

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sejak diciptakannya manusia, sadar maupun tidak sadar telah menjadi anggota dari suatu kelompok sosial. Begitu manusia lahir sudah terbentuk anggota baru dari kelompok keluarga sampai memasuki bangku sekolah yang tergolong menjadi anggota kelompok kelas dan seterusnya. Secara singkat manusia terbentuk dari sebuah organisasi terkecil yakni *genetis* atau keluarga, organisasi rukun tetangga, rukun warga, organisasi masyarakat, organisasi pendidikan (sekolah) hingga organisasi dunia. Setiap bentuk perkumpulan antara dua orang atau lebih yang saling bekerja sama dikenal dengan istilah organisasi. Organisasi merupakan sekumpulan orang yang di dalamnya terdapat hubungan untuk saling bersinergi mencapai visi dan misi organisasi. Hal ini selaras dengan pendapat David (dalam Syukran, 2022) yang mendefinisikan bahwa organisasi mempunyai pola kerja yang teratur, serta didirikan oleh individu dan terdiri dari beberapa individu dalam rangka mencapai tujuan tertentu.

Menurut Rachman (2016), para ahli memberikan julukan kepada manusia sebagai *homo socius* (makhluk sosial), dan *homo laden* (makhluk bekerja). Dalam setiap kelompok organisasi, para anggota memainkan peran yang berbeda-beda. Sebagai ayah, ibu, anak, ketua, sekretaris, karyawan dan sebagainya yang mempunyai tugas dan tanggung jawabnya masing-masing. Individu yang tergolong dalam sebuah organisasi mempunyai peranan, tugas serta tanggung jawab penting. Dalam tatanan organisasi, individu hendaknya menjalankan peran sebagai anggota sesuai dengan wewenang dan tanggung jawab yang telah ditentukan. Karena adanya pemenuhan tanggung jawab atau tuntutan tersebut, terdapat individu yang mampu memenuhi peranan, tanggung jawab secara profesional dan terdapat pula individu yang belum mampu menjalankannya dengan baik.

Individu yang kesulitan dalam memenuhi tanggung jawab akan cenderung menyingkirkan perasaan yang dirasakannya dan selalu berpikir positif agar mendapatkan penilaian positif dari orang lain. Dalam berorganisasi, individu atau anggota organisasi dituntut untuk mampu menjalankan tugas pokok dan fungsi (tupoksi) sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Adanya tuntutan dan tekanan dalam merealisasikan program kerja menimbulkan berbagai keharusan, pikiran serta perasaan untuk selalu berpikir positif meski dalam kondisi banyak tekanan. Perilaku semacam ini sering dikenal dengan perilaku *toxic positivity*. Selaras dengan pendapat Santrio Pamungkas (2020), apabila seseorang berada dalam kondisi di bawah tekanan atau kesedihan, kemudian memaksakan diri untuk senantiasa berpikir positif. Maka akan cenderung menyalahkan diri sendiri, karena merasa tidak dihargai dan menganggap dirinya tidak sesuai dengan yang orang lain harapkan. Kondisi inilah yang disebut dengan *toxic positivity*. Perilaku *toxic positivity* bisa muncul di lingkungan organisasi disebabkan oleh adanya pengaruh dalam diri individu pengurus untuk mendapatkan penilaian positif dari orang lain.

Menurut beberapa studi psikologi, menyangkal sekaligus menolak sebuah perasaan akan membawa individu pada perasaan *stress* dan akan sulit untuk menghindari perasaan *stress* tersebut. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Monica pada tahun 2021 dengan menghasilkan temuan bahwa *toxic positivity* dianggap sebagai pemberian respon motivasi yang tidak sesuai. Hal ini akan mengakibatkan timbulnya perasaan marah, kecewa dan tidak dipahami serta berdampak negatif pada fisik dan psikologis individu yang mengalaminya. Tidak hanya itu, kalimat positif yang mengandung *toxic positivity* justru seringkali ditemukan pada kekerasan verbal. Dengan demikian, menekan perasaan negatif akan menjadi manifestasi dari perasaan kecemasan dan depresi bahkan penyakit fisik (Yolanda, 2023).

