

**DAMPAK TIKTOK TERHADAP PSIKOLOGIS REMAJA  
(SEBUAH FENOMENOLOGI PENGALAMAN PENGGUNA  
AKTIF PADA SISWA DI SMAN 1 LUWU)**

*Skripsi*

*Di ajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Diajukan Oleh**

**NASYAWA DIFHA FARECY. A**

2101030030

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO  
2025**

**DAMPAK TIKTOK TERHADAP PSIKOLOGIS REMAJA  
(SEBUAH FENOMENOLOGI PENGALAMAN PENGGUNA  
AKTIF PADA SISWA DI SMAN 1 LUWU)**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Diajukan Oleh**

**NASYAWA DIFHA FARECY. A**

2101030030

**Pembimbing:**

- 1. Dr. Efendi P. M.Sos.I.**
- 2. Ria Amelinda, S.I.Kom., M.I.Kom.**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO  
2025**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nasyawa Difha Farecy. A  
NIM : 21 010300 30  
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya ilmiah orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri,
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan dan atau kesalahan yang ada di dalamnya adalah tanggung jawab saya.

Bilamana di kemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 28 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



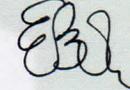
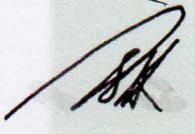
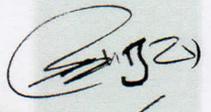
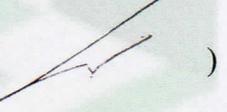
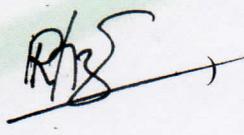
Nasyawa Difha Farecy. A  
21 010300 30

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul Dampak TikTok terhadap Psikologis Remaja (Sebuah Fenomenologi Pengalaman Pengguna Aktif pada Siswa di SMAN 1 Luwu yang ditulis oleh Nasyawa Difha Farecy. A Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 2101030030, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo, yang dimunaqasyahkan pada hari Selasa, tanggal 26 Agustus 2025 telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji dan diterima sebagai syarat meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Palopo, 08 September 2025

### TIM PENGUJI

- |                                     |               |   |
|-------------------------------------|---------------|---|
| 1. Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.         | Ketua Sidang  | (  )  |
| 2. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I.        | Penguji I     | (  ) |
| 3. Bahtiar, S.Sos., M.Si.           | Penguji II    | (  ) |
| 4. Dr. Efendi P. M.Sos.I.           | Pembimbing I  | (  ) |
| 5. Ria Amelinda, S.I.Kom., M.I.Kom. | Pembimbing II | (  ) |

### Mengetahui

a.n. Rektor UIN Palopo  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling Islam



Dr. Abdain, S.Ag., M.H.  
NIP. 197110512 199903 1 002



Abdul Mutakabbir, S.Q., M.Ag.  
NIP. 19900727 201903 1 013

## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ  
وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ

Puji dan Syukur kehadiran Allah swt. atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Dampak TikTok terhadap Psikologis Remaja (Sebuah Fenomenologi Pengalaman Pengguna Aktif pada Siswa di SMAN 1 Luwu)"

Sholawat dan salam atas junjungan Rasulullah Muhammad saw. yang merupakan suri tauladan bagi seluruh umat Islam, kepada pengikutnya, keluarganya dan para sahabatnya serta orang-orang yang senantiasa mengikuti di jalannya. Dimana Nabi yang terakhir diutus oleh Allah swt. di permukaan bumi ini untuk menyempurnakan akhlak manusia. Skripsi ini dibuat untuk memperoleh gelar sarjana sosial pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN Palopo.

Penulisan Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan memiliki berbagai kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan dukungan dan partisipasi aktif berupa kritik dan saran yang bersifat korektif dan membangun dari pembaca yang budiman, demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Oleh karena itu, disamping rasa syukur kehadiran Allah swt. penulis juga mengucapkan terima kasih yang tak

terhingga serta penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat: Penulis persembahkan kepada kedua orang tua tercinta, yaitu Ayahanda Alm. Asmadi Achmad dan Ibunda Ramla yang telah merawat, membesarkan, memberikan kasih sayang yang tak terhingga, serta selalu mendoakan dan memberikan dukungan baik secara moral maupun material kepada penulis, walaupun penuh dengan tetes keringat dan air mata. Hanya doa dan ketulusan hati yang bisa penulis berikan. Semoga senantiasa berada dalam lindungan dan limpahan kasih sayang Allah swt. Penulis juga mengucapkan banyak terima kasih kepada saudara penulis yaitu Muh. Dikcy Rezeki Ari Sandi Putra. A yang telah memberikan dukungan serta selalu mengalah demi pendidikan penulis, beserta keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu-persatu yang selama ini telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa lupa penulis juga mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Abbas Langaji., M. Ag. sebagai Rektor UIN Palopo, beserta wakil Rektor I, II dan III UIN Palopo.
2. Dr. Abdain, S. Ag, M. HI. sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan, Dakwah UIN Palopo, beserta Wakil Dekan I, II dan III Fakultas Ushuluddin, Adab, dan, Dakwah UIN Palopo
3. Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag. dan Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. sebagai ketua dan sekretaris prodi Bimbingan dan Konseling Islam di UIN Palopo beserta staf yang telah membantu dan mengarahkan dalam penyelesaian skripsi ini

4. Dr. Efendi P. M.Sos.I. sebagai pembimbing I dan Ria Amelinda, S.I.Kom., M.I.Kom. sebagai pembimbing II yang telah banyak membantu memberikan masukan dan arahan, meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta memberikan motivasi kepada penulis dengan ikhlas dalam membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Dr. Baso Hasyim, M.Sos.I. sebagai penguji I dan Bahtiar, S.Sos., M.Si. sebagai penguji II yang telah banyak memberikan arahan untuk penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh Dosen beserta staf pegawai UIN Palopo yang telah berkontribusi penulis selama penulis berada di UIN Palopo dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Zainuddin S, SE., M.Ak. sebagai Kepala Unit Perpustakaan beserta karyawan dan karyawan dalam ruang lingkup UIN Palopo, yang telah banyak membantu, khususnya dalam mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan pembahasan skripsi ini.
8. Terima kasih semua pihak yang telah ikut berpartisipasi dalam penulisan skripsi ini terkhususkan kepada siswa SMAN 1 Luwu dan pihak sekolah yang telah memudahkan saya untuk bisa mengikuti penelitian ini hingga selesai.
9. Saudara tak sedarah saya, Nurul Aiza dan Hartika terima kasih selalu memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Untuk teman-teman seperjuangan mahasiswa BKI\21 yang selama ini

telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

11. Untuk teman-teman KKN-R PM Desa Posi Posko 42, Alfia, Irma Dwi, Nurul Hilal, Nur Alisa, dan Dian Armila. Terimakasih telah menjadi bagian dari pengalaman penulis selama berkegiatan di lokasi kkn dan memberikan motivasi kepada penulis untuk terus semangat dalam mengerjakan skripsi.

Akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini meskipun banyak hambatan dan tantangan namun dapat dilewati dengan baik, karena selalu ada dukungan dan motivasi yang tak terhingga dari berbagai pihak. Semoga Allah swt. senantiasa menjaga dan meridoi setiap langkah sekarang dan selamanya. Aamiin

Palopo, 28 Agustus 2025

Nasyawa Difha Farecy. A

2101030030

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

### A. Transliterasi Arab-Latin

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin dapat dilihat pada tabel berikut:

#### 1. Konsonan

**Tabel 0.1 Transliterasi Konsonan**

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	S	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha'	H	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Żal	Ż	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	S	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	D	De (dengan titik di bawah)

ط	Ta	T	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	Z	Zet (dengan titik dibawah)
ع	'Ain	'	Apostrof terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat transliterasinya sebagai berikut:



Contoh:

مات : *māta*

قيل : *qīla*

رمي : *ramī*

يموت : *yamūtu*

#### 4. *Tā'marbūtah*

Transliterasi untuk *tā marbūtah* ada dua yaitu *tā marbūtah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t], sedangkan *tā marbūtah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *tā marbūtah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *tā marbūtah* itu ditransliterasikan dengan ha [h].

روضة الاطفال : *raudah al- atfāl*

المدينة الفاضلة : *al- madīnah al-fāḍilah*

الحكمة : *al- ḥikmah*

#### 5. *Syaddah (Tasydīd)*

*Syaddah* atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilabambangkan dengan sebuah tanda *tasydīd* ( ّ ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رَبَّنَا : *rabbanā*

نَجِينَا : *najjainā*

الْحَقَّ : *al-haqq*

نعم : nu'ima

عدو : 'aduwwun

Jika huruf ع ber-*tasydid* di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah (يَ), maka ia ditransliterasikan seperti huruf maddah menjadi ī.

Contoh:

علي : 'Ali (bukan 'Aliyy atau 'Aly)

عربي : 'Arabi (bukan A'rabiyy atau 'Araby)

## 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال (*alif lam ma'rifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*, kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

الشمس : al- syamsu (bukan asy-syamsu)

الزلزلة : al- zalzalah (bukan az- zalzalah)

الفلسفة : al-falsafah

البلاد : al- bilādu

## 7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (‘) hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تأمرون : *ta'murūna*

النوع : *al- nau'*

شيء : *syai'un*

أمرت : *umirtu*

## 8. Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah, atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah, atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah, atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya kata al-Qur'an (dari *al- Qur'ān*), Alhamdulillah, dan munaqasyah. Namun, bila kata- kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh.

Contoh:

*Syarḥ al- Arba'in al- Nawāwī*

*Rīsālah fi ri'āyahal-Maslahah*

## 9. *Lafẓ al-jalālah*

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jar* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudāf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

د دين الله *dīnillah* بالله *billāh*

Adapun *tā marbūtah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafaz aljalālah*. Ditranslitesai dengan huruf [t].

هم في رحمة الله : *hum fi raḥmatillāh*

## 10. *Huruf Kapital*

Walau sistem tulsian Arab tidak mengenal huruf capital (*all cops*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, hukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka hurud A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR).

Contoh:

*Wa mā Muḥammadun illā rasūl*

*Inna awwala baitin wuḍi'a linnāsi lallaẓī bi Bakkata mubārakan*

*Syahru Ramaḍān al-laẓī unzila fihi al-Qur'ān*

*Naṣr al-Dīn al-Ṭūsī*

*Naṣr Ḥāmid Abū Zayd*

*Al-Ṭūfī*

*Al-Maṣlahah fī al- Tasyrī al- Islāmī*

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abū (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi, contoh:

Abū al- Walīd Muḥammad ibn Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abu al  
Walid Muḥammad (bukan: Rusyd, Abu al- Walid Muhammad Ibnu).  
Naṣr Ḥāmid Abū Zaīd, ditulis menjadi: Abū Zaīd, Naṣr Ḥāmid (bukan, Zaīd,  
Naṣr Ḥamīd Abū)

## B. Daftar Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

swt. : Subhanahu Wa Ta'ala

saw. : Sallallahu 'Alaihi Wasallam

as. : 'alaihi Al- Salam

H : Hijriyah

M : Masehi

No. : Nomor

Vol. : Volume

QS. : Qur'an Surah

HR. : Hadis Riwayat

FYP : *For You Page*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xx</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xxi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xxii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xxiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>11</b>
A. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	11
B. Landasan Teori.....	15
C. Kerangka Pikir.....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>30</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	30
B. Fokus Penelitian .....	31
C. Lokasi dan Subjek Penelitian .....	31
D. Definisi Istilah .....	32
E. Desain Penelitian .....	32
F. Data dan Sumber Data .....	33
G. Instrumen Penelitian .....	34
H. Teknik Pengumpulan Data .....	36
I. Pemeriksaan Keabsahan Data .....	38
J. Teknik Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>42</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	42
B. Hasil Penelitian .....	44
C. Pembahasan .....	77
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>90</b>
A. Kesimpulan .....	90
B. Saran.....	92

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	93
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR AYAT

Kutipan ayat QS. Al-Hujurat/49:6 .....	6
--	---

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Jumlah Siswa Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	45
Tabel 4.2 Jumlah Data Informan .....	45
Tabel 4.3 Hasil Penelitian.....	80

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir.....	29
Gambar 4.1 Waktu Penggunaan TikTok Setiap Hari .....	52
Gambar 4.2 Presentase Siswa menggunakan Media Sosial .....	52
Gambar 4.3 Jenis Konten yang sering dilihat.....	52
Gambar 4.4 Interaksi Sosial Siswa SMAN 1 Luwu .....	53
Gambar 4.5 Perasaan Siswa saat menggunakan TikTok.....	53
Gambar 4.6 Alasan atau Motivasi menggunakan TikTok .....	53
Gambar 4.4 Diagram Hasil Penelitian .....	76

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Panduan Wawancara
- Lampiran 2 Dokumentasi Wawancara dengan Siswa dan Siswi SMAN 1 Luwu
- Lampiran 3 Dokumentasi Surat Permohonan Izin Penelitian dari Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Palopo
- Lampiran 4 Dokumentasi Surat Reseach/Survey
- Lampiran 5 Dokumentasi Surat Izin Penelitian dari DPMPTSP dari Kabupaten Luwu ke SMAN 1 Luwu

## ABSTRAK

**Nasyawa Difha Farecy. A, 2025.** “*Dampak TikTok terhadap Psikologis Remaja (Sebuah Fenomenologi Pengalaman Pengguna Aktif pada Siswa di SMAN 1 Luwu*”. Skripsi program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Efendi. P dan Ria Amelinda.

Skripsi ini membahas bagaimana TikTok memberikan dampak terhadap psikologis remaja dan bagaimana pola penggunaan TikTok remaja dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pola dan dampak TikTok terhadap psikologis remaja. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan dalam penelitian ini berjumlah 11 orang yang dipilih secara *purposive sampling* dengan karakteristik yang ada. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola penggunaan TikTok siswa SMAN 1 Luwu memiliki frekuensi atau durasi yang tinggi, jenis konten yang sering dilihat adalah konten tren, hiburan dan informasi atau edukasi, interaksi sosial siswa SMAN 1 Luwu melalui komentar, like, posting ulang, live, dan chat, dan perasaan siswa saat menggunakan TikTok bersifat dinamis atau berubah-ubah tergantung jenis konten yang sering mereka nonton. Selanjutnya dampak TikTok terhadap psikologis remaja dilihat dari teori Carol Ryff memiliki dampak berbeda-beda, seperti *Self-Acceptance* dan *Purpose in Life* cenderung berdampak negatif, sementara dimensi seperti *Positive Relations with Others*, *Autonomy*, dan *Personal Growth* menunjukkan dampak positif yang kuat bagi sebagian besar siswa.

**Kata Kunci:** TikTok, Psikologis, Siswa SMAN 1 Luwu

## ABSTRACT

**Nasyawa Difha Farecy. A, 2025** *“The Impact of TikTok on Adolescent Psychology (A Phenomenology of Active User Experience in Students at SMAN 1 Luwu”*. Thesis of the Islamic Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah. Palopo State Islamic Institute. Supervised by Efendi. P and Ria Amelinda”.

This thesis discusses how TikTok impacts adolescent psychology and how adolescents' TikTok usage patterns in everyday life. This study aims to determine the patterns and impacts of TikTok on adolescent psychology. This study uses a qualitative method with a phenomenological approach. Informants in this study numbered 11 people selected by purposive sampling with existing characteristics. Data were obtained through interviews, observations, and documentation. Data analysis techniques used data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that the pattern of TikTok usage of students at SMAN 1 Luwu has a high frequency or duration, the types of content frequently viewed are trending, entertainment and informational or educational content, social interactions of students at SMAN 1 Luwu through comments, likes, reposts, live, and chat, and students' feelings when using TikTok are dynamic or change depending on the type of content they frequently watch. Furthermore, the impact of TikTok on adolescent psychology seen from Carol Ryff's theory has different impacts, such as Self-Acceptance and Purpose in Life tend to have a negative impact, while dimensions such as Positive Relations with Others, Autonomy, and Personal Growth show a strong positive impact for most students.

**Keyword:** TikTok, Psychology, Students of SMAN 1 Luwu

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Ketika zaman modern dimulai, kemajuan teknologi di seluruh dunia memengaruhi banyak aspek kehidupan. Kemajuan teknologi tidak dapat dihindari dalam kehidupan kita karena kemajuan teknologi terkait erat dengan perkembangan lebih lanjut dalam sains. Teknologi adalah alat yang membantu semua orang di seluruh dunia dan memudahkan pekerjaan dan pendidikan.

Di dunia saat ini, media sosial yang sangat *booming* adalah media sosial TikTok. Media sosial Tiktok sangat luas di kalangan remaja. Menurut kalangan remaja, media sosial Tiktok sangat menarik dan memberikan kesan candu orang-orang yang menggunakannya, terutama jika mereka bosan.<sup>1</sup>

Konten yang ditampilkan di Tiktok ada berbagai macam, mulai dari konten pendidikan hingga konten hiburan ringan seperti komedi, informasi, edukasi, motivasi dan masih banyak lagi. Namun, tidak dapat disangkal bahwa sebagian besar konten di Tiktok sering menampilkan gaya hidup yang ideal, standar kecantikan tertentu, dan kinerja kehidupan yang mempengaruhi persepsi kaum muda. Untuk anak muda yang mencari ditahap identitas akan sangat berdampak pada psikologisnya seperti kecemasan, kurang percaya diri, dan depresi.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> M. Kis, Wahidah Fitriani, dan Merli Irawati, "Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi Tiktok pada Remaja: A Systematic Literature Review," *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 5, No. 1 (2024): 227–238.

