

***TOXIC POSITIVITY* DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL**
(Studi Kasus Pada Mahasiswa Generasi Z Kota Padang)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu
Departemen Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Andalas

Oleh:

Tsara Amalia Atmiranda

2110863018

Dosen Pembimbing:

Dr. Rahmi Surya Dewi, M.Si

Diego, M.I.Kom., M.Sos



DEPARTEMEN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2025

ABSTRAK

***TOXIC POSITIVITY* DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL**

(Studi Kasus Pada Mahasiswa Generasi Z Kota Padang)

Oleh:

Tsara Amalia Atmiranda

2110863018

Pembimbing:

Dr. Rahmi Surya Dewi, M.Si

Diego, M.I.Kom., M.Sos

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk *toxic positivity* serta cara mahasiswa Generasi Z di Kota Padang mengelola fenomena tersebut dalam komunikasi interpersonal. *Toxic positivity* dipahami sebagai dorongan positif yang berlebihan hingga menekan ekspresi emosi negatif dan mengabaikan validasi perasaan individu. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teori Dialektika Relasional sebagai kerangka analisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *toxic positivity* dialami informan dalam interaksi dengan teman sebaya, keluarga, dan lingkungan kampus, yang berdampak pada perubahan pola komunikasi dari keterbukaan menuju kecenderungan lebih tertutup. Bentuk *toxic positivity* yang paling sering ditemui adalah pemberian penyemangat secara berlebihan, pengalihan pembicaraan dari emosi negatif, serta tekanan untuk selalu menampilkan kebahagiaan. Sebagian informan juga menunjukkan adanya kesadaran emosional yang mendorong terbentuknya komunikasi lebih suportif dan empatik. Temuan ini menegaskan pentingnya penerimaan terhadap beragam emosi dalam membangun komunikasi interpersonal yang sehat di kalangan mahasiswa.

Kata Kunci: *Toxic Positivity*, Komunikasi Interpersonal, Generasi Z, Mahasiswa Kota Padang

ABSTRACT

TOXIC POSITIVITY IN INTERPERSONAL COMMUNICATION

(Case Study on Generation Z Students in Padang City)

By:

Tsara Amalia Atmiranda

2110863018

Supervisor:

Dr. Rahmi Surya Dewi, M.Si

Diego, M.I.Kom., M.Sos

This study aims to analyze the form of toxic positivity and how Generation Z students in Padang City manage this phenomenon in interpersonal communication. Toxic positivity is understood as excessive positivity that suppresses the expression of negative emotions and ignores the validation of individual feelings. This study employs a qualitative method with Relational Dialectics theory as the analytical framework. The findings reveal that toxic positivity is experienced by informants in interactions with peers, family, and the campus environment, leading to a shift in communication patterns from openness toward a more closed tendency. The most common forms of toxic positivity are excessive encouragement, diverting the conversation from negative emotions, and pressure to always appear happy. Some informants also showed emotional awareness that encouraged more supportive and empathetic communication. These findings emphasize the importance of accepting a variety of emotions in building healthy interpersonal communication among students.

Keywords: *Toxic Positivity, Interpersonal Communication, Generation Z, Padang City Students*