Seiring berkembangnya zaman, tidak menutup kemungkinan pola pikir dan pemikiran manusia dewasa juga ikut berkembang. Ketika manusia

dewasa mengalami hal-hal di luar kendalinya, tak jarang dari sebagian manusia yang lain akan melontarkan kalimat-kalimat motivasi dan pendukung lainnya yang bersifat positif. Ucapan dukungan maupun positif lainnya disampaikan guna menjadi pendorong terciptanya sebuah semangat yang baru sehingga mampu untuk melupakan kesedihannya sejenak. Pemberian kalimat positif kepada seseorang yang sedang mengalami kesedihan tentulah merupakan hal yang wajar. Namun, tak jarang pula pemberian kalimat yang positif mampu menciptakan suasananya yang positif juga. Tanpa disadari kalimat positif juga seringkali menjadi kalimat penyengat, apalagi individu yang sedang dalam kondisi dan situasi terpuruk mampu menimbulkan dampak yang negatif. Hal itu disebabkan ucapan yang mengandung positif menuntut penerimanya untuk selalu berpikir positif. Selaras dengan pendapat Primastiwi (2020), ketika individu dituntut untuk selalu berpikiran positif, individu tersebut juga harus secepat mungkin menghilangkan pikiran negatif yang sedang dirasakan. Individu harus selalu dituntut untuk berusaha menolak dan menyangkal perasaan negatif yang muncul.

Dengan demikian, sebagian orang menganggap bahwa individu tidak diperkenankan untuk merasakan perasaan negatif yang mengakibatkan kesedihan, padahal dengan begitu akan menimbulkan dampak yang buruk bagi diri sendiri. Keadaan ketika individu dituntut untuk selalu berpikir positif pada keadaan yang terjadi dalam diri. Hal ini diperkuat dengan pendapat Quintero dan Long (2019), yang menyebutkan bahwa *toxic positivity* merupakan sebuah keadaan yang tidak efektif atau ketidakefektifan akan segala penyamarataan yang berlebihan dari kondisi bahagia dan selalu optimis disemua lini kehidupan. Bertujuan untuk menolak dan meniadakan perasaan negatif atau emosi negatif dalam diri manusia serta menggantinya ke arah emosi yang positif. Tentulah fenomena semacam ini sudah sering terjadi dikalangan masyarakat khususnya di lingkungan organisasi, yang senantiasa dituntut untuk selalu berpikir positif. Padahal nyatanya banyak sekali tekanan dalam diri aktivis organisasi. Jika

hal ini terus menerus dilakukan, akan sangat berpengaruh dan memperburuk kesehatan mental seorang individu.

Toxic positivity juga akan sangat berpengaruh pada hubungan antar sesama manusia. Menurut Quintero dan Long (2019), ketika individu menolak perasaan yang sedang dirasakan, maka individu tersebut akan mulai hidup dengan kepalsuan dan kehilangan pemahaman dengan dirinya dan dunianya. Ketika seorang individu kehilangan pemahaman bersama diri sendiri tentulah akan menyulitkan orang lain terkoneksi dengan diri individu tersebut. Akibatnya, secara tidak langsung adanya penolakan perasaan negatif justru akan menciptakan individu yang bukan apa adanya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan sebelumnya, subjek penelitian menjelaskan bahwa kesulitan mengutarakan perasaan yang dirasakan ketika berada dalam sebuah emosi yang tidak stabil/tekanan. Tetapi, lingkungan sekitar serta pemenuhan tanggung jawab menuntut untuk selalu berpikir positif, berperilaku ceria dan tidak menunjukkan emosi yang negatif. Sehingga subjek kesulitan untuk *aware* terhadap perasaan yang sebenarnya dirasakan.

Perilaku *toxic positivity* ini seringkali terjadi ketika seorang individu secara terus menerus mendorong individu lain atau bahkan dirinya sendiri untuk berpikir positif dan juga memandang segala sesuatu dari sisi positifnya ketika berada dalam kondisi yang kurang baik (Cherry, 2021). Sehingga mampu memunculkan jarak antar hubungan sesamanya. Dalam menghadapi perilaku beracun ini diperlukan aspek yang kuat yakni aktualisasi diri yang baik. Aktualisasi diri ini berkaitan dengan kompetensi atau kemampuan yang diyakini individu bahwa dirinya mampu menunjukkan kompetensinya dengan baik tanpa dipengaruhi oleh perilaku *toxic positivity*.