<sup>2</sup> Nisa Mahmudah, Devi Purnamasari, dan Dian Nuswantoro, "Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir," *Jurnal Pendidikan Tambusai* Mahmudah, N., Purnamasari, D., & Nuswantoro, D. (2023). *Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada*

Media TikTok menunjukkan bahwa paparan konten yang difokuskan pada citra tubuh dan kesempurnaan dapat memengaruhi persepsi remaja. Banyak remaja membandingkan foto atau diri mereka dengan figur-figur populer di platform TikTok yang sering kali menampilkan gambar-gambar yang sudah melalui proses penyuntingan. Ini dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap tubuh mereka sendiri, yang dapat menyebabkan gangguan makan dan masalah citra tubuh.<sup>3</sup>

Menurut Data Indonesia Id, pada Januari 2023 jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia mencapai 167 juta orang, setara dengan 60,4% dari total populasi, menunjukkan penetrasi media sosial yang signifikan di kalangan masyarakat, terutama siswa. Kemudian APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) melaporkan bahwa remaja merupakan kelompok pengguna media sosial terbesar, dengan proporsi mencapai 90,61%. Berdasarkan tingkatan pendidikan, siswa sekolah menengah atas (SMA) adalah pengguna internet terbanyak, dengan persentase 37,69%.<sup>4</sup> Hasil survei ini menunjukkan bahwa media sosial lebih banyak digunakan oleh kalangan remaja yang umumnya berada di jenjang pendidikan menengah. Rata-rata usia siswa SMA di Indonesia berkisar antara 15 hingga 18 tahun, yang termasuk dalam kategori remaja hingga dewasa awal.<sup>5</sup>

---

*Remaja Akhir. Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(variable X), 750–758. 7, no. variable X (2023): 750–758.

<sup>3</sup> P. A. Janitra, P. Prihandini, and N. Aristi, "Pemanfaatan Media Digital Dalam Pengelolaan Kesehatan Mental Remaja Di Era Pandemi," *Buletin Udayana Mengabdi* 20, no. 1 (2021): 18.

<sup>4</sup> Survei APJII Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2022), "Profil Internet Indonesia".

<sup>5</sup> Khadijah (2019), "Perkembangan Jiwa Keagamaan pada Remaja", *Jurnal Al-Taujih*, vol. 5, hal. 114.

Penggunaan media sosial di kalangan anak remaja telah menjadi fenomena yang semakin meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2023, sejumlah remaja di Indonesia adalah 64,16 juta, atau sekitar 23,18% dari total penduduk.<sup>6</sup> Estimasi Jumlah Remaja Pengguna TikTok, jika kita mengambil 50-60% dari 157,6 juta pengguna TikTok, maka jumlah remaja yang menggunakan TikTok di Indonesia diperkirakan sekitar 62,5 juta hingga 75 juta orang.<sup>7</sup>

Pengguna aktif TikTok di Indonesia menurut *We Are Social* per Juli 2024 mencapai 157,6 juta orang, menjadikan Indonesia sebagai salah satu pasar terbesar TikTok di dunia mengalahkan Amerika Serikat.<sup>8</sup> Dari jumlah tersebut, remaja (usia 13-24 tahun) merupakan kelompok pengguna terbesar, dengan persentase sekitar 50-60% dari total pengguna TikTok di Indonesia.<sup>9</sup>

Faktor yang mempengaruhi popularitas TikTok di Kalangan Remaja, karena kontennya yang kreatif, interaktif, dan mudah diakses. Platform ini juga menjadi sarana ekspresi diri, hiburan, dan bahkan sumber penghasilan bagi sebagian remaja.

---

<sup>6</sup> Lilis Setianawati, "Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Remaja Terhadap Adab Dan Perilaku Kepada Orang Tua," *Jurnal Pendidikan: SEROJA* 2, no. 3 (2023): 175–181, <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/seroja>.

<sup>7</sup> Siti Muslichatul Mahmudah, Muthia Rahayu, and Kurniawan Prasetyo, "Virtual Identity in the Use of Tiktok for Youth in Jakarta, Indonesia," *Bricolage : Jurnal Magister Ilmu Komunikasi* 9, no. 2 (2023): 209, <https://journal.ubm.ac.id/index.php/bricolage/article/view/3916>.

<sup>8</sup> *We Are Social* dan Meltwater. (2024), "Data Pengguna TikTok di Indonesia tahun 2024", Digital 2024: GlobalOverviewReport. Diakses dari <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024/>.

<sup>9</sup> Nisa Mahmudah, Devi Purnamasari, dan Dian Nuswantoro, "Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir," *Jurnal Pendidikan Tambusai* Mahmudah, N., Purnamasari, D., & Nuswantoro, D. (2023). Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(variable X), 750–758. 7, No. variable X (2023): 750–758

Data ini menunjukkan bahwa TikTok memiliki penetrasi yang sangat tinggi di kalangan remaja Indonesia.<sup>10</sup>

Beberapa tahun terakhir, TikTok telah menarik jutaan pengguna di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intensif, termasuk TikTok, sering berkorelasi dengan peningkatan stres dan tingkat ketakutan di kalangan remaja. Sebuah studi oleh Mardiana dan Maryana (2024) menunjukkan bahwa remaja yang menghabiskan lebih dari tiga jam per hari di TikTok melaporkan peningkatan signifikan dalam kecemasan dan depresi akibat perbandingan sosial dan tekanan untuk memenuhi standar kecantikan yang tidak realistis.<sup>11</sup>

Namun, di balik popularitasnya, muncul berbagai masalah yang patut diperhatikan. Penelitian awal menunjukkan adanya potensi dampak negatif TikTok terhadap psikologis remaja, seperti peningkatan kecemasan, depresi, dan masalah body image. Menurut survei yang dilakukan oleh Asosiasi Psikologi Indonesia, sekitar 30% remaja yang aktif di media sosial melaporkan mengalami stres akibat perbandingan sosial dan tekanan untuk tampil sempurna di platform tersebut. Di SMAN 1 Luwu, fenomena ini juga dapat dilihat dari perubahan perilaku siswa yang lebih fokus pada popularitas online dibandingkan dengan interaksi sosial yang nyata.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Islam, and Negeri Syarif, "Pengaruh Fear of Missing out, Kontrol Diri, Narsisme, Loneliness Dan Jenis Kelamin Terhadap Adiksi Media Sosial Tiktok Pada Remaja Di Jabodetabek" (2023).

<sup>11</sup> Nani Nurani et al., "Pengaruh Media Sosial Tiktok (@ Sundarindah ) dalam Menyebarkan Video Edukasi terhadap Kesehatan Mental Remaja," No. November 2024 (n.d.).

<sup>12</sup> Utami Niki Kusaini, "Pengaruh Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Remaja Kelas XI di SMAN 5 Kota Jambi", *Jurnal Education and Counseling*, 37-48

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan sering dikaitkan dengan peningkatan kecemasan, depresi dan perasaan yang tidak pasti di kalangan remaja. Dalam konten TikTok, termasuk gaya hidup yang indah dan standar kecantikan yang tidak realistis, bahkan dapat meningkatkan frustrasi dan stres. Studi ini penting untuk mengeksplorasi bagaimana paparan konten TikTok dapat memberikan dampak terhadap psikologis remaja.<sup>13</sup>

Beberapa penelitian menyatakan bahwa rata-rata remaja memiliki kondisi psikologis menunjukkan angka yang mengkhawatirkan, dengan sekitar 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental, termasuk depresi dan kecemasan. Survei menunjukkan bahwa gejala kecemasan dialami oleh 95,4% remaja, sementara 88% mengalami gejala depresi. Hal ini disebabkan karena tingginya intensitas penggunaan media sosial remaja sehingga menyebabkan hal ini terjadi. Psikologis adalah aspek penting yang mempengaruhi kualitas hidup individu dan masyarakat secara keseluruhan. Karena itu, sangat penting untuk dipertimbangkan. Kondisi psikologis terkait erat dengan kesehatan mental, termasuk risiko gangguan seperti depresi, kecemasan, dan stres kronis. Remaja yang memiliki psikologis yang sangat baik dapat terhindar dari stres, dapat mengembangkan identitas diri yang sehat dan mampu mengembangkan hubungan sosial yang positif. Selain itu, psikologis berperan dalam mendukung hasil dan produktivitas akademik, karena orang-orang yang sukses secara psikologis dapat lebih termotivasi, fokus dan

---

<sup>13</sup> Listya Istiningtyas, "Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19," *Proceeding Conference on Genuine Psychology 2* (2022): 231–238, <http://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/gpsy/article/view/450%0Ahttp://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/gpsy/article/download/450/211>.

mencapai tujuan pribadi dan pendidikan jika mereka pandai menggunakan media sosial.<sup>14</sup> Sebagaimana yang dijelaskan dalam surah al- Hujurat/ ayat: 6.<sup>15</sup>

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْحَبُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ  
لُدْمِينَ

Terjemahan:

“Wahai orang-orang yang beriman, jika seorang fasik datang kepadamu membawa berita penting, maka telitilah kebenarannya agar kamu tidak mencelakakan suatu kaum karena ketidaktahuan(-mu) yang berakibat kamu menyesali perbuatanmu itu”.<sup>16</sup>

Penafsiran ayat di atas oleh Penafsiran Quraish Shihab dalam Q.S al-Hujurat ayat 6 menekankan perlunya memilah informasi apakah itu penting atau tidak dan memilah pula pembawa informasi apakah dapat dipercaya atau tidak. Orang beriman tidak dituntut untuk menyelidiki kebenaran informasi dari siapa pun yang tidak penting, bahkan didengarkan tidak wajar, karena jika demikian akan banyak energi dan waktu yang dihaburkan untuk hal-hal yang tidak penting. Karena bisa saja seseorang membawa berita dengan tersirat suatu kejahatan yakni perilaku seseorang yang kehilangan kontrol pada dirinya sehingga melakukan sesuatu yang tidak wajar, baik atas dorongan nafsu, kepentingann sementara maupun kepicikan pandangan. Quraish Shihab juga menegaskan untuk tidak menyebarkan informasi yang tidak benar karena hal tersebut termasuk kedalam kebohongan. Bahkan Al Syarawi berpendapat sebagaimana dikutip oleh Ahmad Fauzi Maldini

---

<sup>14</sup> Sri Widyawati, Martha Kurnia Retno Asih, and Ristiasih Utami, “Studi Deskriptif: Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja,” *Jurnal Psibernetika* 15, no. 1 (2022): 59–65, <http://journal.ubm.ac.id/index.php/psibernetika>.

<sup>15</sup> Oknita Oknita dan Yuliana Restiviani, “Analisis Nilai-Nilai Teori Gatekeeping dalam Surat Al-Hujurat Ayat 6,” *Network Media* 5, No. 1 (2022): 27–38.

bahwa QS Al-Hujurat ayat 6 sebagai sesuatu yang akan didapat oleh umat muslim yakni kehancuran atau kemusnahan jika menerima informasi atau berita yang tidak dapat dipercaya keakuratannya.<sup>17</sup>

Kondisi psikologis yang sehat membantu remaja dalam mengatasi tantangan hidup, mencapai prestasi akademik, dan menjalin hubungan sosial yang positif. Sebaliknya, jika kesejahteraan psikologis terganggu, hal ini dapat berdampak pada menurunnya kualitas hidup, meningkatnya risiko gangguan mental, hingga masalah dalam perilaku sosial.<sup>18</sup>

Remaja, sebagai kelompok usia yang tengah mengalami perkembangan identitas dan emosi, sering kali terpengaruh oleh lingkungan sosial dan media yang mereka konsumsi. TikTok, dengan algoritma yang canggih dan konten yang beragam, tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga membentuk cara berpikir dan berinteraksi sosial remaja. Namun, dampak penggunaan TikTok terhadap psikologi remaja masih menjadi perdebatan di kalangan peneliti dan pendidik.

Di SMAN 1 Luwu, fenomena penggunaan TikTok juga menjadi perhatian, baik oleh guru maupun siswa itu sendiri. Banyak siswa yang menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain TikTok, bahkan saat jam belajar. Hal ini menimbulkan pertanyaan tentang bagaimana penggunaan TikTok memberikan dampak terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Beberapa siswa mengaku sering merasa cemas dan tidak percaya diri ketika konten mereka melihat beberapa jenis konten di TikTok. Selain itu, tren viral di TikTok sering kali mempengaruhi gaya hidup dan pola pikir

---

<sup>17</sup> Sri Roiyah, "Tabayyun terhadap Berita di Tinjau dari Al-Qur'an dan Kode Etik Jurnalistik (Studi atas Surah al-Hujurat ayat 6 dalam Tafsir al-Misbah, Tafsir al-Azhar, dan Tafsir an-Nur) 2020.

<sup>18</sup> Istiningtyas, "Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19."

siswa, yang terkadang bertentangan dengan nilai-nilai yang diajarkan di sekolah dan keluarga.

Berdasarkan hasil survei, ditemukan bahwa siswa tingkat menengah atas adalah pengguna media sosial terbanyak,<sup>19</sup> termasuk siswa dari SMA Negeri 1 Luwu. Sebagian besar siswa (75%) di sekolah tersebut sudah memiliki akun media sosial dan menggunakannya untuk berkomunikasi dengan guru dan teman-teman. Selain itu, siswa juga aktif menggunakan media sosial dalam kegiatan pembelajaran di kelas dan mencari informasi terkait materi pelajaran secara mandiri. Penggunaan media sosial dalam pembelajaran tidak hanya memperkaya pengalaman belajar, tetapi juga mendukung pengembangan keterampilan yang diperlukan dalam era modern. Hal ini mempersiapkan siswa untuk menjadi pengguna teknologi yang cerdas dan kompeten di masa depan. Namun, penggunaan media sosial khususnya TikTok di SMA Negeri 1 Luwu menunjukkan variasi dalam memberikan dampak terhadap kesejahteraan psikologisnya. Ada siswa yang pandai dalam memanfaatkan penggunaan TikTok dan ada yang tidak pandai dalam memanfaatkannya. Siswa yang pandai dalam memanfaatkan penggunaan TikTok cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang positif seperti memberikan akses untuk mencari informasi seputar pelajaran sekolahnya. Bagi siswa yang tidak pandai dalam memanfaatkan TikTok cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang negatif seperti membuatnya menjadi malas, merasa cemas, dan stres.

---

<sup>19</sup> Survei APJII Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2022), "Profil Internet Indonesia".

SMAN 1 Luwu merupakan sekolah menengah atas yang terletak di Kabupaten Luwu, jalan Topoka No. 371 Belopa, Senga, Kec. Belopa, Kab. Luwu Prov. Sulawesi Selatan. SMAN 1 Luwu memiliki siswa sebanyak 1214, siswa laki-laki berjumlah 480 sedangkan siswa perempuan berjumlah 743. Ruang kelas berjumlah 38, siswa kelas 11 berjumlah 420 siswa dengan 12 ruang kelas. SMAN 1 Luwu memiliki akreditasi A yang menunjukkan bahwa sekolah ini memiliki kualitas Pendidikan yang baik. Hal ini penting untuk memastikan bahwa penelitian ini dilakukan disekolah yang memiliki kredibilitas dan reputasi yang baik. Kemudian SMA Negeri 1 Luwu terletak di daerah yang mudah diakses dan memiliki populasi siswa yang cukup besar, beragam latar belakang dan karakter. Sehingga memudahkan peneliti untuk mengumpulkan data dari siswa yang beragam sehingga dapat menjadi sampel yang representatif untuk penelitian ini.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan rumusan masalahnya, sebagai berikut:

1. Bagaimana dampak konten TikTok terhadap Psikologis siswa SMAN 1 Luwu dilihat dari Teori Carol Ryff?
2. Bagaimana pola penggunaan TikTok di kalangan siswa di SMAN 1 Luwu?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana dampak konten TikTok terhadap Psikologis siswa SMAN 1 Luwu dilihat dari teori Carol Ryff.

2. Untuk mengetahui bagaimana pola penggunaan TikTok di kalangan siswa di SMAN 1 Luwu.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini, dapat menjadi catatan akademis yang ilmiah maka peneliti berharap akan munculnya pemanfaatan dari hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi para pembacanya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dalam menambah ilmu pengetahuan dan pengembangan studi tentang Dampak TikTok terhadap Psikologis: Sebuah Fenomenologi Pengalaman Pengguna Aktif Siswa di SMAN 1 Luwu.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini di harapkan dapat membantu mengembangkan pengetahuan dan pemahaman tentang dampak dari penggunaan aplikasi TikTok terhadap psikologis anak remaja, dan lebih bijak dalam menggunakan media sosial TikTok, serta dapat mengatur dan mengawasi kondisi jiwa serta menjaga kesejahteraan psikologis.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian terdahulu merupakan sumber lampau dari hasil penelitian yang nantinya peneliti akan bandingkan dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Penelitian terdahulu berfungsi sebagai sumber inspirasi yang akan membantu pelaksanaan penelitian dan juga peneliti bisa memeriksa apa yang kurang dan apa kelebihannya. Adapun hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, sebagai berikut:

1. Skripsi yang ditulis oleh Aulia Rachma yang berjudul “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Citra Diri pada Mahasiswa UIN Walisongo Semarang” dari Universitas Islam Negeri Semarang, tahun 2023. Tujuan dari penelitian ini adalah bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial TikTok dengan citra diri (*self image*) pada mahasiswa UIN Walisongo Semarang. Metode dari skripsi ini adalah *Purposive Sampling*. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa intensitas penggunaan media sosial TikTok memiliki hubungan dengan citra diri pada mahasiswa UIN Walisongo Semarang. Bentuk hubungan yang diperoleh yaitu negatif dengan tingkat hubungan yang lemah. Artinya ketika intensitas penggunaan media sosial TikTok rendah maka citra diri tinggi, begitu pula sebaliknya ketika intensitas penggunaan media sosial TikTok tinggi maka citra diri pada mahasiswa UIN Walisongo Semarang rendah.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Aulia Rachma, “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok dengan Citra Diri pada Mahasiswa UIN Walisongo Semarang”, (2023).

Persamaan kedua penelitian, yaitu sama-sama menjadikan platform media sosial TikTok sebagai fokus utama. Selain itu, baik penelitian terdahulu maupun penelitian yang akan penulis teliti sama-sama menyoroti aspek psikologis, yaitu citra diri dan kesejahteraan psikologis. Sedangkan perbedaannya, peneliti terdahulu fokusnya pada *hubungan* menunjukkan pendekatan kuantitatif yang memungkinkan pengukuran statistik. Sementara itu, penelitian penulis lebih mendalami pengaruh TikTok terhadap kesejahteraan psikologis siswa di SMAN 1 Luwu menggunakan pendekatan kualitatif. Selain itu, objek penelitian berbeda, di mana penelitian pertama berfokus pada mahasiswa perguruan tinggi, sedangkan penelitian kedua pada remaja sekolah menengah.

