani⁸*



www.untar.ac.id



Untar Jakarta



@UntarJakarta



@untarjakarta

Latar Belakang

Toxic Positivity

- Obsesi untuk selalu memiliki pikiran positif.
- Mengesampingkan emosi negatif.
- Dalam beberapa penelitian mengenai toxic positivity yang meningkat selama beberapa tahun terakhir, ditemukan bahwa subjek yang diteliti kebanyakan merupakan Generasi Z, khususnya mahasiswa karena penyebab internal maupun eksternal seperti praktik kebiasaan berpikir positif yang berlebihan, berbagai tekanan akademik, dan media sosial (Jindal et al. 2022)

Stres

- Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), stres adalah gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar; ketegangan.

Latar Belakang

Dampak Toxic Positivity

- Kognitif:
 - Ambivalensi dan minimisasi pengalaman subjektif.
- Emosional:
 - Rasa malu
 - Memendam emosi,
 - Frustrasi,
 - Invalidasi,
 - Menyembunyikan emosi,
 - Kesedihan.
- Perilaku:
 - *Coping avoidance*,
 - Isolasi,
 - Tidak termotivasi secara akademis,

Metode Penelitian

Partisipan

214 partisipan; 168 perempuan, 46 laki-laki.
Mahasiswa aktif S1,
Tidak sedang cuti kuliah,
Berumur kisaran 17-25 tahun.

Desain Penelitian

Korelasional deskriptif,
Metode kuantitatif,
Kuesioner daring (Google Forms).

Instrumen Penelitian

Toxic Positivity: Kuesioner Jindal et al. (2022),
Stres: Kessler Psychological Distress Scale (K10),
Alat angket: Skala Likert, 28 pertanyaan.



Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Data Jenis Kelamin Responden

<i>Jenis Kelamin</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase</i>
Laki-Laki	168	78.5
Perempuan	46	21.5

Tabel 2. Data Usia Responden

<i>Usia (tahun)</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase</i>
17	10	4.7
18	29	13.6
19	110	51.4
20	42	19.6
21	13	6.1
22	9	4.2
23	1	0.5

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test & Uji Linearitas

<i>Independent Variable (Toxic Positivity)</i>	<i>Keterangan</i>	<i>Dependent Variable (Stres)</i>	<i>Keterangan</i>
0.57 ($p > 0,05$)	Terdistribusi Normal	.001 ($p < 0,05$)	Terdistribusi tidak Normal

Tabel 4. Tingkat Stres Mahasiswa

<i>Kategori</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase</i>
<i>Well</i>	16	7.5
<i>Mild</i>	34	15.9
<i>Moderate</i>	40	18.7
<i>Severe</i>	124	57.9

Uji Normalitas: Terdistribusi tidak normal.

Uji Korelasi (Spearman): $r_s(214) = 0.116$, $p > 0.05$.

Dengan demikian terima H_0 , artinya tidak ada hubungan signifikan antara toxic positivity dengan tingkat stres.



Hasil dan Pembahasan

Tabel 5. Korelasi Dimensi-Dimensi *Toxic Positivity* Responden Laki-laki

<i>Variabel</i>	<i>Spearman Correlation</i>	<i>p</i>
<i>Hide & Dismiss</i>	0.513	.000
<i>Hide & Blind</i>	0.181	.229
<i>Dismiss & Blind</i>	0.459	.000

Tabel 7. Korelasi *Toxic Positivity* dengan Tingkat Stres Berdasarkan Usia

<i>Usia</i>	<i>Spearman Correlation</i>	<i>p</i>
≤20 tahun	0.212	.003
>20 tahun	-0.532	.009

Tabel 6. Korelasi Dimensi-Dimensi *Toxic Positivity* Responden Perempuan

<i>Variabel</i>	<i>Spearman Correlation</i>	<i>p</i>
Hide & Dismiss	0.472	.000
Hide & Blind	0.371	.000
Dismiss & Blind	0.548	.000

Tabel 8. Korelasi Dimensi *Toxic Positivity* dengan Tingkat Stres Berdasarkan Usia

<i>Usia</i>	<i>Variabel</i>	<i>Spearman Correlation</i>	<i>p</i>
≤20 tahun	<i>Hide</i>	0.302	.000
	<i>Dismiss</i>	0.222	.002
	<i>Blind</i>	0.068	.348
>20 tahun	<i>Hide</i>	-0.201	.359
	<i>Dismiss</i>	-0.521	.011
	<i>Blind</i>	-0.554	.006



Saran Penelitian

Saran

- Sebaiknya validitas dan reliabilitas adaptasi alat ukur oleh Jindal et al. (2022) diteliti lebih lanjut.
- Alat ukur yang disesuaikan dengan budaya Indonesia akan membuat penelitian menjadi lebih valid.
- Penelitian hubungan toxic positivity dengan tingkat stres juga dapat direplika dan dilakukan menggunakan kriteria responden tahap umur yang spesifik.

SERTIFIKAT

DIBERIKAN KEPADA

Ninawati

SEBAGAI
PEMAKALAH
DENGAN JUDUL
**HUBUNGAN TOXIC POSITIVITY DENGAN TINGKAT STRES
MAHASISWA S1**

Seri Seminar Nasional Universitas Tarumanagara VIII 2024
**Peluang dan Tantangan *Artificial Intelligence* dalam Pembangunan
Sumber Daya Manusia Unggul**

Rabu, 19 Juni 2024



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE
Ketua LPPM Universitas Tarumanagara



Dr. Ade Adhari, S.H., M.H.
Ketua Panitia Serina VIII Untar 2024

SERTIFIKAT

DIBERIKAN KEPADA

Meike Kurniawati

SEBAGAI
PEMAKALAH
DENGAN JUDUL

Hubungan Toxic Positivity Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa S1

Seri Seminar Nasional Universitas Tarumanagara VIII 2024

**Peluang dan Tantangan *Artificial Intelligence* dalam Pembangunan
Sumber Daya Manusia Unggul**

Rabu, 19 Juni 2024



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE
Ketua LPPM Universitas Tarumanagara



Dr. Ade Adhari, S.H., M.H.
Ketua Panitia Serina VIII Untar 2024