Menurut Maslow (dalam Hadori, 2015), individu yang sudah mencapai tingkat aktualisasi diri akan memiliki ciri mampu melewati hierarki kebutuhan dan sanggup menjadi individu yang berkembang dalam mengaktualisasikan dirinya. Bentuk-bentuk aktualisasi diri menurut Maslow dalam perspektif Islam itu berkaitan dengan bentuk teknik

merealisasikan amanah sebagai seorang hamba yang Allah berikan. Seperti yang dijelaskan Pasiska dan Alisyahbana (2021), menjelaskan bahwa bentuk-bentuk aktualisasi diri dalam Islam berhubungan dengan cara mewujudkan perintah yang Allah berikan kepada manusia sebagai hamba. Berdasarkan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an yang artinya:

“Dan carilah (pahala) akhirat melalui apa yang dianugerahkan Allah kepadamu, tetapi janganlah engkau lupakan bagianmu di dunia dan berbuat baiklah (kepada orang lain), sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi, sungguh Allah tidak menyukai orang yang berbuat kerusakan” (QS. Al-Qassas ayat 77).

Beberapa penelitian sebelumnya, menunjukkan pentingnya aktualisasi diri. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Elwas pada tahun 2022 di wilayah kabupaten Ngawi dengan tujuan untuk mengetahui kecenderungan aktualisasi diri pada dewasa awal dengan responden berusia 20-30 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 32% responden di wilayah Ngawi memiliki kecenderungan aktualisasi diri yang sangat tinggi, 13% aktualiasi diri tinggi, 23% aktualisasi sedang, 28 % aktualiasi diri rendah, dan hanya 3% yang menunjukan aktualisasi diri sangat rendah. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Kamilin (2017) mengenai komitmen organisasi dan aktualisasi diri menunjukkan hasil penelitian bahwa terdapat korelasi yang baik dan signifikan antara komitmen organisasi dengan proses aktualisasi diri.

Kemampuan aktualisasi diri sangat penting bagi perkembangan individu, karena dengan mengaktualisasikan dirinya individu mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal. Ketika individu mempunyai kemampuan aktualisasi yang rendah, maka akan menghambat proses aktualisasi dirinya. Hal ini biasanya dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal individu tersebut. Misalnya, dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman tentang diri sendiri, kurangnya penerimaan diri, faktor lingkungan serta pola asuh.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 5 Februari 2025, pengurus organisasi khususnya pengurus IPPNU Kecamatan Palasah masih terdapat beberapa anggota pengurus yang belum mampu memaksimalkan kemampuan aktualisasi dirinya disebabkan oleh adanya tuntutan pemenuhan peran dan tanggung jawab serta kurangnya kontribusi dari beberapa pengurus yang lainnya. Jika dilihat dari aspek-aspek aktualisasi diri menurut Maslow, masih terdapat aspek yang belum terpenuhi. Terlihat dari segi aspek spontanitas misalnya, subjek terlihat pendiam dan kurang bergerak aktif ketika berkegiatan serta kurangnya *problem solving* yang baik ditandai dengan perilaku yang lebih banyak diam dan memulai pembicaraan hanya ketika diawali oleh orang yang bertanya. Tampak dari perilaku beberapa pengurus yang berperilaku pasif serta kesulitan dalam mengutarakan pendapat ketika di forum diskusi.

Tatanan kepengurusan sebuah organisasi, individu perlu mempunyai kreatifitas, moralitas, spontanitas, penerimaan diri serta kemampuan pemecahan masalah yang baik untuk meningkatkan *value* diri melalui proses aktualisasi diri (Lukman & Nirwana, 2020). Adanya kemampuan pengambilan keputusan dalam proses aktualisasi diri terkait dengan perilaku dan pandangan, pada dasarnya setiap manusia atau individu mempunyai ciri khasnya masing-masing. Sehingga mempunyai kebebasan untuk memilih dan mengambil keputusan. Kemampuan mengambil keputusan secara tepat agar karir mampu terarah sesuai dengan potensi atau kemampuan yang dimiliki individu tersebut.