2. Skripsi yang ditulis oleh Aisah Anum yang berjudul “Hubungan antara *Fear of Missing Out* (FOMO) dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Penggunam Media Sosial di UIN Ar-Raniry Banda Aceh” dari Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa pengguna media sosial di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Metode dari penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Hasil penelitian ini mengatakan bahwa *Fear of Missing Out* memiliki hubungan positif dengan intensitas media sosial (0,652) intensitas media sosial memiliki hubungan yang positif dan signifikan yang rendah dengan kesejahteraan (0,605). Pada penelitian ini menunjukkan semakin tinggi *Fear of Missing Out* maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitu juga sebaliknya semakin rendah *Fear of Missing Out* maka semakin rendah

kesejahteraan psikologis yang dialami oleh mahasiswa pengguna media sosial di UIN Ar-Raniry Banda Aceh.<sup>2</sup>

Persamaannya yaitu sama-sama membahas hubungan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja dan kedua penelitian sama-sama menempatkan kesejahteraan psikologis sebagai variabel dependen utama yang ingin diteliti. Sedangkan perbedaannya, peneliti terdahulu membahas media sosial secara umum tanpa merujuk pada platform tertentu, sedangkan penelitian penulis spesifik pada TikTok.

3. Skripsi yang ditulis oleh Serli. R yang berjudul "TikTok dalam Kajian Al-Qur'an (Studi Kasus Perilaku Pengguna TikTok di Kota Palopo)" dari Institut Agama Islam Negeri Palopo, tahun 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana persepsi pengguna TikTok, perilaku pengguna TikTok, dan solusi Qur'ani dalam menjaga perilaku pengguna TikTok. Metode dari skripsi ini adalah Pendekatan Ilmu Tafsir dan Pendekatan Sosiologi Komunikasi. Hasil dari penelitian ini menjelaskan, a. Pengguna Tik-Tok di Kota Palopo cenderung beranggapan bahwa Tik-Tok merupakan wadah informasi dan hiburan jarang dari mereka beranggapan bahwa Tik-Tok juga sebagai wadah untuk melatih kreativitas penggunanya. b. Perilaku pengguna Tik-Tok di Kota Palopo dibagi menjadi dua yaitu, pengguna Tik-Tok dengan perilaku positif yakni memberikan batasan dalam menggunakan Tik-Tok dan pengguna Tik-Tok yang berperilaku negatif yakni mereka membuat konten menyimpang dengan alasan popularitas atau sekedar

---

<sup>2</sup> Aisah Anum, "Hubungan antara Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di UIN Ar-Raniry Banda Aceh" (2022).

hiburan saja tanpa melihat dampak negatifnya. c. Solusi al-Qur'an dalam menjaga perilaku pengguna Tik-Tok yaitu pertama, mengamalkan sifat sabar untuk menahan diri dari pengguna Tik-Tok yang menyimpang. Kedua, pengguna Tik-Tok hendaknya memelihara rasa malu untuk mencegah perilaku menyimpang dalam kontennya. Ketiga, Tidak terobsesi terhadap duniawi karena masih banyak pengguna Tik-Tok yang sangat terobsesi terhadap popularitas agar diakui oleh publik sehingga membuat konten tanpa mempertimbangkan perilaku yang ditampilkan dalam konten tersebut.<sup>3</sup>

Persamaannya, kedua penelitian memiliki persamaan utama pada fokusnya yang membahas platform media sosial TikTok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami fenomena yang terjadi di kalangan pengguna TikTok, baik dari segi perilaku maupun dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis. Sedangkan perbedaannya, peneliti terdahulu lebih menitikberatkan pada studi perilaku pengguna TikTok di Kota Palopo dengan menggunakan perspektif nilai-nilai Al-Qur'an. Penelitian penulis memusatkan perhatian pada dampak penggunaan TikTok terhadap kesejahteraan psikologis remaja.

---

<sup>3</sup> TikTok dalam Kajian Al-Qur'an, "(Studi Kasus Perilaku Pengguna TikTok di Kota Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo TikTok dalam Kajian Al-Qur'an ( Studi Kasus Perilaku Pengguna TikTok di Kota Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo)" (2021).

## B. Kajian Teori

### 1. TikTok

#### a. Pengertian TikTok.

TikTok, sebuah platform jaringan sosial dan video musik Tiongkok yang diluncurkan pada September 2016. Menurut Aji Wisnu Nugroho, menawarkan efek unik dan menarik kepada penggunanya dengan membuat video pendek yang menarik yang dapat menarik perhatian banyak orang..<sup>4</sup>

Aplikasi yang memiliki kemampuan membuat video dengan musik berdurasi hingga 10 menit ini cukup populer di kalangan komunitas dewasa, remaja, dan anak-anak dibawah umur.<sup>5</sup>

TikTok adalah salah satu aplikasi paling populer di dunia. Dengan menggunakan aplikasi ini, pengguna dapat membuat video pendek dengan musik, saluran, dan fitur kreatif lainnya. TikTok awalnya dibuat oleh perusahaan ByteDance yang berbasis di Tiongkok dengan nama Douyin, aplikasi pendek yang hanya memiliki 100 juta pengguna dan 1 juta views video setiap hari hanya dalam satu tahun setelah dirilis. Popularitas yang meningkat dari Douyin kemudian mendorongnya untuk berganti nama menjadi TikTok.<sup>6</sup>

TikTok adalah aplikasi yang memiliki efek unik, khas, dan menghibur yang dinikmati oleh orang lain. Aplikasi ini sangat disukai oleh banyak orang, dari anak-anak hingga orang dewasa. TikTok adalah aplikasi yang memungkinkan kita

---

<sup>4</sup> Aulia Rachma, "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Citra Diri pada Mahasiswa UIN Walisongo Semarang", (2023).

<sup>5</sup> Adinda Dyah Kumala et al., "Analisis Peniruan Trend Ashoka dalam Tiktok," *Jurnal Ilmiah Research and Development Student* 2, No. 2 (2024): 19–32.

<sup>6</sup> M Jirana Nurul, "Hubungan Aplikasi Tiktok Terhadap Minat Belajar Mahasiswa Pai Angkatan 2020," *Jurnal Sipakainge* 1, No. 1 (2023): 31–40.

melihat video dan ekspresi artistik dari berbagai pembuat konten. Mereka juga dapat melihat video pengguna lain, seperti membuat musik dengan menggabungkan dua jari yang biasa digunakan orang.<sup>7</sup>

TikTok adalah aplikasi yang sangat meningkatkan perhatian masyarakat dengan membuat video menarik yang dapat ditonton semua orang. Saat ini TikTok tidak hanya sekedar aplikasi hiburan tetapi juga dapat digunakan sebagai sarana edukasi. Banyak *content creator* yang membagikan konten edukasi seperti pelajaran hidup, pendidikan, kesehatan, kecantikan, fashion (ootd) dan masih banyak konten lainnya. TikTok adalah platform media yang bertujuan untuk memberikan akses dan kesempatan yang sama kepada semua orang untuk belajar dan menginspirasi masyarakat melalui konten di platform TikTok.<sup>8</sup>

Gus Miftah berpendapat mengenai penggunaan TikTok bahwa siapa saja tidak masalah dalam menggunakan TikTok selama itu tidak menyalahi aturan. Kalau soal hukum bermain TikTok, selama tidak mengandung kemaksiatan, mengandung syahwat dan gairah tidak masalah. Sepanjang kontennya tidak mengandung maksiat, tidak mengumbar aurat, tidak mengandung syahwat, katakanlah tak ada manfaatnya makruh. Tapi kalau maksiat hukumnya (haram).<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Alfiana Sri Wahyu Wulandari, Nensy Megawati Simanjuntak, and Hikmah Maulida Fitria, "Pengaruh Konten TikTok Terhadap Daya Serap TikTokers di dalam Memahami Materi Bahasa Indonesia Level SMA," *Semantik : Jurnal Riset Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Budaya* 2, No. 3 (2024): 164–172.

<sup>8</sup> Putri Naning dkk, Pemanfaatan Aplikasi TikTok sebagai Media Edukasi di Era Generasi Z : *Jurnal Teknologi Pendidikan*, Vol.11 No. 2 (31 Desember 2022), h. 403.

<sup>9</sup> TikTok dalam Kajian Al-Qur'an, "(Studi Kasus Perilaku Pengguna TikTok di Kota Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo TikTok dalam Kajian Al-Qur'an ( Studi Kasus Perilaku Pengguna TikTok di Kota Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo)" (2021).

Jadi, TikTok adalah platform yang menawarkan efek khusus untuk berkreasi sesuai keinginan kita yang unik dan mudah untuk digunakan bagi pengguna untuk membuat video pendek dengan hasil yang bagus dan menunjukkannya kepada teman atau pengguna lain. Aplikasi jejaring sosial video pendek ini menawarkan kepada penggunanya banyak dukungan musik untuk tampil melalui tarian, gaya bebas, dan banyak lainnya untuk mendorong kreativitas pengguna sebagai pembuat konten.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan aplikasi TikTok.

Menurut Mulyana dalam Deriyanto dan Qorib, penggunaan TikTok terdapat dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor Internal seperti perasaan, sikap dan karakteristik individu, prasangka, keinginan atau harapan, perhatian (fokus), proses belajar, keadaan fisik, nilai dan kebutuhan juga minat, dan motivasi. Faktor eksternal seperti latar belakang keluarga, informasi yang diperoleh pengetahuan dan kebutuhan sekitar, intensitas, ukuran, keberlawanan, hal-hal baru dan familiar atau ketidakasingan suatu objek.<sup>10</sup>

1) Faktor internal

Terdapat beberapa faktor internal yang dapat mempengaruhi penggunaan aplikasi TikTok, sebagai berikut:

---

<sup>10</sup> Elsa Totti Bakistuta dan Muhammad Abduh, "Dampak Media Sosial Tiktok terhadap Tindak Tutur Siswa Sekolah Dasar," *Jurnal Elementaria Edukasia* 6, No. 3 (2023): 1201–1217.

a) Perasaan

Perasaan dapat mempengaruhi penggunaan aplikasi TikTok, karena apabila seseorang perasaannya tidak senang atau tidak menyukai aplikasi tersebut maka tidak akan menggunakannya.

b) Sikap dan karakteristik individu

Sikap dapat menunjukkan apakah seseorang menyukai aplikasi tersebut atau tidak, karena apabila seseorang menyukai aplikasi tersebut maka akan menunjukkan sikap yang senang pada saat pembuatan TikTok.

c) Prasangka

Ketika seseorang memiliki prasangka baik pada saat menggunakan sebuah aplikasi maka akan tidak ada sisi negatif dalam penggunaan aplikasi tersebut, begitu juga sebaliknya.<sup>11</sup>

Faktor internal termasuk dalam sebutan proses belajar dalam penggunaan media sosial. Dalam penggunaan aplikasi TikTok tidak hanya sebagai hiburan saja, tetapi bisa digunakan untuk interaksi dengan orang baru. Kreativitas juga dapat dikembangkan dengan menggunakan aplikasi ini. Dilihat dari negatifnya aplikasi ini juga memiliki sisi negatif, seperti pada saat menggunakan aplikasi ini pengguna membuat konten video tidak sesuai dengan peraturan adat atau norma yang ada hanya untuk mendapatkan popularitas.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Elsa Totti Bakistuta dan Abduh, "Dampak Media Sosial Tiktok terhadap Tindak Tutur Siswa Sekolah Dasar."

<sup>12</sup> Erya Fahra Salsabila, Guruh Sukma Hanggara, and Restu Dwi, "Pengaruh Media Sosial Tiktok terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa Smk Pgri 2 Kediri," *Seminar Nasional Virtual, Konseling Kearifan Nusantara* (2021): 32–41.

## 2) Faktor eksternal

Melalui aplikasi TikTok orang-orang memperoleh informasi dari berbagai video contohnya kejadian yang bersifat video seperti kapal tenggelam atau dalam bentuk rekaman lainnya dengan begitu cepat informasi kejadian tersampaikan kepada pengguna lainnya. Informasi menjadi identitas media sosial karena media sosial mengkreasikan representasi identitasnya, memproduksi konten, dan melakukan interaksi berdasarkan informasi. Jadi informasi adalah sesuatu yang sangat juga berpengaruh terhadap penggunaan aplikasi TikTok.

Jika seseorang tidak mendapatkan informasi tentang TikTok, mereka tidak mengenal aplikasi TikTok, bahkan sampai menjadi penggunanya. Maka dari itu informasi dikatakan penting sekali dalam penggunaan aplikasi TikTok. Pengaruh dari media sosial yang merupakan bagian dari media informasi salah satunya adalah dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Jadi dengan informasi juga seseorang bisa terpengaruh pengetahuannya mengenai media sosial seperti TikTok.<sup>13</sup>

### c. Dampak TikTok.

#### 1) Dampak positif

Semua hal memiliki efek atau dampak baik itu positif maupun negatif, seperti halnya aplikasi TikTok. TikTok, sebagai alat komunikasi audio visual, pada dasarnya memiliki kemampuan untuk memberikan dampak positif melalui berbagai konten yang meningkatkan pemahaman penggunanya dengan menyampaikan informasi. Di antara dampak positif ini adalah bahwa konten TikTok yang lucu,

---

<sup>13</sup> Haerani Nur, "Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok terhadap Perilaku Belajar Peserta Didik di SMA Negeri 4 Barru" (2022).

menarik, dan menghibur dapat mendorong kreativitas dan inovasi dengan memungkinkan pengguna untuk mengekspresikan diri melalui video pendek, seperti menari, menyanyi, akting, atau bahkan berbagi pengetahuan. Selain itu, konten yang lucu, menarik, dan menghibur dapat berfungsi sebagai cara untuk menghilangkan stres dan memberikan hiburan., (c) pembelajaran dan keterampilan baru, banyak pengguna TikTok yang berbagi tutorial, tips, dan trik mengenai berbagai hal, mulai dari memasak hingga belajar bahasa. Ini memungkinkan pengguna untuk belajar hal-hal baru dengan cara yang menyenangkan, dan (d) promosi bisnis dan produk, TikTok juga menjadi platform yang efektif untuk mempromosikan bisnis dan produk. Banyak pengusaha kecil dan menengah yang menggunakan TikTok untuk menjangkau audiens yang lebih luas.<sup>14</sup>

Dari berbagai jenis konten yang disajikan seperti konten Edukasi yang bisa menambah wawasan dan skill, konten kesehatan yang bisa memberikan manfaat kepada semua kalangan, konten bisnis yang bisa dijadikan ide untuk membuka peluang usaha, konten agama seperti ceramah, mengaji, dan segala sesuatu berkaitan dengan Islam sehingga muncul rasa ingin menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, menambah jaringan sosial atau bergabung ke komunitas yang bisa menunjang keberhasilan.

---

<sup>14</sup> De Rosdiana1 dan Nurnazmi, “Dampak Aplikasi Tiktok dalam Proses Sosial di Kalangan Remaja Kelurahan Rabadompu Timur,” *Pendidikan Sosiologi* 4, No. 1 (2021): 100–109, <http://jurnal.stkipbima.ac.id/index.php/ES/article/view/490>.

## 2) Dampak Negatif.

Selain dampak positif, TikTok juga memberikan dampak negatif, sebagai berikut:

### a) Penurunan etika akibat penggunaan TikTok

TikTok, sebuah platform media sosial yang sangat populer karena video pendeknya, memiliki pengaruh besar terhadap etika penggunanya. Hal ini termasuk penggunaan bahasa kasar, tidak sopan, dan tidak santun dalam komentar dan interaksi di platform tersebut menjadi hal yang biasa. Ini dapat menyebabkan penurunan kualitas komunikasi dan hilangnya rasa hormat dan toleransi pengguna; dan (b) penindasan siber dan pelecehan online, karena platform TikTok memungkinkan penindasan siber dan pelecehan online. Hal tersebut berdampak serius pada emosi dan kesehatan mental korban, bahkan dapat menyebabkan depresi dan bunuh diri.<sup>15</sup>

### b) Video tidak sewajarnya

TikTok memiliki pengaruh yang kuat dalam membentuk tren dan gaya hidup di kalangan generasi muda. Jika video-video yang menampilkan perilaku tidak etis menjadi populer, generasi muda dapat cenderung meniru atau mengadopsi perilaku serupa, tanpa mempertimbangkan dampak negatifnya. Ini dapat memperkuat budaya tidak sehat yang merusak nilai-nilai sosial yang kuat. Budaya pamer dan materialisme yang marak di TikTok dapat memicu rasa iri dan tidak puas,

---

<sup>15</sup> Maria Ulfa Batoebara, "Aplikasi TikTok Seru-Seruan atau Kebodohan," *Network Media* 3, No. 2 (2020): 59–65.

mendorong generasi muda mengejar kesenangan sesaat dan mengabaikan nilai-nilai moral.<sup>16</sup>

## 2. Psikologis

### a. Pengertian psikologis

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, psikologis remaja merujuk pada perkembangan mental, emosional, dan sosial yang terjadi selama masa remaja, yaitu antara usia 10 dan 20 tahun. Masa ini ditandai dengan perubahan besar dalam cara berpikir, emosi, identitas, dan interaksi sosial. Remaja mulai mengalami perubahan mood yang cepat, menghadapi tekanan dari lingkungan sosial, keluarga, dan pendidikan mereka.

Menurut Santrock, remaja mengalami perkembangan kognitif yang lebih kompleks, seperti kemampuan berpikir abstrak, pemecahan masalah, dan kesadaran akan perspektif orang lain. Erik Erikson juga mengemukakan bahwa pada tahap ini, remaja berada dalam krisis identitas atau kebingungan mencari peran, di mana mereka berusaha menemukan siapa diri mereka dalam berbagai aspek kehidupan.<sup>17</sup>

Pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dari aspek fisik, emosi, intelektual, dan sosial pada masa remaja merupakan pola karakteristik yang ditunjukkan dengan rasa keingintahuan yang besar, keinginan untuk bereksperimen, berpetualang, dan mencoba bermacam tantangan, selain cenderung berani mengambil risiko tanpa pertimbangan matang terlebih dahulu. Ketersediaan akses terhadap informasi yang baik dan akurat, serta pengetahuan untuk memenuhi

---

<sup>16</sup> Aditya Pratama dkk., "Dampak Media Sosial terhadap Remaja," *Journal of Economics, Business, Management, Accounting and Social Sciences (JEBMASS)*1, No. 4 (2023): 165–68.

<sup>17</sup> Windah Riskasari dan Dessy Nur Utama, *Psychological Well-Being Masyarakat Pesisir Surabaya terhadap Dampak Pencemaran Laut*, ed. Jerry Setiawan (Elmarkazi Press, 2021).

keingintahuan mempengaruhi keterampilan remaja dalam mengambil keputusan untuk berperilaku. Remaja akan menjalani perilaku berisiko, bila keputusan yang diambil dalam menghadapi konflik tidak tepat dan selanjutnya menerima akibat yang harus ditanggung seumur hidupnya dalam berbagai bentuk masalah kesehatan fisik dan psikososial.<sup>18</sup>

Menurut Carol Ryff seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis atau psikis yang baik ditandai dengan kondisi perasaan Bahagia, mempunyai kepuasan hidup Dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya dan tidak ada gejala-gejala depresi serta terus bertumbuh secara personal.

Ryff menyatakan bahwa individu yang kesejahteraan psikologisnya tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya baik pada masa kini maupun masa lalu.<sup>19</sup>

Dari beberapa pengertian psikologis di atas dapat disimpulkan bahwa psikologis yang baik adalah kondisi seseorang yang mampu menerima dengan tabah berbagai hal yang dapat memicu permasalahan dalam kehidupannya, mampu menjalankan fungsi psikologis positif dengan menggunakan potensi yang ada dalam dirinya agar dapat tercipta kehidupan yang bahagia, aman, sejahtera dan damai.<sup>20</sup>

Kesejahteraan psikologis juga menggambarkan kriteria fungsi psikologis positif sebagai bentuk dari kebahagiaan dan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh

---

<sup>18</sup> Santrock, J. W. (2019). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.

<sup>19</sup> Aisyah Farah Sayyidah et al., "Peran Religiusitas Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis," *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 13, No. 2 (2022): 103–115.

<sup>20</sup> Faqih Purnomosidi, Widiyono dkk, "Buku Referensi Kesejahteraan Psikologis dengan Shalat Dhuha" (Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera: 2022), hal. 2-4.

manusia, dimana individu mampu menerima diri, berhubungan baik dengan orang lain, mandiri, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup dan mampu merealisasikan dirinya secara optimal dan berkelanjutan.<sup>21</sup>

#### b. Dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis

Carol Ryff dalam Dirk van Dierendonck dan Hodar Lam, membagi 6 dimensi Psychological Well-Being yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan hidup, tujuan hidup, dan pengembangan diri.<sup>22</sup>

##### 1) *Self acceptance* (Penerimaan diri)

Konsep penerimaan diri berkaitan dengan derajat dimana individu telah mempertimbangkan karakteristik pribadinya, merasa mampu dan bersedia untuk hidup berdasarkan karakteristik tersebut. Dengan demikian, penerimaan diri merujuk pada sikap positif individu terhadap dirinya. Penerimaan diri positif dapat terjadi apabila individu mampu memahami dan menghargai keadaan dirinya sebagaimana adanya, serta merasa puas dengan berbagai potensi dan kualitas-kualitas diri yang dimiliki.<sup>23</sup>

Penerimaan diri positif dapat terjadi apabila individu mampu memahami dan menghargai keadaan dirinya sebagaimana adanya serta merasa puas dengan berbagai potensi dan kualitas-kualitas diri yang dimiliki. Individu yang memiliki

---

<sup>21</sup> Dirk van Dierendonck dan Hodar Lam, "Interventions to Enhance Eudaemonic Psychological Well-Being: A Meta-Analytic Review with Ryff Scales of Psychological Well-Being", *Applied Psychology: Health and Well-Being* 15, No. 2 (2023): 594-610.

<sup>22</sup> Faqih Purnomosidi, Widiyono dkk, "Buku Referensi Kesejahteraan Psikologis dengan Shalat Dhuha" (Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera: 2022), hal. 2-4

<sup>23</sup> Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, No. 1 (2022): 65.

konsep yang positif dan rasional mengenai dirinya dapat dikatakan bahwa individu tersebut menerima. Sikap positif terhadap diri menunjukkan bahwa individu menerima dan menghargai segala aspek dalam dirinya. Dengan demikian penerimaan diri mengandung makna bahwa individu mampu menyadari, menghargai, dan merasa puas terhadap berbagai aspek yang ada dalam dirinya, menerima keseluruhan dirinya secara utuh dan tulus, termasuk kelebihan dan kekurangannya.<sup>24</sup>

## 2) *Positive relation with others* (Hubungan positif dengan orang lain)

Hubungan positif dengan orang lain merujuk pada kemampuan individu untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain mampu membina hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dengan orang lain, memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati, afeksi, serta memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antarpribadi. Selain itu, hubungan positif dengan orang lain juga ditandai dengan memiliki kedekatan dan hubungan yang bermakna dengan orang lain.<sup>25</sup>

Menurut Ryff, semakin besar atau tinggi kemampuan individu dalam membina hubungan interpersonal, maka individu tersebut semakin memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, mampu berempati, menyayangi, menjalin keintiman dengan orang lain, memahami konsep memberi dan menerima dalam membangun sebuah hubungan. Sebaliknya individu yang tidak dapat

---

<sup>24</sup> Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, No. 1 (2022): 65.

<sup>25</sup> Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara."

membangun hubungan interpersonal dengan baik maka individu tersebut merasa terisolasi, kurang terbuka, kurang bisa bersikap hangat, dan tidak dapat memperhatikan kesejahteraan orang lain dan tidak bersedia berkompromi untuk mempertahankan hubungan yang bermakna dengan orang lain.<sup>26</sup>

### 3) *Autonomy* (Kemandirian)

Dimensi otonomi mencakup hal-hal yang berkaitan dengan kemandirian individu dalam menjalani hidupnya. Dimensi ini merupakan dasar keyakinan bahwa pikiran dan perilaku individu berasal dari dirinya sendiri tanpa adanya kendali dari orang lain. Aspek otonomi merujuk pada kemampuan individu untuk menentukan nasibnya sendiri, mandiri, mengatur perilakunya sendiri, mengevaluasi dirinya berdasarkan standar pribadi.

Ryff memaparkan bahwa individu yang memiliki otonomi yang tinggi adalah individu yang mampu menentukan dan mengatur perilaku dirinya sendiri, memiliki kemandirian, mampu bertahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain.<sup>27</sup>

### 4) *Environmental mastery* (Penguasaan lingkungan)

Penguasaan lingkungan mengacu kepada kemampuan individu untuk mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada dalam lingkungan, serta mencipta dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan. Individu yang tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan mampu mengatur lingkungan,

---

<sup>26</sup> Titis Semara Dana, Nur Eva, dan Sri Andayani, "Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan Psikologis Anggota Organisasi Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Perseptual* 7, No. 1 (2022): 28.

<sup>27</sup> Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, No. 1 (2022): 65.

mampu mengendalikan aktivitas eksternal yang berada di lingkungannya termasuk mengatur dan mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan pribadi.<sup>28</sup>

Ryff menegaskan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dalam dimensi penguasaan lingkungan memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya.<sup>29</sup>

#### 5) *Purpose in life* (Tujuan hidup)

Kesejahteraan psikologis pada aspek ini didefinisikan pada keyakinan individu yang memiliki perasaan bahwa ada tujuan dan makna dalam hidupnya. Individu juga memiliki pemahaman yang jelas mengenai tujuan hidupnya sehingga individu menjadi lebih kreatif, produktif, dan mencapai integritas emosional di masa mendatang. Jadi, orang yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, rasa dan, arah, yang semuanya berkontribusi pada perasaan bahwa hidup itu bermakna.

#### 6) *Personal growth* (Pengembangan diri)

Pada aspek ini individu diharapkan untuk terus mengembangkan potensinya, tumbuh dan berkembang sesuai dengan tugas perkembangannya. Perkembangan juga mengarah pada kemampuan individu menghadapi tantangan maupun tugas baru pada periode kehidupan yang berbeda.<sup>30</sup>

---

<sup>28</sup> Amethysa Iganingrat dan Nur Eva, "Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Tunggal: Sebuah Literature Review," *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* 1, No. 1 (2021): 444–451, <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1168>.

<sup>29</sup> Iganingrat dan Eva, "Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Tunggal: Sebuah Literature Review."

<sup>30</sup> Titis Semara Dana, Nur Eva, dan Sri Andayani, "Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan Psikologis Anggota Organisasi Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Perseptual* 7, No. 1 (2022): 28.

Ryff memaparkan bahwa individu yang tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi ditandai dengan adanya perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan tingkah lakunya setiap waktu serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif.<sup>31</sup>

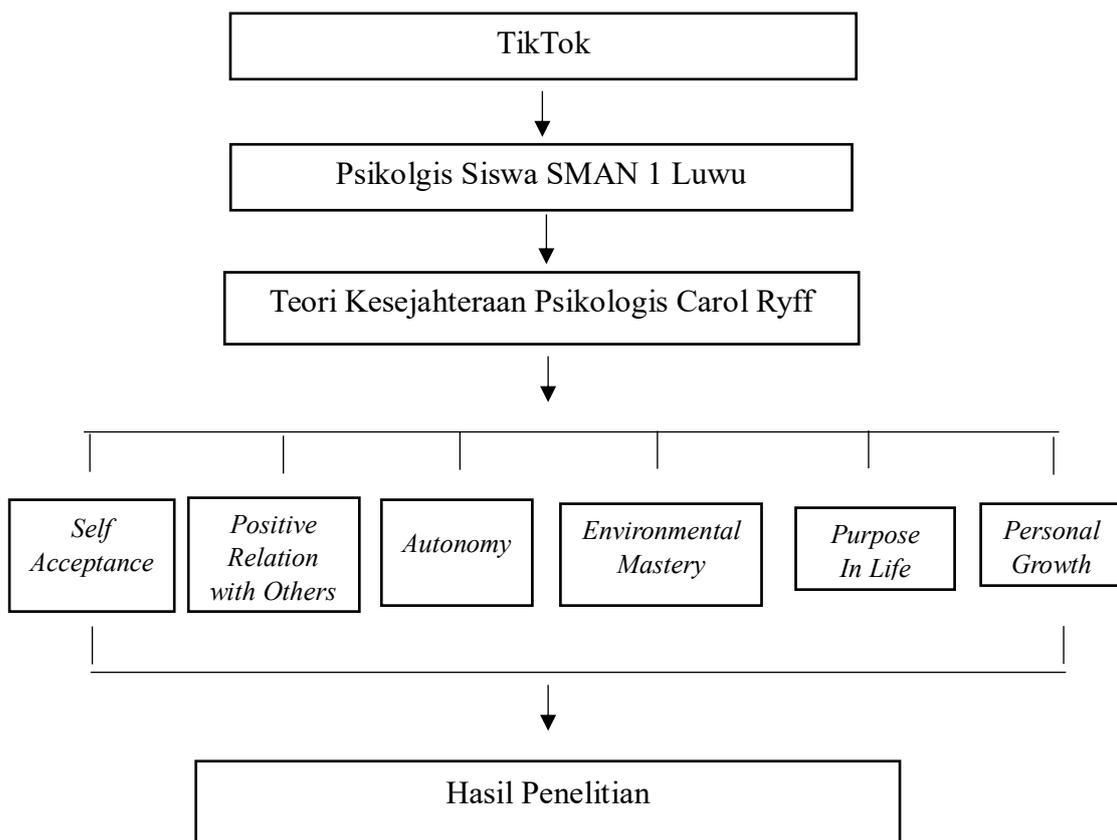
---

<sup>31</sup> Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan Psikologis dalam Hidup Membiara," *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, No. 1 (2022): 65.

### C. Kerangka Pikir

Kerangka berpikir adalah dasar pemikiran dari penelitian yang disintesis dari fakta-fakta, observasi dan kajian kepustakaan. Oleh karena itu, kerangka berpikir memuat teori, dalil atau konsep-konsep yang akan dijadikan dasar dalam penelitian.<sup>32</sup>

Kerangka berpikir yang kemudian diarahkan dalam penelitian ini bagaimana TikTok memberikan dampak terhadap kesejahteraan psikologis siswa dilihat dari teori Carol Ryff kemudian diuraikan dalam beberapa dimensi untuk melihat secara detail mana yang positif mana yang negatif.



<sup>32</sup> Addini Zahra Syahputri, Fay Della Fallenia, dan Ramadani Syafitri, "Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif," *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran* 2, No. 1 (2023): 160–166.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

##### 1. Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Menurut Walidin, Saifullah, dan Tabrani, penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian untuk memahami fenomena-fenomena manusia atau sosial dengan menciptakan gambaran yang menyeluruh dan kompleks yang dapat disajikan dengan kata-kata, melaporkan pandangan terinci yang diperoleh dari sumber informan, serta dilakukan dalam latar setting yang alamiah.<sup>1</sup>

##### 2. Pendekatan penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi. Penelitian fenomenologi adalah suatu penelitian ilmiah yang mengkaji dan menyelidiki suatu peristiwa yang dialami oleh seorang individu, sekelompok individu, atau sekelompok makhluk yang hidup.<sup>2</sup>

Pendekatan ini menempatkan pengalaman subjektif siswa sebagai inti penelitian. Peneliti akan menggali secara langsung bagaimana siswa menggunakan TikTok, apa yang mereka rasakan saat menggunakan aplikasi tersebut, serta bagaimana dampaknya terhadap berbagai aspek psikologis mereka, seperti perasaan

---

<sup>1</sup> Walidin, W., Saifullah, & Tabrani. (2015). Metodologi Penelitian Kualitatif & Grounded Theory. FTK Ar-Raniry Press.

<sup>2</sup> Abdul Nasir et al., "Pendekatan Fenomenologi dalam Penelitian Kualitatif 1," INNOVATIVE: Journal of Social Science Research 3, No. 5 (2023): 4445–4451, <https://jinnovative.org/index.php/Innovative%0APendekatan>.

bahagia, stres, atau hubungan sosial. Dengan berfokus pada perspektif siswa, penelitian ini bertujuan untuk menangkap pemaknaan yang mereka berikan terhadap pengalaman mereka, baik secara positif maupun negatif.

## **B. Fokus Penelitian**

Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui pola dan dampak TikTok terhadap psikologis remaja pengguna aktif di SMAN 1 Luwu. Penelitian ini akan meneliti bagaimana pola dan penggunaan aplikasi TikTok berdampak pada aspek-aspek kesejahteraan psikologis. Dalam hal ini peneliti akan memilih informan sebanyak 11 pengguna TikTok di SMAN 1 Luwu. Dengan memahami fokus ini, diharapkan dapat diidentifikasi berbagai pengalaman yang beragam dari remaja.

## **C. Lokasi dan Subjek Penelitian.**

### 1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian yang digunakan peneliti untuk meneliti adalah di SMAN 1 Luwu sebuah sekolah menengah atas yang terletak di Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan.

### 2. Subjek penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa pengguna aktif TikTok yang berada di SMAN 1 Luwu. Pemilihan Informan dilakukan secara *purposive sampling*. Informan yang dipilih adalah siswa SMAN 1 Luwu yang berusia antara 15 hingga 18 tahun dan merupakan pengguna aktif TikTok, dengan frekuensi penggunaan tinggi. Selain itu, informan diharapkan memiliki pengalaman yang beragam dalam menggunakan TikTok, baik dari segi jenis konten yang diakses maupun interaksi sosial yang dilakukan di platform tersebut.

## **D. Definisi Istilah**

### 1. TikTok

TikTok adalah media yang digunakan oleh siswa SMAN 1 Luwu untuk berinteraksi dengan teman secara virtual dengan membuat video, mengedit video, dan membagikan video dengan berbagai tema mulai dari hiburan, informasi, hingga edukasi.

### 2. Psikologis Remaja

Psikologis adalah keadaan mental positif yang meliputi kepuasan terhadap kehidupan dan keseimbangan emosi. Artinya psikologis remaja mengacu pada kemampuan remaja siswa SMAN 1 Luwu untuk menjalani kehidupan yang punya tujuan, makna, dan arah yang jelas, membangun hubungan sosial yang positif, menjaga kestabilan emosi, serta tetap berkembang secara positif.

### 3. Pengguna Aktif

Pengguna aktif adalah siswa SMAN 1 Luwu yang secara rutin menggunakan suatu aplikasi atau membuka aplikasi setiap hari serta terlibat dalam berbagai aktivitas seperti menonton, memberikan komentar, membagikan atau membuat konten.

## **E. Desain Penelitian**

Desain penelitian kualitatif dalam bimbingan dan konseling Islam memerlukan perencanaan yang cermat dan komprehensif.<sup>3</sup> Dari penentuan pertanyaan penelitian yang jelas hingga pemilihan metode pengumpulan data

---

<sup>3</sup> Abdul Mutakabbir, Dr. Subekti Masri, dan Kasmi, *Pengantar Metodologi Penelitian Bimbingan dan Konseling Islam*, (Indramayu: PT. Adab Indonesia, 2025) 25.

yang tepat, setiap langkah memiliki peran penting dalam memastikan bahwa penelitian dapat menghasilkan data yang bermakna dan relevan. Desain penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan fenomenologi, yang memungkinkan peneliti untuk mendalami pengalaman subjektif remaja pengguna TikTok. Desain ini dirancang untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai pola dan dampak TikTok terhadap kesejahteraan psikologis remaja, serta konteks sosial yang mempengaruhi pengalaman mereka.

#### **F. Data dan Sumber Data.**

Sumber data dalam penelitian ini didasarkan pada dua sumber, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

##### **1. Sumber data primer**

Sumber data primer adalah data utama yang diperlukan dalam penelitian, yang diperoleh langsung oleh peneliti dari sumber utama untuk keperluan penelitian tersebut.<sup>4</sup>

Pengumpulan data primer dimulai dengan mengidentifikasi siswa yang memenuhi kriteria sebagai pengguna aktif TikTok. Peneliti akan memilih informan secara purposif, yaitu siswa yang sering menggunakan TikTok untuk membuat atau menonton konten, serta berinteraksi dengan fitur-fitur di aplikasi tersebut. Pertanyaan wawancara dirancang untuk mengeksplorasi motivasi mereka menggunakan TikTok, jenis konten yang mereka konsumsi atau buat, perasaan

---

<sup>4</sup> Eko Murdiyanto, Metode Penelitian Kualitatif. (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Yogyakarta Press, 2020), hlm. 53.

mereka saat menggunakan aplikasi ini, serta dampak yang dirasakan terhadap aspek psikologis seperti kepercayaan diri, emosi, dan hubungan sosial.