Sebagai salah satu organisasi, peran IPNU-PPNU akan sangat berpengaruh terhadap dunia pendidikan, dan pengembangan karir anggotanya (Burhan, 2017). Budaya organisasi ini secara khusus akan mampu membawa dampak bagi kehidupan anggotanya, baik dari pola pikir, pengetahuan, atau keterampilan sesuai dengan siklus kehidupan dan perkembangan zaman terutama bagi proses aktualisasi dirinya. Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan, masih terdapat beberapa faktor penghambat proses aktualisasi individu salah satunya adalah adanya

tuntutan dalam pemenuhan peran dan tanggung jawab sebagai anggota organisasi.

Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan dampak tuntutan aktualisasi diri terhadap perilaku *toxic positivity* pengurus IPPNU di Kecamatan Palasah. Karena pengurus organisasi biasanya mempunyai peranan dan tanggung jawab penting dalam merealisasikan visi dan misi organisasi. Tidak hanya itu, pengurus organisasi memiliki potensi yang sangat besar yang perlu diaktualisasikan dengan baik melalui aktualisasi dirinya. Oleh karena itu, peneliti ingin sekali mengetahui secara mendalam dengan tetap mengenai dampak tuntutan aktualisasi diri yang terjadi dikalangan aktivis atau pengurus organisasi terhadap terbentuknya perilaku *toxic positivity*. Dengan demikian, mampu menjawab pertanyaan mengenai perilaku tersebut bisa menghambat proses aktualisasi diri pengurus atau bahkan justru menjadi daya tarik tersendiri. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti sekaligus penulis sangat tertarik mengambil judul "**Dampak Tuntutan Aktualisasi Diri Terhadap Perilaku *Toxic Positivity* Pada Pengurus IPPNU Kecamatan Palasah**".

B. Perumusan Masalah

Perumusan masalah ini merupakan sebuah acuan atau pijakan untuk memulai sebuah penelitian. Adapun perumusan masalah ini berisikan identifikasi masalah, pembatasan masalah serta pertanyaan penelitian, yaitu:

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka masalah-masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Terdapat pengurus yang kesulitan mengutarakan perasaan yang sebenarnya dirasakan, serta dituntut untuk selalu berpikir positif disegala situasi dan kondisi maupun tekanan/tuntutan.

- b. Adanya tuntutan pemenuhan tanggung jawab atau kebutuhan aktualisasi diri.
- c. Dampak tuntutan aktualisasi diri dalam organisasi yang memunculkan perilaku *toxic positivity*.

2. Pembatasan Masalah

Adapun bentuk pencegahan untuk mencegah meluasnya permasalahan dalam penelitian ini, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti. Permasalahan dalam penelitian yang erat kaitannya dengan judul penelitian, yaitu:

- a. Pembatasan ini hanya mencakup anggota pengurus IPPNU Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka yang mengalami keterhambatan dalam proses aktualisasi diri.
- b. Pembatasan ini juga hanya mencakup tentang dampak tuntutan aktualisasi diri terhadap perilaku *toxic positivity* pada pengurus IPPNU Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan dengan adanya pembatasan masalah yang telah disebutkan diatas, maka peneliti menyusun beberapa pertanyaan penelitian. Di antaranya adalah sebagai berikut :

- a. Bagaimana gambaran tuntutan aktualisasi diri pada pengurus IPPNU Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka?
- b. Bagaimana gambaran perilaku *toxic positivity* pada pengurus IPPNU Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka?
- c. Bagaimana dampak tuntutan aktualisasi diri terhadap perilaku *toxic positivity* pada pengurus IPPNU Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil dari rumusan masalah diatas, maka adanya penelitian ini mempunyai tujuan. Yaitu:

1. Menggambarkan bentuk tuntutan aktualisasi diri pengurus IPPNU Kecamatan Palasah.
2. Mendeskripsikan mengenai gambaran perilaku *toxic positivity* pada pengurus IPPNU Kecamatan Palasah.
3. Menganalisis tentang dampak tuntutan aktualisasi diri terhadap perilaku *toxic positivity* pada pengurus IPPNU Kecamatan Palasah.