## 2. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung, melalui perantara atau dikumpulkan dan dicatat oleh pihak lain. Data ini diperoleh dengan mudah melalui studi kepustakaan yang relevan dengan penelitian serta dokumentasi yang melengkapi proses penelitian.<sup>5</sup>

Data sekunder digunakan untuk memahami fenomena penggunaan TikTok dalam lingkup yang lebih luas serta membandingkannya dengan temuan di SMAN 1 Luwu. Data ini dapat mencakup laporan akademik sekolah, hasil penelitian sebelumnya tentang media sosial dan psikologi remaja, serta data statistik penggunaan TikTok oleh remaja di Indonesia. Dengan mengombinasikan data sekunder dengan data primer, penelitian ini dapat memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak TikTok terhadap psikologi siswa.

## **G. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian merupakan sesuatu yang terpenting dan strategis kedudukannya di dalam keseluruhan kegiatan penelitian. Instrumen penelitian dapat diartikan pula sebagai alat untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menyajikan data-data secara sistematis serta objektif dengan tujuan memecahkan suatu persoalan. Untuk memperoleh data yang mendalam mengenai dampak TikTok terhadap psikologis remaja, peneliti menggunakan instrumen berupa

---

<sup>5</sup> Eko Murdiyanto, Metode Penelitian Kualitatif. (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Yogyakarta Press, 2020), hlm. 53.

pedoman wawancara mendalam yang disusun secara semi-terstruktur. Instrumen ini dirancang untuk menggali pengalaman, perasaan, serta pandangan subjektif para siswa yang merupakan pengguna aktif TikTok di SMAN 1 Luwu. Pertanyaan dalam wawancara mencakup aspek penggunaan aplikasi, dampak emosional dan sosial yang dirasakan. Dengan pendekatan fenomenologi, instrumen ini difokuskan pada pemahaman makna dari pengalaman hidup siswa sebagai individu yang terlibat langsung dalam fenomena penggunaan TikTok.<sup>6</sup> Observasi berisi kategori atau variabel yang akan diamati oleh peneliti selama proses pengamatan, mengamati perilaku nyata siswa dalam konteks sekolah, khususnya saat mereka menggunakan atau membicarakan TikTok. Aspek yang diamati antara lain pola interaksi sosial, ekspresi emosional saat menggunakan aplikasi, tanda-tanda perilaku adiktif, serta kecenderungan mengikuti tren TikTok dalam berbicara. Serta dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data-data pendukung seperti profil sekolah dan data siswa. Dengan menggunakan kombinasi dari wawancara, observasi dan dokumentasi peneliti dapat memperoleh data yang komprehensif untuk menganalisis Dampak TikTok terhadap Psikologis Siswa di SMAN 1 Luwu.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Ardiansyah, Risnita, dan M. Syahrani Jailani, "Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif," *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam* 1, No. 2 (2023): 1–9.

<sup>7</sup> Ardiansyah, Risnita, and Jailani, "Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif."

## H. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi dalam mencapai tujuan penelitian. Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

### 1. Observasi

Observasi adalah proses mengamati, mencermati, dan merekam perilaku secara sistematis untuk tujuan tertentu. Informasi yang dapat diperoleh dari observasi meliputi lokasi, pelaku, kegiatan, objek, tindakan, peristiwa, dan waktu.<sup>8</sup>

Peneliti melakukan observasi dengan mengamati perilaku informan yang sedang menggunakan TikTok.

Tanggal	Waktu	Tempat	Kegiatan yang Diamati
15 April 2025	09.00 WITA	Ruang kelas XI, taman sekolah	Beberapa siswa membuka aplikasi TikTok saat jam istirahat, menonton video hiburan.
16 April 2025	10.15 WITA	Ruang kelas XI	Beberapa siswa membuka TikTok sambil belajar, ada juga yang hanya menonton video hiburan bukan untuk belajar.

<sup>8</sup> Eko Murdiyanto, Metode Penelitian Kualitatif. (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Yogyakarta Press, 2020), hlm. 54.

16 April 2025	11.45 WITA	Lapangan sekolah, kantin, taman baca	Siswa membuat video TikTok dengan teman-teman setelah jam pelajaran selesai, beberapa juga hanya menonton TikTok dan live TikTok.
17 April 2025	13.20 WITA	Ruang kelas XI	Siswa berdiskusi tentang tren TikTok terbaru

## 2. Wawancara

Wawancara adalah interaksi antara dua individu atau lebih yang bertujuan untuk bertukar informasi dan ide melalui pertanyaan dan jawaban, sehingga memungkinkan konstruksi makna terkait topik tertentu.<sup>9</sup>

Peneliti melakukan wawancara kepada informan secara langsung dengan pertanyaan-pertanyaan yang telah disusun berdasarkan apa yang ingin dicapai. Peneliti melakukan wawancara secara mendalam, mendengarkan secara aktif dan mencatat hal-hal penting seperti ekspresi dan bahasa tubuh.

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses pengumpulan bukti berdasarkan berbagai jenis sumber, baik tertulis, lisan, gambar, atau arkeologis. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi penelitian dengan informasi dari berbagai sumber yang relevan untuk proses penelitian. Dokumentasi yang relevan, seperti kebijakan sekolah, pedoman

---

<sup>9</sup> Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. (Bandung : Alfabeta, 2017).

media sosial, dan artikel berita, dikumpulkan untuk memberikan konteks dan informasi latar belakang.<sup>10</sup>

Dalam dokumentasi yang dimaksud setelah melakukan penelitian berupa rekaman wawancara kepada informan, foto bersama informan, hasil tangkapan layar (*screenshot*) informan saat menggunakan TikTok, hasil kuesioner dan hasil diagram penggunaan TikTok.

### **I. Pemeriksaan Keabsahan Data.**

Hasil riset kualitatif lebih relatif menimbulkan keraguan disebabkan karena adanya ketidak jelasan dalam hal analisis pengukuran. Seakan riset dengan pendekatan kualitatif merupakan sebuah metodologi yang tidak jelas hitam dan putihnya. Sehingga, untuk menjawab keraguan tersebut dan memastikan kebenaran hasil dari perisetan yang telah dilakukan, maka seorang periset harus terlebih dahulu memahami kriteria kesahihan (*validity*). Triangulasi merupakan sebuah cara yang dilakukan untuk menghilangkan keraguan, walaupun tidak sedikit yang masih belum mengetahui makna sesungguhnya dan apa tujuan dari triangulasi di dalam sebuah perisetan disebabkan oleh kurangnya tentang pemahaman tersebut.<sup>11</sup>

#### 1. Triangulasi sumber

Menurut Sugiyono, triangulasi pertama yang dibahas adalah tentang triangulasi sumber. Triangulasi sumber berarti menguji data dari berbagai sumber informan yang akan diambil datanya. Triangulasi sumber dapat mempertajam daya

---

<sup>10</sup> Zuchri Abdussamad, "Metode Penelitian Kualitatif, ed. Patta Rapanna, Sustainability (Switzerland) vo. 11 (syakir Media Press, 2021), 141.

<sup>11</sup> Wiyanda Vera Nurfajriani, dkk, "Triangulasi Data dalam Analisis Data Kualitatif", Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, No. 10 (2024). 826-833.

dapat dipercaya data jika dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh selama perisetan melalui beberapa sumber atau informan.<sup>12</sup>

Langkah pertama dalam penerapan triangulasi sumber adalah mengumpulkan data dari berbagai sumber melalui wawancara, observasi, dan studi dokumen. Siswa akan diwawancarai untuk memahami bagaimana mereka menggunakan TikTok dan bagaimana platform tersebut berdampak pada psikologis mereka.

Setelah data terkumpul, selanjutnya membandingkan dan menganalisis informasi dari berbagai sumber untuk menemukan pola yang konsisten atau perbedaan dalam temuan penelitian. Langkah terakhir adalah menarik kesimpulan berdasarkan data yang paling konsisten dan valid.

## 2. Triangulasi teknik

Menurut Sugiyono, triangulasi teknik digunakan untuk menguji daya dapat dipercaya sebuah data yang dilakukan dengan cara mencari tahu dan mencari kebenaran data terhadap sumber yang sama melalui teknik yang berbeda. Maksudnya periset menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Dalam hal ini, periset dapat menyilangkan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi yang kemudian digabungkan menjadi satu untuk mendapatkan sebuah kesimpulan.<sup>13</sup>

Triangulasi teknik melibatkan kombinasi beberapa metode, seperti wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi. Langkah pertama

---

<sup>12</sup> Andarusni Alfansyur dan Mariyani, "Seni Mengelola Data: Penerapan Triangulasi Teknik, Sumber dan Waktu pada Penelitian Pendidikan Sosial," *Historis* 5, No. 2 (2020): 146–150.

<sup>13</sup> Alfansyur dan Mariyani, "Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik, Sumber dan Waktu pada Penelitian Pendidikan Sosial."

dalam penerapan triangulasi teknik adalah melakukan wawancara mendalam dengan siswa SMAN 1 Luwu yang merupakan pengguna aktif TikTok. Peneliti dapat mengajukan pertanyaan tentang bagaimana TikTok memengaruhi emosi, kepercayaan diri, interaksi sosial, serta tingkat kecemasan mereka.

Peneliti juga dapat melakukan observasi langsung terhadap kebiasaan penggunaan TikTok oleh siswa. Observasi ini bisa dilakukan di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah dengan memperhatikan perilaku siswa saat menggunakan TikTok, frekuensi penggunaan, ekspresi emosi saat mengakses aplikasi, serta interaksi sosial mereka sebelum dan sesudah menggunakan TikTok.

### 3. Triangulasi waktu

Makna dari Triangulasi Waktu ini ialah bahwa seringkali waktu turut mempengaruhi daya dapat dipercaya data. Misalnya, data yang dikumpulkan di pagi hari dengan teknik wawancara dimana saat itu narasumber masih segar dan belum banyak masalah, akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel. Maka dari itu, dalam hal pengujian daya dapat dipercaya data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan melakukan wawancara, observasi atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda.<sup>14</sup>

Triangulasi waktu memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi konsistensi data yang diperoleh dari responden. Jika hasil wawancara menunjukkan perbedaan pandangan siswa terhadap TikTok dalam waktu yang berbeda, misalnya sebelum

---

<sup>14</sup> Andarusni Alfansyur dan Mariyani, "Seni Mengelola Data: Penerapan Triangulasi Teknik, Sumber dan Waktu pada Penelitian Pendidikan Sosial," *Historis* 5, No. 2 (2020): 146–150.

jam pembelajaran di mulai dibandingkan setelah jam pembelajaran selesai, peneliti dapat menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi perbedaan tersebut.

## **J. Teknik Analisis Data**

Menurut Miles and Huberman bahwa dalam analisis data kualitatif akan terus dilakukan secara interaktif sampai tuntas sehingga data yang dianalisis menjadi jenuh. Untuk menganalisis data tersebut peneliti menggunakan deskriptif kualitatif yakni memaparkan dan menggambarkan objek penelitian dengan kata-kata secara jelas dan terperinci. Kegiatan analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.<sup>15</sup>

1. Reduksi data, data yang telah dikumpulkan direduksi dengan cara memilah informasi yang relevan dan sesuai dengan fokus penelitian, yaitu pengaruh TikTok terhadap kesejahteraan psikologis.

2. Penyajian data, data yang telah direduksi disusun dalam bentuk narasi deskriptif, diagram, atau tabel untuk memudahkan analisis mendalam.

3. Penarikan kesimpulan, berdasarkan penyajian data, peneliti menarik kesimpulan dengan mengidentifikasi pola, tema, dan hubungan antara penggunaan TikTok dengan aspek kesejahteraan psikologis seperti kebahagiaan, rasa percaya diri, dan interaksi sosial.

---

<sup>15</sup> Fatmawati, "Metode Penelitian," *Pendidikan dan Kebudayaan Fatmawati. "Metode Penelitian."* *Pendidikan dan Kebudayaan* 5 (2013): 27–42. file:///D:/SRI AGUSTINA/Wisuda thn 2020 , sidang tahap awal/wisuda 2020/1984.pdf. 5 (2013): 27–42, file:///D:/SRI AGUSTINA/Wisuda thn 2020 , sidang tahap awal/wisuda 2020/1984.pdf.

## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Lokasi Umum Penelitian**

SMAN 1 Luwu merupakan salah satu sekolah jenjang SMA berstatus Negeri yang berada di wilayah Kec. Belopa, Kab. Luwu, Sulawesi Selatan. SMAN 1 Luwu didirikan pada tanggal 21 Agustus 1967 dengan Nomor SK Pendirian 109/S.M.A//B/III/67 yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. SMAN 1 Luwu, beralamat di Jalan Topoka No. 371 Belopa, Kecamatan Belopa, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan, dengan geografisnya terletak Lintang, 3°23'52.80"S Bujur, 120° 22' 13.80" E. Sekolah ini memiliki luas tanah yang cukup luas, yaitu 11.674 meter persegi.

SMAN 1 Luwu menjalankan sistem pendidikan sehari penuh dengan 5 hari pembelajaran dalam seminggu. Dalam kegiatan pembelajaran, sekolah yang memiliki 828 siswa ini dibimbing oleh guru-guru yang profesional di bidangnya dengan fasilitas yang memadai, Kepala Sekolah SMAN 1 Luwu saat ini adalah Andi Burhan. Operator yang bertanggung jawab adalah Abu Bakar.<sup>1</sup>

#### 1. Identitas Sekolah

NPSN	: 40309315
Status Sekolah	: Negeri
Naungan	: Pemerintah Pusat
Akreditasi	: A

---

<sup>1</sup> Tata Usaha SMA Negeri 1 Luwu.

No. SK. Akreditasi : 150/SK/BAP-SM/X/2016

Tanggal SK. Akreditasi : 28-10-2016

## 2. Civitas SMAN 1 Luwu

Beberapa pembagian civitas SMAN 1 Luwu, yaitu:

- a. Kepala Sekolah
- b. Wakil Kepala Sekolah
- c. Kurikulum
- d. Kesiswaan
- e. Guru
- f. Wali Kelas
- g. Guru Bimbingan Konseling
- h. Kepala Tata Usaha
- i. Operator Sekolah
- j. Kepala Perpustakaan
- k. Satpam
- l. Sarana dan Prasarana

## 3. Visi dan Misi SMAN 1 Luwu

### a. Visi

Ciptakan Generasi Emas yang berkarakter, religius, menguasai IPTEK dan peduli lingkungan.

### b. Misi

- 1) Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara optimal, sesuai potensi yang dimiliki.

- 2) Menumbuhkan semangat keunggulan secara intensif kepada seluruh warga sekolah.
- 3) Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali potensi dirinya sehingga dapat berkembang secara optimal.
- 4) Memberi kesempatan kepada setiap siswa untuk meningkatkan prestasinya melalui pembentukan kelas unggulan pada setiap tingkatan kelas dan program.
- 5) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianut dan budaya bangsa sehingga menjadi kearifan dalam bertindak.
- 6) Mengembangkan potensi bakat dan minat siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler.
- 7) Mengintegrasikan nilai-nilai karakter dan peduli lingkungan pada setiap mata pelajaran.
- 8) Meningkatkan jumlah siswa yang dapat diterima di perguruan tinggi negeri melalui jalur SNMPTN, SBMPTN dan jalur lainnya.

c. Sarana dan Prasarana

SMAN 1 Luwu telah memiliki sarana yang terbilang sudah cukup memadai. Hal ini merujuk pada semua perkembangan SMAN 1 Luwu yang sampai saat ini masih konsisten. Adapun sarana dan prasarana yang ada di SMAN 1 Luwu seperti mushollah, lab biologi, lab kimia, lab bahasa, lab komputer, ruang guru, ruang kepala sekolah, ruang operator, ruang bimbingan konseling, ruang UKS, ruang osis, lapangan basket, lapangan volly, lapangan takraw, kantin, dan wc.

d. Data pendukung lainnya.

**Tabel 4.1**  
Jumlah Siswa Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Laki-laki	Perempuan	Total
Kelas X	145	257	402
Kelas XI	196	197	393
Kelas XII	195	224	419
Total	536	678	1214

**Tabel 4.2**  
Jumlah Data Informan

No.	Nama	Umur	Alamat	Jenis Kelamin
1.	Ramadhani Assyahrah	16	Suli	P
2.	Nur Azizah	17	Belopa	P
3.	Siti Nurul Najemah	17	Perum. PNS	P
4.	Najwa Salsabila Suaqi	17	Belopa	P
5.	Aura Hertin Aprilia	17	Balo-balo	P
6.	Ali Malije Limbongan	16	Belopa	L
7.	Nadia	17	Belopa	P
8.	Salfa Aulia Ramadani	17	Belopa	P
9.	Gita Selia Muliadi	17	Samping Polres Luwu	P
10.	Farwah Syakila Salsabila	16	Kamanre	P
11.	Marsya Usman	16	Suli	P

## **B. Hasil Penelitian**

### 1. Dampak konten TikTok terhadap Psikologis siswa SMAN 1 Luwu dilihat dari Carol Ryff

Pada hakikatnya, remaja sedang berjuang untuk menemukan dirinya sendiri. Jika mereka berada di lingkungan luar yang tidak cocok, penuh dengan kontradiksi dan labil, maka akan mudah bagi mereka untuk mengalami kesengsaraan batin dan menjalani hidup yang penuh dengan kecemasan, ketidakpastian, dan kebimbangan. Karena gaya hidup dan perilaku remaja semakin berkembang di era globalisasi, perilaku remaja saat ini cenderung mengarah pada perilaku yang negatif. Ini disebabkan oleh fakta bahwa gaya pergaulan remaja saat ini telah dicampur dengan gaya pergaulan orang lain, yang menyebabkan banyak kebudayaan kita tidak lagi menjadi tradisi di kalangan remaja. Pada dasarnya, aplikasi TikTok memiliki dampak positif dan negatif terhadap remaja, terutama dalam hal psikologis. Secara umum, berikut dampak positif dan dampak negatif.

#### a. Dampak Negatif

##### 1) *Self Acceptance* (Penerimaan diri)

Penerimaan diri yang sehat menurut Ryff mencakup kesediaan untuk menerima kekurangan dan kelebihan diri tanpa terlalu banyak kritik atau perbandingan dengan orang lain. Seseorang yang bisa menerima dirinya apa adanya memiliki psikologis yang baik, hal ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung lebih percaya diri dan mampu mengelola tantangan hidup. Oleh karena itu, penerimaan diri berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis.

Penerimaan diri ini sangat penting bagi psikologis remaja, usia-usia anak remaja saat ini rentan terhadap gangguan psikologis karena usia anak mereka 15-18 tahun merupakan fase pencarian jati diri. Rahmadhani Assyahrah mengatakan,

Penerimaan diri saya itu tidak konsisten karena kadang-kadang saya terima diriku tapi kadang-kadang juga tidak semua itu tergantung sama isi kontennya. Kalau tingkat kepercayaan diri saya itu masih kurang karena bisa dilihat sendiri bagaimana orang-orang yang menggunakan TikTok cantik-cantik, terus juga gaya hidup di TikTok itu sempurna kelihatannya jadi itu jadi bahan perbandingan untuk terima diriku.<sup>2</sup>

Hal yang sama juga dijelaskan oleh Siti Nurul Najemah, ia mengatakan bahwa penerimaan dirinya itu,

Setelah saya lihat-lihat konten di TikTok terkadang saya insecure begitu kenapa saya seperti ini kenapa dia bisa seperti itu sebagai contoh kak kalau lihat konten-konten di TikTok yang body nya bagus, tinggi-tinggi jadi menjadi pertanyaan lagi kenapa dia bisa tinggi kenapa saya pendek seperti itu. Tapi saya bersyukur dengan keadaan diriku yang begini saya mampu terima apa adanya diriku.<sup>3</sup>

Aspek penerimaan diri positif dapat terjadi apabila individu mampu memahami dan menghargai keadaan dirinya sebagaimana adanya tanpa terpengaruh oleh konten-konten di media sosial, Gita Selia Muliadi juga mengatakan bahwa.

Konten-konten yang ada di TikTok itu sangat mempengaruhi penerimaan diri saya, kalau lihat konten yang bagus, yang cantik, yang sempurna pasti saya insecure tapi saya mampu jii untuk terima diriku apa adanya walaupun terkadang saya *insecure* karena saya manusia biasa juga jadi wajar-wajar saja kalau saya merasa *insecure*. Terlepas dari semua itu pada intinya saya mampu untuk terima diri aku yang begini apa adanya<sup>4</sup>

Sebagaimana konsep penerimaan diri yang baik, terkadang itu menjadi hal yang sangat sulit untuk dilakukan karena banyaknya kesempurnaan konten yang membuat seseorang merasa kurang dalam penerimaan dirinya, tetapi bagi sebagian orang itu

---

<sup>2</sup> Ramadhani Assyahrah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>3</sup> Siti Nurul Najemah, Penggunaan, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>4</sup> Gita Selia Muliadi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

bukan menjadi hal yang berat karena mampu mengatur perasaannya agar tidak terpengaruhi oleh *rasa insecure* nya. Selanjutnya penerimaan diri yang di rasakan oleh Najwa Salsabila Sauqi.

Kalau masalah penerimaan diri itu tergantung, karena tidak konsisten biasa tiba-tiba merasa *insecure*, merasa tidak percaya diri tapi bisa juga tiba-tiba percaya diri, saya terima diriku apa adanya itu semua tergantung bagaimana konten yang ada di TikTok juga. Kalau saya tiba-tiba merasa *insecure* atau tidak percaya diri saya biasanya melakukan perbandingan, misalnya kenapa dia bisa cantik, kenapa dia bisa pintar, kenapa dia bisa masuk jurusan yang saya idamkan seperti itu. Tapi apapun itu saya bisa terima diriku apa adanya.<sup>5</sup>

Perasaan tidak percaya diri itu manusiawi, tapi semua itu kita kembalikan lagi pada diri kita bagaimana kita mampu mengatur dan menerima diri kita apa adanya, sebagaimana yang dijelaskan oleh Aura Hertin Aprilia.

Ketika saya scroll TikTok, terkadang saya merasa insecure ketika melihat konten yang isinya orang-orang cantik, memiliki body yang sempurna, memiliki kehidupan yang enak tapi itu hanya perasaan yang hanya sekedar muncul ketika saya merasa iri, terlepas dari semua perasaan itu saya mampu untuk terima diri apa adanya, saya mampu untuk tidak membandingkan diri saya dengan orang lain.<sup>6</sup>

Selanjutnya, sikap positif terhadap diri menunjukkan bahwa individu menerima dan menghargai segala aspek dalam dirinya. Hal ini juga dijelaskan oleh Farwah Syakila Salsabila.

Menurut saya kalau penerimaan diri itu saya mampu untuk terima diriku apa adanya, kalau saya lihat konten-konten yang bagus dan cantik itu saya bodo amat ji tapi kalau lihat konten yang karirnya bagus, agamanya bagus, hidupnya juga enak itu biasa muncul rasa tidak percaya ku, kenapa dia bisa begitu sedangkan saya begini-begini saja.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Najwa Salsabila Sauqi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>6</sup> Aura Hertin Aprilia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025

<sup>7</sup> Farwah Syakila Salsabila, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025

Berdasarkan penjelasan diatas dapat di simpulkan bahwa penerimaan diri siswa di SMAN 1 Luwu berdampak negatif dengan menurunnya kepercayaan diri, munculnya rasa *insecure*, melakukan perbandingan diri, tidak pernah merasa cukup sama diri sendiri, dan munculnya rasa gagal atau minder.

## 2) *Environtmental Mastery* (Penguasaan lingkungan)

Penguasaan lingkungan merujuk pada kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang layak untuk kondisi jiwanya. Pada masa remaja, penguasaan lingkungan ini sangat penting bagi perkembangan psikologis mereka karena pada usia-usia remaja sering kali menghadapi berbagai tekanan baik itu dari keluarga, teman, maupun tuntutan lingkungan atau sosialnya. TikTok dapat mendukung pengembangan aspek ini. Remaja yang aktif membuka dan melihat konten, berinteraksi dengan orang lain, serta memanfaatkan platform ini untuk mengekspresikan diri atau mengembangkan hobi, berpotensi memperkuat rasa kontrol atas lingkungan mereka.

Namun di sisi lain, penggunaan TikTok juga membawa risiko terhadap *Environmental Mastery* remaja. Konsumsi konten secara pasif tanpa kontrol yang baik dapat menyebabkan ketergantungan, mengurangi kemampuan mengelola waktu, dan memperlemah fokus, yang merupakan elemen penting dalam penguasaan lingkungan.

Penguasaan lingkungan bisa berdampak positif jika kita pandai dalam memanfaatkannya, sama seperti Ramadhani Assyahrah.

Kalau menurut saya pribadi, TikTok itu sebenarnya bisa membantu saya dalam memanfaatkan peluang, asal kita tahu cara pakainya. Misalnya, saya jadi tahu banyak informasi baru, seperti peluang lomba, beasiswa, bahkan tips belajar dari video yang lewat di beranda. Konten-konten di TikTok juga membantu saya dalam meningkatkan *personal branding*.<sup>8</sup>

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Najwa Salsabila Sauqi.

Kalau saya lagi mager pasti saya bermalasan di kamar scroll TikTok tapi kalau misalnya hal positif lainnya seperti organisasi ikut kegiatan sekolah saya ikutiji. Terus TikTok juga bantuka untuk produktif misalnya kayak dapatkan konten kerajinan terus saya tertarik mau coba jadi saya kerjami dan itu membuat saya produktif.<sup>9</sup>

Farwah Syakila Salsabila juga merasakan bagaimana pentingnya penguasaan lingkungan bagi psikologisnya.

Kalau penguasaan lingkungan saya itu bagus karena saya biasanya scroll TikTok karena tidak ada teman tapi kalau keluar rumah saya mampu untuk berinteraksi dengan baik, saya mampu membangun koneksi dengan baik. Saya juga merasa produktif setelah menggunakan TikTok karena banyak kontennya yang menarik membuat kita penasaran sehingga saya ikut mencobanya.<sup>10</sup>

Penguasaan lingkungan ini bisa berdampak negatif dan tidak berdampak bagi sebagian orang seperti Gita Selia Muliadi.

Kalau menurutku TikTok itu bisa bikin kecanduan, apa lagi saya buka TikTok itu hampir setiap hari dengan durasi yang tinggi jadi nakasih malas ki untuk berkegiatan. Setiap bangun tidur cek hp langsung buka TikTok, di sekolah buka TikTok, makan bukan TikTok.<sup>11</sup>

Nadia juga merasakan hal yang sama, ia mengatakan bahwa.

Saya jarang berbaur dengan teman sebaya ku dilingkungan rumahku karena saya merasa nyaman mengekspresikan diriku di TikTok, saya sering live, saya sering buat konten jadi saya dapat teman baru terus dari TikTok. Hampir dibilang kalau saya tidak punya teman di sekitaran rumah karena saya asik sendiri dengan media sosialku.<sup>12</sup>

---

<sup>8</sup> Ramadhani Assyahrah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>9</sup> Najwa Salsabila Sauqi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa 23 April 2025.

<sup>10</sup> Farwah Syakila Salsabila, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>11</sup> Gita Selia Muliadi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa 23 April 2025.

<sup>12</sup> Nadia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

TikTok bisa saja tidak berdampak pada penguasaan lingkungan seseorang seperti Ali Maliye Limbongan.

Kalau saya kak TikTok tidak berdampakji bagi penguasaan lingkunganku karena TikTok itu tidak bisa aturka untuk tidak bergaul sama teman-temanku, kadang-kadang kalau kumpul sama teman main TikTok jiki, buka TikTok tapi itu cuma sekedar hiburanji.<sup>13</sup>

Dari beberapa penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan pada dimensi ini sebagian siswa merasa TikTok ini tidak memberikan dampak pada dimensi ini tetapi beberapa siswa juga merasa dimensi ini berdampak negatif karena TikTok membuat mereka menjadi orang malas, malas untuk beraktivitas, malas untuk berinteraksi dengan teman sebaya dilingkungannya, dan malas untuk produktif. Selanjutnya TikTok memberikan efek candu atau kecanduan sehingga pola tidur tidak teratur, menurunnya prestasi akademik, dan perubahan pola perilaku dan emosi.

### 3) *Purpose In Life* (Tujuan hidup)

Dimensi *purpose in life* merujuk pada kemampuan individu yang berkontribusi pada perasaan bahwa hidup ini memiliki tujuan hidup dan keyakinan bahwa hidup ini bermakna. Pada masa remaja, menemukan dan membangun tujuan hidup merupakan proses perkembangan yang sangat penting untuk kesehatan mental dan pembentukan identitas diri. TikTok, sebagai salah satu media sosial yang paling populer di kalangan remaja, memberikan dampak yang ambivalen (perasaan atau sikap yang bertentangan terhadap sesuatu pada waktu yang bersamaan) pembentukan *purpose in life*.

---

<sup>13</sup> Ali Maliye Limbongan, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

Tujuan hidup sangat penting bagi anak remaja, karena berada di masa remaja yang berarti mereka sedang berada dalam tahap krusial dalam proses pembentukan identitas diri. Tetapi bagi sebagian orang membuat tujuan hidup tidak semudah dibayangkan, seperti yang diungkapkan oleh Gita Selia Muliadi.

TikTok tidak membantu saya dalam menemukan tujuan hidup saya karena banyaknya informasi-informasi yang di share TikTok misalnya seperti ada 1 konten yang memotivasi saya bikin *planning* ini untuk masa depan tapi ada lagi muncul konten yang menurutnya lebih bagus kalau di kasih begini jadi bingung, kita *planning* akan tujuan hidup kita sendiri.<sup>14</sup>

TikTok, dengan arus konten yang sangat cepat, beragam, dan seringkali berorientasi pada hiburan instan, dapat berkontribusi membuat siswa merasa bingung terhadap tujuan hidup mereka. Hal ini juga dirasakan oleh Siti Nurul Najemah.

Selama saya scroll TikTok saya merasa TikTok tidak bisa membantu saya dalam menentukan tujuan hidup saya karena banyaknya pilihan konten jadi dan banyaknya informasi-informasi membuat saya sulit menentukan tujuan masa depan saya.<sup>15</sup>

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Salfa Aulia Ramadani.

Soal tujuan hidup apa lagi masa depan saya masih bingung, saya merasa TikTok tidak bisa membantu saya dalam membuat tujuan hidup atau *planning* terhadap masa depan karena banyaknya pilihan informasi dengan berbagai macam isi atau makna yang disampaikan.<sup>16</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa SMAN 1 Luwu merasakan bahwa penggunaan TikTok justru membuat mereka mengalami kebingungan dalam menentukan *purpose in life* atau tujuan hidup mereka. Hal ini disebabkan oleh banyaknya pilihan informasi, video yang bervariasi, dan gaya

---

<sup>14</sup> Gita Selia Muliadi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa 23 April 2025.

<sup>15</sup> Siti Nurul Najemah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa 23 April 2025.

<sup>16</sup> Salfa Aulia Ramadani, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa 23 April 2025.

hidup yang ditampilkan dalam platform tersebut, yang pada akhirnya membingungkan siswa dalam memilih arah yang benar-benar sesuai dengan minat dan nilai pribadinya. Hal ini menyebabkan munculnya sifat plin-plan dalam menentukan tujuan, bingung terhadap tujuan dan minat awal, dan hilangnya kejelasan arah.

b. Dampak Positif

1) *Positive Relation with Others* (Hubungan positif dengan orang lain)

Hubungan positif ini berfokus pada pentingnya kualitas hubungan sosial dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Hubungan positif ini mencakup kemampuan untuk berinteraksi secara empati dan afeksi dengan orang lain, serta menjaga hubungan yang mendukung secara emosional.

Dimensi ini menjadi sangat penting karena menyangkut bagaimana cara atau hubungan interaksi remaja dengan dunia maya, teman, dan keluarga. Dukungan dari hubungan yang positif memberi remaja rasa aman, tanpa hubungan yang mendukung remaja akan rentan terhadap stres, rasa kesepian, kecemasan yang bisa memberikan dampak terhadap psikologis mereka.

Pada masa remaja kebutuhan untuk diterima, dihargai, dan terhubung dengan orang lain mampu membentuk identitas diri mereka. Sebagaimana dijelaskan oleh Nadia.

Saya suka sekali live di TikTok karena itu membuat saya tidak merasa sendirian, karena jangkauan TikTok luas jadi saya bisa mendapatkan teman dari luar kota. Pengalaman saya selama live TikTok cukup positif, saya bisa mendapatkan teman baru, saya bisa membangun relasi, saya bisa belajar membangun kepercayaan dengan orang lain. TikTok juga meningkatkan rasa

empati saya karena biasanya ada konten bully, konten berbagi itu biasanya saya suka menunjukkan rasa empatiku melalui komentar.<sup>17</sup>

Memiliki hubungan yang positif dengan orang lain mempengaruhi kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis remaja saat, hal ini juga dirasakan oleh Ali Maliye Limbongan,

Hubungan saya dengan teman maupun keluarga positif saja, konten-konten yang ditampilkan TikTok mempererat hubungan saya dengan orang lain. Misalnya konten yang lagi trend itu kan *velocity* nah ketika kumpul kami semua sepakat untuk ikut membuat konten tersebut, konten itu bukan hanya sekedar kita ikut trend tetapi kita juga melihat bagaimana serunya, bagaimana hubungan kita semakin dekat dan erat dan menumbuhkan rasa percaya satu sama lain.<sup>18</sup>

Dari beberapa penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa di SMAN 1 Luwu mampu memiliki hubungan positif dengan orang lain. Pada dimensi ini TikTok memberikan dampak positif kepada remaja dengan bukti mereka mampu membangun koneksi sosial baru dengan orang-orang yang memiliki minat yang sama dengannya, mengurangi rasa kesepian dengan melakukan live di TikTok untuk berinteraksi langsung dengan penonton, yang memberikan respon dan dukungan emosional. Mendapatkan teman baru dengan menjalin komunikasi dengan orang dari luar kota, saling bertukar cerita. Membangun kepercayaan dengan berbagi pengalaman pribadi dan menjaga konsistensi perilaku yang jujur serta dapat dipercaya saat berinteraksi. Dan meningkatkan empati yang memberikan komentar positif atau dukungan pada konten yang mengandung unsur bully atau berbagi kisah, sebagai bentuk kepedulian.

---

<sup>17</sup> Nadia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>18</sup> Ali Maliye Limbongan, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

## 2) *Autonomy* (Kemandirian)

Kemandirian juga menjadi dimensi penting dalam psikologis remaja karena masa remaja adalah periode transisi di mana individu mulai membentuk identitas diri dan mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa. Periode ini di mana individu mulai melepaskan ketergantungan dari orang tua dan berusaha membuat keputusan sendiri, membentuk pendapat sendiri, serta mengatur hidup mereka sesuai dengan nilai dan tujuan yang mereka yakini. Kemandirian juga mendorong remaja untuk belajar menghadapi konsekuensi dari pilihan mereka dan mengembangkan rasa tanggung jawab.

Remaja yang mempunyai kesejahteraan psikologis baik akan memiliki kemandirian dalam berfikir dan bertindak, ia tidak akan bergantung dengan bantuan orang lain dan tidak akan mudah goyah dengan penilaian-penilaian orang lain. Kemandirian ini juga dijelaskan oleh Nur Azizah.

Selama saya gunakan TikTok saya mampu untuk mandiri dan tidak bergantung sama orang lain, karena kan banyak konten di TikTok yang bisa kita ambil pelajaran kalau kita harus mandiri apa lagi kalau perempuan kita dipaksa sama keadaan untuk mandiri karena kalau kita bergantung sama orang lain terus juga tidak bagus untuk perkembangan dirita. Terus kita juga harus pintar-pintar dalam merespon konten yang kita nonton jangan sampai terpengaruhki sama konten negatif. Saya rasa juga TikTok banyak membantu saya dalam membentuk identitas diri.<sup>19</sup>

Hal yang sama juga dirasakan oleh Ramadhani Assyahrah, ia mengatakan bahwa.

Kalau saya melihat konten-konten yang beredar di TikTok na ajarkanki bahwasanya kita itu harus mandiri dalam mengejar dan menghadapi sesuatu. Saya juga tidak terpengaruhki sama konten-konten negatif yang ada di

---

<sup>19</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

TikTok tapi kalau konten kebaikan itu terpengaruhka jika biasa untuk lakukan kebaikan.<sup>20</sup>

Kemandirian juga didapatkan oleh Marsya Usman.