D. Kegunaan Penelitian

Dilihat dari tujuan penelitian yang peneliti harapkan, maka adanya manfaat atau kegunaan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan mampu menjadi kebermanfaatan khususnya bagi pengurus IPPNU Kecamatan Palasah kedepannya. Peneliti juga mengharapkan supaya hasil penelitian ini mampu menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya dikemudian hari, yang erat kaitannya dengan perilaku *toxic positivity* dikalangan organisasi.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Lembaga

Melalui penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini, juga diharapkan mampu menjadi tolak ukur mengenai perilaku *toxic positivity* yang terjadi di lingkungan organisasi khususnya dikalangan pengurus IPPNU Kecamatan Palasah terhadap proses aktualisasi dirinya. Sehingga seluruh pengurus mampu menjaga eksistensinya dalam dunia pendidikan, organisasi dan kemasyarakatannya dengan mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

- b. Bagi Masyarakat

Berdasarkan dengan hasil dari penelitian yang dilakukan peneliti ini, diharapkan juga mampu memberikan edukasi dan pencegahan terhadap perilaku *toxic positivity*. Sehingga masyarakat

khususnya pengurus organisasi mampu mempunyai kesadaran akan potensi pengembangan dalam diri serta mampu mengaktualisasikan dirinya.

c. Bagi Penulis

Peneliti berharap agar penelitian ini mampu memberikan manfaat bagi generasi berikutnya. Peneliti juga berharap penelitian yang dilakukan ini dapat berguna sebagai pemenuhan tugas untuk mendapatkan gelar sarjana sosial (S.Sos).

E. Landasan Teori

1. Konsep *Toxic Positivity*

Toxic positivity menurut Lukin (2019), diartikan sebagai suatu konsep atau jalan yang tepat agar tetap positif dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dalam kehidupan yang diibaratkan sebagai roda berputar, tentunya individu akan dihadapkan pada perasaan-perasaan negatif maupun positif. Dalam konsep *toxic positivity* ini, individu mengesampingkan perasaan-perasaan negatif yang dirasakan. Selaras dengan pendapat Quintero dan Long (2019) yang menyatakan bahwa *toxic positivity* ini artinya individu berfokus pada hal-hal positif dan mengabaikan apapun yang mampu memicu emosi yang negatif.

Menurut pendapat Cherry (2021), *toxic positivity* merupakan suatu kepercayaan untuk diyakini bahwa seberapapun sulit dan mengerikannya keadaan yang ada, individu harus mempertahankan pemikiran yang positif. Lebih lanjut Quintero dan Long (2019), menambahkan bahwa proses dari *toxic positivity* akan mampu menghasilkan penyangkalan, minimalisasi dan invalidasi terhadap pengalaman emosi yang sebenarnya. Aspek-aspek *toxic positivity* terdiri dari menyingkirkan sebuah permasalahan, merasa bersalah, menyembunyikan perasaan, meminimalisir perasaan terhadap orang lain supaya merasa nyaman, serta mempermalukan orang lain ketika tidak mampu bersikap positif.

Berdasarkan beberapa uraian definisi mengenai *toxic positivity* diatas, dapat ditarik kesimpulannya bahwa *toxic positivity* merupakan suatu konsep kepercayaan untuk tetap positif secara berlebihan, sehingga menuntut individu agar selalu berfikir positif serta mengesampingkan perasaan/emosi yang negatif di segala keadaan sesuai dengan kelima aspek *toxic positivity*.

2. Konsep Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri dapat didefinisikan sebagai penerimaan dalam diri individu atas pemenuhan kebutuhan, rasa memiliki, kasih sayang, hormat, harga diri, dan cinta (Ortiz, 2017). Menurut Maslow (dalam Kaufman, 2018) menyatakan bahwa individu yang mengaktualisasikan diri adalah individu yang sudah terpenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya. Kebutuhan-kebutuhan ini terdiri dari kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang dan pengakuan, serta kebutuhan akan penghargaan. Sehingga individu tersebut mampu berfokus pada kesehatan, pertumbuhan, serta keutuhan kehidupan. Selain itu, Maslow juga berpendapat bahwasannya individu yang mampu mengaktualisasikan dirinya adalah individu yang berkepribadian sehat. Individu tersebut ialah individu yang dapat mengembangkan potensinya tanpa melupakan lingkungan sekitarnya serta bersifat alami, spontan, dan berekspresi.

Menurut pendapat yang dikemukakan Krems (2017), aktualisasi merupakan kesadaran penuh yang dimiliki individu terhadap potensi dalam dirinya. Aspek-aspek aktualisasi menurut Maslow terdiri dari kreativitas, moralitas, penerimaan diri, spontanitas, dan yang terakhir pemecahan masalah atau *problem solving*.