TikTok itu sangat memotivasi saya untuk mandiri, banyak konten yang bisa kita jadikan bahan pelajaran kenapa kita harus mandiri. Tapi dulu waktu kelas 10 saya keasikkan sekali scroll TikTok jadi mengakibatkan saya jadi malas untuk belajar tapi seiring dengan itu banyak juga konten motivasi bermunculan mengingatkan bahwa nanti kita akan menyesal, akan rugi.<sup>21</sup>

Dari beberapa pernyataan diatas dapat kita simpulkan bahwa TikTok mampu memberikan dampak positif terhadap dimensi ini dengan bukti bahwa siswa SMAN 1 Luwu mampu mandiri dalam mengambil keputusan sendiri, mandiri dalam mengelola waktu dengan menentukan prioritas dan mengatur jadwal harian antara belajar dan ekskul, dan mandiri dalam belajar seperti menonton konten edukasi di TikTok lalu mempraktikannya. Hampir semua siswa di SMAN 1 Luwu mampu bertindak secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain. Siswa ini menyadari bahwa hidup yang bergantung pada orang lain dan kurang mandiri dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Ketergantungan juga bisa menghambat perkembangan identitas diri dan mudah terpengaruh oleh tekanan media sosial.

### 3) *Personal Growth* (Pengembangan diri)

*Personal Growth* atau pengembangan diri merupakan aspek penting dalam kesejahteraan psikologis, yang mencakup keinginan untuk berkembang, memperbaiki diri, belajar hal baru, serta mencapai potensi terbaik. Pada masa

---

<sup>20</sup> Ramadhani Assyahrah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>21</sup> Marsya Usman, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

remaja seperti siswa SMA fase ini menjadi masa kritis di mana dorongan untuk membentuk jati diri dan berkembang sangat kuat.

Konten TikTok memiliki potensi besar untuk mendorong *Personal Growth* remaja, Hal ini dibuktikan dengan beberapa siswa mengatakan bahwa TikTok mampu membuat mereka mendapatkan informasi, membangun kreativitas, menambah pengalaman baru dan meningkatkan skill. Sama seperti yang diungkapkan oleh, Ramadhani Assyahrah.

Bagi saya TikTok dapat menjadi wadah dalam mengembangkan potensi diri yang saya dapat dari TikTok itu nabantu tingkatkan *public speaking* saya, banyak konten-konten di TikTok yang menjelaskan bagaimana cara yang bagus untuk berbicara didepan umum agar tidak gugup, bagaimana caranya kita mengatur ekspresi wajah, intonasi suara, dan gestur tubuh kak, bagaimana caranya supaya kita tidak malu berbicara, bagaimana caranya kita bikin narasi yang menarik seperti itu kak. TikTok juga na tingkatkan *personal branding* ku kak, kayak bagaimana orang kenalka, nilaika, sama ingatka berdasarkan apa yang ku sampaikan dan ku tampilkan kak, itu semua saya dapat biasanya dari TikTok.<sup>22</sup>

Hal yang sama juga dijelaskan oleh Nur Azizah

Saya biasanya selain melihat konten yang lagi tren, saya juga suka gunakan TikTok sebagai media belajar kak kalau lagi ada tugasku yang kurang pahamka biasanya saya langsung cari di TikTok karena lebih mudah kurasa pahami informasi dari TikTok dibandingkan diajarka secara langsung. Kalau di TikTok itu tidak berbelit-belit cara penjelasannya jadi kusuka. Intinya kalau di TikTok informasinya mudah sekali dipahami, tidak membingungkan, cara penjelasannya bagus, singkat padat tapi jelas ilmunya kak.<sup>23</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa semua siswa SMAN 1 Luwu mendapat dampak positif dari TikTok mengenai *Personal Growth* atau pengembangan dirinya, dengan bukti bahwa siswa mampu mengembangkan

---

<sup>22</sup> Ramadhani Assyahrah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>23</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

keterampilan *public speaking* nya, keterampilan baru seperti memasak, membuat kerajinan, dan editing. Selanjutnya pengembangan wawasan seperti dapat ilmu baru tentang budaya, sejarah, teknologi dan masih banyak konten edukatif lainnya. Siswa merasa TikTok dapat menjadi wadah dalam dan memperluas wawasan melalui berbagai konten kreatif dan edukatif, siswa merasa terdorong untuk mencoba hal-hal baru, mengembangkan hobi, dan memperluas pengetahuan dalam berbagai bidang seperti bahasa, keterampilan digital, seni, hingga bisnis kecil-kecilan. Dengan kesadaran diri yang kuat, TikTok dapat menjadi salah satu media yang mendukung proses pengembangan diri remaja di era digital ini.

a) Dampak Positif.

TikTok juga bermanfaat bagi remaja. TikTok, sebagai alat komunikasi audio visual, pada dasarnya mampu memberikan dampak positif dengan berbagai konten yang dapat meningkatkan pemahaman penggunanya. Dampak positif dari penggunaan media berbasis web termasuk bersosialisasi, berbagi pengetahuan atau *sharing knowledge, updating oneself*, yaitu seseorang dapat dengan mudah menemukan hal-hal baru, dan *learning from various sources*, yaitu kemajuan teknologi komunikasi saat ini memudahkan orang untuk belajar dari berbagai sumber.

1) Sarana Ekpresi Diri

Keaktifan seseorang lewat teknologi informasi dan komunikasi, mengingat perkembangan teknologi yang semakin canggih dari waktu ke waktu salah satunya aplikasi Tik Tok yang dapat membuat semua kalangan menggunakan waktu untuk bermain *handphone*.

Berdasarkan wawancara dengan Nadia, menjelaskan bahwa TikTok ada pengaruh positif bagi remaja yaitu.

Kalau saya gunakan TikTok itu kak untuk bikin konten, kalau misalnya lagi galauka bikinka konten yang galau terus saya upload di TikTok itu toh kayak enak biasa kurasa karena bisaka kasi keluar perasaanku lewat konten yang saya bikin, terus kalau lagi senangka ya bikinka video dance atau *velocity* sama *lipsync* juga kalau kumpulka sama temanku bikin TikTok yang trendki juga begitu kak.<sup>24</sup>

Hal serupa juga di ungkapkan oleh Gita Selia Muliadi<sup>25</sup>

Kalau bagi saya kak TikTok itu sebagai media ekspresi diri karena saya lebih sukaji di TikTok di bandingkan media sosial lain karena kalau di TikTok banyakji yang tidak kenalki beda kalau di Ig karena hampir semua isinya temanta jadi kayak malu-maluka biasa untuk post sesuatu, kalau di TikTok bebaski mauki *lipsync*, bikin video *velocity* atau dance atau live juga.

## 2) TikTok Media Edukasi dan Sumber Pengetahuan

Selain sebagai media hiburan dan ekspresi diri, TikTok juga berkembang menjadi salah satu media edukasi dan sumber pengetahuan yang cukup efektif, terutama bagi kalangan remaja. Banyak kreator konten di TikTok yang membagikan informasi edukatif dalam berbagai bidang, seperti pelajaran sekolah (matematika, bahasa Inggris, sains), tips belajar, dan keterampilan hidup.

Dampak positif ini juga dirasakan oleh Nur Azizah, ia mengatakan bahwa.

Saya biasanya selain melihat konten yang lagi tren, saya juga suka gunakan TikTok sebagai media belajar kak kalau lagi ada tugasku yang kurang pahamka biasanya saya langsung cari di TikTok karena lebih mudah kurasa pahami informasi dari TikTok dibandingkan diajarka secara langsung. Kalau di TikTok itu tidak berbelit-belit cara penjelasannya jadi kusuka. Intinya kalau di TikTok informasinya mudah sekali dipahami, tidak membingungkan, cara penjelasannya bagus, singkat padat tapi jelas ilmunya kak.<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Nadia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>25</sup> Gita Selia Muliadi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>26</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

TikTok memberikan dampak positif bagi siapapun yang ingin berkembang, Najwa Salsabila Sauqi juga mengatakan mendapatkan dampak positif dari TikTok.

Dampak positif yang ku dapat selama saya main TikTok itu kebanyakan bertambah wawasanku kak, kalau kadang saya nda paham pelajaran sekolahku saya suka cari penjelasannya di TikTok terus kalau ada tugasku juga yang susah biasanya saya cari penyelesaiannya di TikTok. Kan nda dirasa nanti kalau sudah mau mika kuliah kak biasanya saya juga cari informasi beasiswa di TikTok ada banyak informasi, kebetulan saya mau kuliah kedokteran kak jadi saya cari-cari juga informasi di TikTok tentang kampus apa yang bagus jurusan apa yang bagus seperti itu kak.<sup>27</sup>

Hal yang sama juga di rasakan oleh Aura Hertin Aprilia, ia mengatakan bahwa.

Saya gunakan TikTok itu kuseimbangkan antara scrolllka TikTok untuk hiburanku dan scrolllka TikTok untuk pelajaran atau sekolahku. Kalau ada tugas dari sekolah kak yang tidak kupahami kucari biasa di TikTok, kayak misalnya pelajaran matematika kak biasaka cari cara kerjanya di TikTok karena lebih mudah dipahami.<sup>28</sup>

TikTok dapat sangat memberikan banyak manfaat jika kita mampu mengatur dan membatasi diri kita dalam memainkan media sosial seperti TikTok, sebagaimana hasil wawancara saya dengan Marsya Usman.

TikTok kujadikan media untuk mencari infromasi kak karena kan banyak tips-tips belajar di TikTok terus kan sekarang angkatanku kak adami lagi UN sama TKA itu lagi sering muncul diberanda TikTok ku jadi ada lagi motivasiku untuk belajar terus karena baru percobaan.<sup>29</sup>

### 3) Meningkatkan Kreativitas dan Pengalaman Baru

TikTok telah menjadi salah satu media yang sangat efektif untuk menyalurkan dan mengembangkan kreativitas, khususnya di kalangan remaja. Platform ini memberikan kebebasan kepada penggunanya untuk menciptakan berbagai jenis konten, mulai dari video musik, tari, akting, parodi, tutorial,

---

<sup>27</sup> Najwa Salsabila Sauqi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>28</sup> Aura Hertin Aprilia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>29</sup> Marsya Usman, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

hingga karya seni digital. Dalam konteks perkembangan psikologis, keterlibatan aktif dalam pembuatan konten kreatif di TikTok dapat meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat identitas diri, serta mengasah kemampuan berpikir kritis dan *problem solving*.

Selain itu, TikTok juga berfungsi sebagai media pembelajaran sosial, di mana pengguna dapat memperoleh pengalaman baru melalui interaksi dengan pengguna TikTok dari berbagai jenis konten dari seluruh dunia.

TikTok dapat menjadi wadah bagi seseorang untuk meningkatkan kreativitas dan mencoba hal-hal baru atau pengalaman baru, sama seperti yang dijelaskan oleh Nur Azizah.

Saya pernah coba bikin A Day In My Life kak waktu masih tren-trennya dulu karena seringka liat i lewat terus di berandaku kak jadi tertarikka juga untuk bikin i jadi saya bikinmi tapi tidak saya upload i kak cuma ikut-ikutan jika saja dan ternyata itu cukup buatka produktif pada saat saya bikin i kak.<sup>30</sup>

Jika kita pandai dalam menggunakan media sosial, kita akan terus tumbuh dalam lingkungan yang positif dan mendapatkan banyak manfaatnya, Farwah Syakila Salsabila juga mendapat dampak positif dari TikTok, ia mengatakan bahwa.

Dulu *booming* nya konten yang banyak share resep makanan, membuat konten memasak, share-share hacks makanan yang unik-unik yang ternyata enak pernahka tertarik sama konten begitu kak dan akhirnya kucoba untuk lakukan i, kucoba semua resep yang ada di TikTok yang menarik di mataku dan ternyata itu jadi pengalamanku yang seru dan asik juga untuk dicoba.<sup>31</sup>

#### 4) Meningkatkan Skill

---

<sup>30</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>31</sup> Farwah Syakila Salsabila, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

TikTok tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga berpotensi menjadi media efektif dalam meningkatkan berbagai keterampilan (skill). Melalui media TikTok, seseorang dapat memiliki kesempatan untuk mengasah berbagai keterampilan penting, antara lain keterampilan komunikasi, kreativitas, dan kolaborasi.

Keterampilan dalam berkomunikasi menjadi hal yang penting karena komunikasi merupakan penghubung antar sesama manusia dalam menyampaikan isi atau pesan sehingga terjalinnya suatu hubungan yang kompleks. Begitu pentingnya skill dalam berkomunikasi sehingga seseorang dapat di nilai berdasarkan bagaimana cara dia bicara atau berkomunikasi dengan seseorang.

Keterampilan berkomunikasi sangat dibutuhkan saat ini, hal ini juga disadari oleh Ramadhani Assyahrah ia mengatakan bahwa.

Kalau saya kak dampak positif yang saya dapat dari TikTok itu nabantu tingkatkan *public speaking* ku kak, banyak konten-konten di TikTok yang menjelaskan bagaimana cara yang bagus untuk berbicara didepan umum agar tidak gugup, bagaimana caranya kita mengatur ekspresi wajah, intonasi suara, dan gestur tubuh kak, bagaimana caranya supaya kita tidak malu berbicara, bagaimana caranya kita bikin narasi yang menarik seperti itu kak. TikTok juga na tingkatkan *personal branding* ku kak, kayak bagaimana orang kenalka, nilaika, sama ingatka berdasarkan apa yang ku sampaikan dan ku tampilkan kak, itu semua saya dapat biasanya dari TikTok.<sup>32</sup>

##### 5) Peluang Ekonomi

TikTok selain sebagai sumber informasi, TikTok juga mengacu pada peluang pertumbuhan ekonomi. Ini terjadi karena TikTok mempunyai jangkauan audiens yang sangat besar dan sistem yang bisa membuat siapa saja viral dengan cepat. Platform TikTok banyak menyediakan fitur-fitur yang bermanfaat jika kita

---

<sup>32</sup> Ramadhani Assyahrah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

pandai dalam menggunakannya, seperti fitur live kreator atau siapapun yang live di TikTok berpeluang mendapatkan uang karena ada hadiah dari live jika penonton kita memberikan *gift* kita juga dapat live sambil berjualan yang akhir-akhir ini ramai adalah live jualan baju *preloved*, kemudian ada *affiliate* marketing dimana seseorang dapat membagikan link produk dan mendapat komisi dari setiap penjualan yang terjadi lewat link tersebut, selanjutnya promosi bisnis dan produk kita dapat membuat konten yang menarik mengenai produk yang akan kita jual kemudian kita post dan promosikan, lalu ada TikTok shop kreator atau siapapun bisa langsung berjualan didalam aplikasi, dan membuka peluang kerja baru karena banyaknya brand dan bisnis yang ingin masuk ke TikTok, muncullah kebutuhan untuk jasa seperti editing, host atau yang ingin berbicara mengenai produknya, kameramen, fotografer dan sebagainya. Semua peluang ini bisa menjadi peluang ekonomi bagi siapapun yang memiliki potensi atau minat di bidangnya masing-masing.

TikTok merupakan aplikasi yang memiliki banyak peluang yang terpenting bagaimana cara kita bisa merespon dan melihat peluang tersebut. Nadia juga turut merasakan bagaimana TikTok bisa memberikan peluang ekonomi tersebut.

Saya kak kusuka sekali live di TikTok karena selain menambah relasi atau teman baru biasa juga dapatka uang dari TikTok dari hasil liveku yang na giftka orang sudah pernah mika juga tarik uang dari TikTok kak dari hasil liveku terus pernahka juga daftar TikTok *affiliate* tapi nda terlalu menghasilkan di saya kak karena kalo TikTok *affiliate* itu bagusnya untuk orang-orang yang banyak followersnya kayak *content creator*.<sup>33</sup>

---

<sup>33</sup> Nadia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

Kita bisa berjualan di TikTok melalui live, hal ini di alami oleh Salfa Aulia Ramadani, Salfa mengatakan bahwa,

Selain saya gunakan TikTok untuk scroll-scroll saja, saya juga memanfaatkan fitur live nya dengan jual baju preloved karena saya lihat peluang ekonomi live sambil berjualan itu menjanjikan apalagi sudah banyak yang saya lihat jual baju preloved lagu keras sampai begadang tidak tidur karena packing orderan yang masuk jadi saya tertarik juga mau coba karena kebetulan banyak bajuku yang tidak kupakemi.

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa TikTok saat ini menjadi platform media sosial yang sangat digemari semua kalangan terutama remaja. TikTok memiliki segudang manfaat dan dampak positif bagi semua pengguna yang pandai dalam memanfaatkan peluang ini. Kita dapat mengetahui bahwa TikTok bisa menjadi media seseorang dalam mengekspresikan dirinya dalam bentuk konten yang dia buat, semua orang dapat menyalurkan perasaan, petensi atau ide dalam konten yang dia buat. Selain itu, TikTok juga menjadi sumber pengetahuan bagi semua kalangan terutama pelajar di TikTok siapapun bisa mengakses informasi dan mencari konten sesuai kebutuhannya, seperti konten kreator yang membagikan materi-materi pelajaran yang sangat memudahkan pelajar, tutorial-tutorial yang mudah dan gampang untuk dipahami, tips agar mudah menghafal, tips agar belajar kita menjadi efektif, memberikan informasi yang akurat, memberikan informasi yang *up to date* dan masih banyak lagi.

TikTok juga menjadi media seseorang untuk meningkatkan skill dan pengalaman barunya seperti skill dalam berkomunikasi, meningkatkan *public speaking*, meningkatkan *personal branding*, dan masih banyak lagi. Wawasan baru dan pengalaman baru juga bisa kita dapatkan di TikTok seperti, memasak yang

resepnya kita dapat melalui TikTok, *hacks-hacks* yang memudahkan, dan masih banyak lagi. Dan TikTok juga menjadi ladang bisnis bagi semua orang yang tertarik dibidangnya, misalnya menjadi *content creator*, live sambil berjualan, mendaftar sebagai TikTok affiliate dan masih banyak lagi.

### c. Dampak Negatif

Selain dampak positif TikTok juga dapat memberikan dampak negatif. Penggunaan TikTok secara berlebihan dapat memicu gangguan terhadap psikologis seseorang. Platform ini sering kali mempromosikan standar kecantikan dan gaya hidup yang tidak realistis yang dapat menyebabkan perbandingan sosial atau *social comparison*. Adanya efek candu ketika menggunakan TikTok juga memicu hal negatif bagi psikologis remaja karena kecanduan maka remaja akan malas melakukan aktifitas seperti belajar, tidur, berinteraksi dengan keluarga, atau berolahraga menjadi terabaikan. Dan perubahan pola tidur yang cukup signifikan.