Dari beberapa uraian diatas mengenai definisi aktualisasi diri, maka dapat disimpulkan bahwasanya aktualisasi diri adalah kesadaran penuh yang dimiliki oleh individu untuk dapat mencapai pemenuhan dasar dalam hidupnya sehingga individu tersebut mampu menerima dan

menyempurnakan segala potensi yang dimiliki sesuai dengan aspek-aspek aktualisasi diri.

F. Signifikasi Penelitian

Signifikasi penelitian ini secara teoritis diharapkan mampu menyalurkan kontribusi dalam pengembangan pemahaman teori organisasional, khususnya di lingkungan lembaga masyarakat daerah, dalam hal ini IPPNU Kecamatan Palasah sebagai salah satu lembaga organisasi pelajar daerah yang dinaungi oleh organisasi kemasyarakatan/keagamaan. Dalam hal praktis, hasil dari penelitian yang dilakukan ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih masukan khususnya terkait aspek-aspek *toxic positivity* serta aktualisasi diri bagi pengurus. Selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan mampu berpengaruh terhadap pengembangan kinerja dan aktualisasi diri pengurus IPPNU Kecamatan Palasah.

G. Kajian Literatur

Dalam penyusunan penelitian ini, peneliti menyusunnya dengan merujuk pada lima penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Penelitian yang berkaitan dengan judul maupun terkait dengan penelitian ini. Adapun penelitian terdahulunya, adalah sebagai berikut:

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Monica Geaby Rivana Kojongian, pada tahun 2022 yang berjudul Sisi Lain dari Konsep untuk Selalu Positif dalam Segala Kondisi pada Perilaku *Toxic Positivity*". Aspek yang diteliti oleh Monica ialah perilaku *toxic positivity* yang terjadi di lingkungan masyarakat menyebabkan kekerasan verbal. Sehingga menyebabkan partisipan menjadi pendiam dan tertutup akan sebuah permasalahan. Efek jangka panjangnya adalah dampak negatif yang timbul akibat perilaku tersebut baik secara fisik maupun psikologis. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada jenis pendekatan penelitian yang menggunakan

kualitatif, teknik pengumpulan data serta teknik analisis datanya. Kemudian, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada penggunaan jenis metode penelitian serta subjek penelitiannya.

2. Penelitian terdahulu yang dilakukan Elwas DKK pada tahun 2022, dengan judul penelitian “Aktualisasi Diri Individu Dewasa Awal di Wilayah Kabupaten Ngawi”. Hasil penelitiannya adalah menunjukkan bahwa sebanyak 32% responden di wilayah Ngawi memiliki kecenderungan aktualisasi diri yang sangat tinggi, 13% aktualiasi diri tinggi, 23% aktualisasi diri sedang, 28 % aktualiasi diri rendah dan hanya 3% yang menunjukkan aktualisasi diri sangat rendah. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada kesamaan salah satu variabelnya yakni aktualisasi diri. Selanjutnya, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada jenis pendekatan penelitian, pemilihan metode penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data nya serta jumlah subjek dalam penelitian.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Yolanda DKK pada tahun 2023 dengan judul penelitian "Hubungan Antara *Toxic Positivity* (Racun Positif) dan Burnout (Kejenuhan) Belajar Pada Peserta Didik SMP Katholik Imaculata Ruteng”. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang kuat dengan arah yang positif dengan artian semakin tinggi *toxic positivity* maka semakin tinggi pula tingkat kejenuhan belajar siswa. Begitupun sebaliknya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada kesamaan salah satu variabelnya yakni *toxic positivity*. Selanjutnya, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada jenis pendekatan penelitian, pemilihan metode penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data nya serta jumlah subjek dalam penelitian.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Anang Alfian Rois pada tahun 2019, dengan judul penelitian "Aktualisasi Diri Aktivis Mahasiswa Organisasi

Ekstra Kampus Melalui Budaya Patron Klien Pada Organisasi KAMMI dan PMII di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta". Hasil dari penelitian ini adalah organisasi KAMMI dan PMII terdapat proses menuju aktualisasi diri dari masing-masing kadernya. Persamaan penelitian ini dengan sebelumnya adalah terletak pada kesamaan salah satu variabelnya yakni aktualisasi diri. Selanjutnya, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada pemilihan dan penggunaan jenis pendekatan penelitian, pemilihan metode penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data nya serta jumlah subjek dalam penelitian.

5. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tezar Arianto & Ervina Ernita (2021) dengan judul penelitian “Analisis Pengaruh Kebutuhan Aktualisasi Diri, Penghargaan dan Kebutuhan Sosial Terhadap Pengembangan Karir”. Hasil penelitian menunjukkan kebutuhan aktualisasi diri (X_1) berpengaruh positif terhadap pengembangan karir (Y) pada PT. Bukit Angkasa Makmur Bengkulu Tengah. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada kesamaan salah satu variabelnya yakni aktualisasi diri. Selanjutnya, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada pemilihan dan penggunaan jenis pendekatan penelitian, pemilihan metode penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data nya serta jumlah subjek dalam penelitian.

Tabel 1.1

Persamaan dan Perbedaan Penelitian

No	Identitas Peneliti	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Monica & Doddy (2022)	Toxic positivity: Sisi Lain dari Konsep untuk Selalu Positif dalam Segala Kondisi.	Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah jenis pendekatan dan Teknik pengumpulan data serta	Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada jenis metode

			teknik analisis data	penelitian, dan subjeknya.
2.	Elwas DKK (2022)	Aktualisasi Diri Individu Dewasa Awal di Wilayah Kabupaten Ngawi	Kesamaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya ini adalah pada salah satu variabelnya.	Pada jenis pendekatan, teknik pengumpulan dan analisis data, dan jumlah subjek
3.	Teguh & Arundhati (2015)	Hubungan Antara Kohesivitas Organisasi dengan Aktualisasi Diri pada Anggota Komunitas Pemuda Gereja	Terletak pada kesamaan variabel terikat	Dari segi pendekatan penelitian, metode penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis datanya serta pada penentuan subjek penelitian.
4.	Anang (2019)	Aktualisasi Diri Aktivistis Mahasiswa Organisasi Ekstra Kampus Melalui Budaya Patron Klien Pada Organisasi KAMMI dan PMII di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	Kesamaannya terletak pada variabel terikat antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan.	Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada jenis pendekatan penelitian, metode penelitian, teknik pengumpulan dan analisis data serta subjek penelitian.
5.	Tezar Arianto & Ervina Ernita (2021)	Analisis Pengaruh Kebutuhan Aktualisasi Diri, Penghargaan	Kesamaannya adalah mengenai variabel aktualisasi diri	Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada jenis pendekatan

		dan Kebutuhan Sosial Terhadap Pengembangan Karir.		penelitian, metode penelitian, teknik pengumpulan dan analisis data serta subjek penelitian. Tidak hanya itu, variabel terikat pun berbeda.
--	--	---	--	---

Berdasarkan perbedaan-perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Maka keterbaruan yang dilakukan oleh peneliti adalah dari segi penggunaan pendekatan penelitian yang lebih menekankan pada jenis pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dinilai sangat mendalam untuk mendalami sebuah permasalahan penelitian. Tidak hanya itu, pada penelitian ini permasalahan yang diangkat berdasarkan pada permasalahan terbaru di lingkungan masyarakat serta memadukan dengan variabel bebas yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

H. Sistematika Penelitian

Adapun sistematika penulisan dalam skripsi ini adalah:

1. Bab I

Bagian awal skripsi ini berisikan penjelasan mengenai latar belakang permasalahan, perumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian, landasan teori, kajian literatur, signifikansi penelitian, serta sistematika penelitian.

2. Bab II

Bagian isi ini menguraikan penjelasan terkait dengan tinjauan teoritis atau pemikiran yang memberikan uraian umum tentang *toxic positivity* dan aktualisasi diri.

3. Bab III

Pada Bab III dalam penulisan skripsi ini berisikan tentang metode penelitian serta profil lembaga.

4. Bab IV

Pada Bab IV dalam penulisan skripsi ini berisikan tentang hasil dan pembahasan

5. Bab V

Pada Bab V dalam penulisan skripsi ini berisikan tentang penutup atau simpulan.