#### 1) Perbandingan Diri

TikTok sebagai aplikasi media sosial sangat berperan dalam membentuk psikologis remaja, khususnya dalam hal perbandingan diri (*self-comparison*). Dengan algoritma yang menampilkan beragam konten menarik dari berbagai pengguna di seluruh dunia, TikTok sering kali membuat remaja secara tidak sadar membandingkan diri mereka dengan orang lain. Mereka melihat standar kecantikan, pencapaian hidup, gaya hidup mewah, atau kreativitas orang lain yang dipamerkan di video-video TikTok. Proses perbandingan ini bisa berdampak negatif pada psikologis remaja, seperti menurunkan harga diri, menciptakan rasa tidak puas

terhadap diri sendiri, meningkatkan kecemasan sosial, bahkan memicu perasaan tidak berharga.

Seperti hal yang diungkapkan oleh Nur Azizah.

Saya selalu membandingkan diri saya dengan orang lain di TikTok karena konten TikTok banyak menampilkan kehidupan yang sempurna seperti sukses dan memiliki banyak uang, cantik, memiliki keluarga yang bahagia dan itu membuat saya merasa kurang dan selalu membandingkan diri.<sup>34</sup>

Marsya Usman juga mengatakan bahwa.

TikTok banyak membuat saya merasa *insecure* dan tidak percaya diri karena banyak pengguna TikTok yang memiliki wajah cantik dan *body goals* dan itu membuat saya tidak bisa menerima diri saya. TikTok juga terkadang membuat saya iri karena orang-orang bisa mempunyai teman yang banyak.<sup>35</sup>

## 2) Kecanduan

TikTok sebagai aplikasi media sosial dengan konten-konten yang bervariasi dan menarik. Video-video berdurasi pendek, konten yang terus diperbarui, serta fitur scroll tanpa batas membuat pengguna, terutama remaja, mudah mengalami kecanduan. Saat seseorang menghabiskan waktu berjam-jam menonton TikTok, mereka mendapat rangsangan instan berupa hiburan, tawa, atau rasa penasaran yang terus-menerus dipenuhi. Hal ini membuat otak terbiasa mencari kepuasan cepat (*instant gratification*), sehingga kemampuan untuk menunda kesenangan demi tugas atau tanggung jawab (seperti belajar atau beraktivitas) menjadi menurun.

Akibat dari kecanduan ini, banyak remaja menjadi malas untuk melakukan kegiatan produktif. Energi, fokus, dan waktu mereka lebih banyak dihabiskan untuk

---

<sup>34</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>35</sup> Marsya Usman, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

mengonsumsi konten dibandingkan menyelesaikan kewajiban akademik atau mengembangkan keterampilan.

Hal ini juga dirasakan oleh Gita Selia Muliadi.

Saya menggunakan TikTok setiap harinya itu 8 jam, saya merasa kurang jika tidak buka TikTok dalam sehari itu membuat saya merasa malas dalam melakukan sesuatu dan membuat pola tidur saya berantakan dan kecanduan.<sup>36</sup>

### 3) Perubahan Pola Tidur

TikTok juga memberikan dampak negatif seperti perubahan pola tidur, penggunaan TikTok secara berlebihan dapat menyebabkan perubahan pola tidur pada remaja. Karena konten di TikTok sangat menarik dan mudah diakses kapan saja, banyak remaja yang menunda waktu tidur untuk terus menonton video, fenomena ini sering disebut dengan istilah "*revenge bedtime procrastination*." Akibatnya, mereka tidur lebih larut dari biasanya dan waktu tidur menjadi sangat berkurang. Selain itu, paparan cahaya dari layar ponsel di malam hari dapat mengganggu produksi hormon melatonin, yaitu hormon yang mengatur siklus tidur.

Ketika remaja kurang tidur, otak mereka menjadi kurang optimal dalam mengatur emosi, memproses stres, dan menurunkan kemampuan konsentrasi.

Perubahan pola tidur ini juga dirasakan oleh Nur Azizah.

Selama saya gunakan TikTok saya mengalami perubahan pola tidur, biasanya saya tidur jam 11 biasa juga jam 12. Karena keasikkan scroll TikTok jadi lupa waktuka, terus konten-konten di TikTok juga menarik jadi nakasih tamba susahki untuk berhenti nonton i.<sup>37</sup>

---

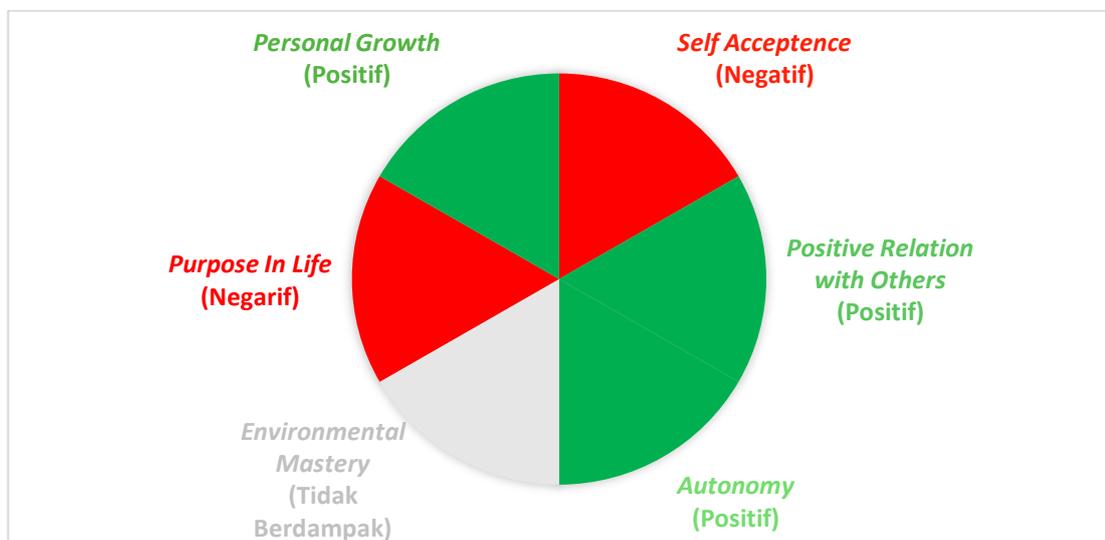
<sup>36</sup> Gita Selia Muliadi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>37</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

Perubahan pola tidur bisa memberikan dampak negatif yang cukup serius bagi psikologis remaja, perubahan pola tidur juga dirasakan oleh Siti Nurul Najemah.

Dulu sebelum pakai TikTok saya biasanya tidur jam 10 kak tapi sekarang saya tidur jam 12 jam 1, karena keasikkan sekalika nonton TikTok jadi tidak bisaka berhenti kalau liat jamka nah jam 11 mi misalnya kubilangji ah masih jam 11 ji lanjut mika saja dulu scoll TikTok begitu terus kak.<sup>38</sup>

**Gambar 4.4 Dampak TikTok terhadap Psikologis Remaja dilihat dari Teori Carol Ryff**



## 2. Pola penggunaan TikTok di kalangan siswa di SMAN 1 Luwu

Pola penggunaan TikTok biasanya bisa dilihat dari seberapa lama menggunakan TikTok, Interaksi sosialnya, persepsi atau perasaannya, kebiasaan atau cara mereka memanfaatkan atau menggunakan aplikasi TikTok ini.

### a. Frekuensi atau durasi penggunaan TikTok

Frekuensi atau durasi penggunaan TikTok seluruh informan sekitar 5-8 jam per hari. Fenomena ini menunjukkan bahwa TikTok telah menjadi bagian dominan

<sup>38</sup> Siti Nurul Najemah, Penggunaan TikTok, *wawancara*, Belopa, 23 April 2025.

dari aktivitas harian siswa tersebut, melampaui batas penggunaan media sosial yang direkomendasikan untuk remaja.

Pola penggunaan TikTok dikalangan siswa di SMAN 1 Luwu pada umumnya semuanya hampir sama. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ramadhani Assyahrah menjelaskan bahwa.

Pola penggunaan TikTok saya toh kak, saya selalu membuka aplikasi TikTok setiap hari dari pagi, siang, sore, dan malam kalau dihitung mungkin ada 5 sampai 6 jam terus jenis konten yang sering kulihat itu yang viral-viral konten *velocity* kadang-kadang juga edukasi kalau ada tugas kak, kalau interaksiku di TikTok biasanya melalui komentar sama chat, kalau dampak yang saya dapat itu kak bertambah wawasanku, nabantu *public speaking* ku juga kak, terus selama saya gunakan TikTok perasaanku itu tidak menentu i kadang bahagia kadang juga sedih tergantung dari isi kontennya kak dan motivasi atau alasanku gunakan TikTok karena mengisi waktu luang, mengikuti tren sama kadang-kadang juga mencari informasi.<sup>39</sup>

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Nur Azizah, ia menjelaskan bahwa.

Saya selalu membuka TikTok setiap hari pertiga jam sekali kalau lagi gabut buka TikTok lagi begitu setiap harinya, jenis konten yang sering kulihat itu edukasi tapi sesekali juga konten yang viral, kalau interaksi saya di TikTok kan ada room chat toh biasanya disitu sama komentar, kalau dampak positifnya yang saya dapat bertambah pengetahuanku kak, kalau perasaanku selama menggunakan TikTok itu kak campur aduk kadang senang kadang sedih juga kak karena biasa sering lewat konten orang yang sedang membutuhkan kak tapi lebih banyakji senangnya kak kalau lagi buka TikTokka, motivasi atau alasanku gunakan TikTok itu kak untuk mengisi waktu luang sama mencari informasi tapi lama-lama kebanyakan untuk mengisi waktu luang.<sup>40</sup>

#### b. Jenis konten yang sering dilihat

Konten yang paling sering informan tonton adalah konten tren atau viral, yang di TikTok dikenal dengan istilah *velocity*, konten edukasi, seperti tips menyelesaikan soal matematika, informasi beasiswa, atau materi pembelajaran

<sup>39</sup> Ramadhani Assyahrah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

<sup>40</sup> Nur Azizah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

lainnya. Selain itu konten motivasi, cerita pengalaman, konten kreatif dan *lifestyle* seperti tutorial makeup, tips fashion konten hiburan ringan seperti podcast lucu, komedi, atau video humor.

Pola penggunaan TikTok juga sama dijelaskan oleh Siti Nurul Najemah.

Saya buka TikTok biasa 5 jam an kak setiap hari dari pagi sampai malam biasa 30 menit ada jeda baru lanjut lagi, jenis konten yang sering saya nonton itu kak yang lagi trend atau *velocity*, kalau interaksi kak biasanya saya lewat like sama chat, kalau dampak positif yang saya dapat lebih *enjoy* atau menikmati hari-harikuji kak, kalau perasaanku selama scroll TikTok nda tentu kadang senang kadang sedih tergantung dari video apa yang lewat tapi konten yang napengaruhi perasaanku itu konten kata-kata yang *relate* biasanya sama hidupta kak, alasan atau motivasiku gunakan TikTok itu kak untuk mengisi waktu luangji.<sup>41</sup>

#### c. Interaksi sosial

Bentuk interaksi yang paling umum dilakukan siswa SMAN 1 Luwu adalah memberikan like pada video yang mereka sukai, diikuti dengan memberikan komentar untuk mengekspresikan pendapat atau sekadar berinteraksi dengan kreator maupun pengguna lain. Sebagian siswa juga memanfaatkan fitur chat untuk berkomunikasi lebih personal dengan teman atau orang baru yang mereka temui di TikTok.

Selain itu, ada pula yang aktif melakukan repost atau posting ulang konten yang mereka anggap menarik agar dapat dibagikan ke teman atau pengikut mereka. Beberapa siswa bahkan memanfaatkan fitur live yang tidak hanya memungkinkan mereka berinteraksi secara langsung dengan penonton, tetapi juga membuka peluang mendapatkan penghasilan dari *gift* yang diberikan audiens. Aktivitas live ini sering kali menjadi ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri, memperluas

---

<sup>41</sup> Siti Nurul Najemah, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

lingkaran pertemanan, dan membangun jejaring sosial yang lebih luas dan berjualan.

Hal serupa juga dijelaskan oleh beberapa pengguna TikTok lainnya.

Kalau saya buka TikTok itu paling lama kalau pagi 1 sampai 2 jam, siang juga begitu, malam juga begitu ada jeda-jedanya, jenis konten yang biasanya saya nonton *velocity*, terus interaksiku di TikTok itu biasanya melalui komentar, like dan posting ulang, kalau dampak positif yang saya dapat banyak materi pembelajaran biasa juga dapat informasi beasiswa, informasi jurusan-jurusan rekomendasi, nah kalau perasaanku saat gunakan TikTok itu tergantung dari video yang FYP kak kalau video yang senang saya ikut senang atau bahagiaji kalau kontennya sedih saya sedih juga, alasanku gunakan TikTok biasanya untuk mencari informasi tapi kalau misalnya lagi bosanka biasanya untuk mengisi waktu luang.<sup>42</sup>

Waktu yang biasanya saya habiskan untuk nonton TikTok itu 5 jam, jenis konten yang sering saya nonton itu random sih kak tapi karena yang lagi tren itu *velocity* ya jadi kebanyakan nonton itu, saya biasanya berinteraksi di TikTok itu melalui like, kalau dampak positif yang saya dapat di TikTok itu tentang pelajaran misalnya cara penyelesaian matematika, kalau perasaanku selama gunakan TikTok itu senangji kak, terus alasanku gunakan TikTok itu untuk mengisi waktu luangji kak.<sup>43</sup>

#### d. Perasaan atau persepsi saat menggunakan TikTok

Perasaan atau persepsi siswa SMAN 1 Luwu dalam menggunakan TikTok bersifat dinamis. banyak siswa menggambarkan perasaan mereka sebagai campur aduk (*mixed feelings*). Ketika menemukan konten lucu, menghibur, atau menginspirasi, mereka merasa senang, terhibur, bahkan lebih bersemangat menjalani hari. Sebaliknya, jika konten yang muncul bernuansa sedih, seperti kisah orang yang sedang mengalami kesulitan atau video yang mengandung unsur kehilangan, mereka ikut merasa sedih atau terharu. Fenomena ini menunjukkan bahwa TikTok memiliki pengaruh langsung terhadap suasana hati siswa, sesuai

<sup>42</sup> Najwa Salsabila Suaqi, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

<sup>43</sup> Aura Hertin Aprilia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

dengan karakteristik remaja yang emosinya mudah berubah mengikuti stimulus dari lingkungan digital.

Pola penggunaan TikTok bagi setiap siswa dapat berbeda-beda, begitupun perasaan siswa, ada siswa yang merasa senang ketika menggunakan TikTok tetapi ada juga sebagian siswa merasa sedih saat menggunakan TikTok ini di karenakan TikTok banyak menghadirkan konten-konten yang sedih dan senang jadi perasaan siswa tergantung dari FYP TikToknya pada saat dia menggunakannya. Sama seperti yang dijelaskan oleh Ali Maliye.

Saya biasanya gunakan TikTok itu 2-3 jam di pagi hari, siang hari juga begitu, kalau jenis konten yang sering saya lihat di TikTok itu *podcast*, tertarikka sama konten itu karena ada biasa ilmunya ada juga biasa lucu-lucunya, interaksiku di TikTok itu biasanya melalui like dan posting ulang, kalau dampak yang saya dapat itu malaska biasanya belajar untuk kebutuhan sekolah, perasaanku kalau scroll TikTok itu biasa-biasaji senangji, alasanku gunakan TikTok itu untuk mengisi kekosongan waktu seringka juga bikin konten di TikTok kata-kata galau begitu yang relate sama kehidupan.<sup>44</sup>

e. Motivasi atau alasan menggunakan TikTok

Siswa SMAN 1 Luwu memiliki beragam motivasi dalam menggunakan TikTok yang dapat dilihat dari aspek hiburan, edukasi, sosial, dan aktualisasi diri. Bagi banyak siswa, TikTok menjadi sumber hiburan utama sekaligus pengisi waktu luang. Konten yang singkat, kreatif, dan menghibur membuat mereka mudah melepas penat setelah kegiatan belajar di sekolah. Selain itu, TikTok juga dimanfaatkan sebagai sarana mencari informasi dan pengetahuan praktis, seperti tips belajar, materi pelajaran, teknik public speaking, hingga informasi beasiswa,

---

<sup>44</sup> Ali Maliye Limbongan, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

yang disajikan dalam format ringkas dan menarik. Di sisi lain, platform ini menjadi wadah bagi siswa untuk mengembangkan kreativitas dan mengekspresikan diri melalui pembuatan konten, seperti video dance challenge, cover lagu, atau tips harian, yang sekaligus membantu membangun rasa percaya diri mereka.

Pola penggunaan TikTok yang berbeda juga diungkapkan oleh Nadia.

Saya buka TikTok setiap hari itu 8 jam lebih, saya suka melihat konten-konten yang lagi tren, saya suka sekali berinteraksi di TikTok kak karena di TikTok bebaski untuk mengekspresikan diri saya juga suka sekali live kak karena biasa dapatki uang kalau na giftki orang setiap liveka juga selaluka dapat teman baru, karena keasikkanka biasa buka TikTok jadi tertunda biasa tugasku, kalau tidak bukaka TikTok kayak ada yang kurang karena *fresh* biasa pikiranku kalau scroll TikTokka, alasanku buka TikTok karena untuk mengisi waktu luang kalau lagi gabut tidak ada dikerja buka TikTok lagi.<sup>45</sup>

Hal yang sama juga dijelaskan oleh Salfa Aulia Ramadani.

Waktu yang saya habiskan biasanya untuk nonton TikTok itu sekitar 6 jam kak, konten yang sering ku nonton itu yang lagi tren biasa juga bikin tutorial makeup, terus saya suka live kak kalau lagi gabut kadang-kadang juga live untuk *preloved* baju dari situ biasanya saya dapat kenalan baru lagi, kalau dampak yang saya dapatkan itu kadang-kadang saya bisa kondisikanji kak antara sekolahku sama duniaku tapi biasa juga kalau datang malasku saya nda bikin apa-apa saya scroll TikTok saja kak, selama saya gunakan TikTok bahagiaji tergantung isi konten yang saya nonton biasanya, alasanku gunakan TikTok untuk mengisi waktu luangji tapi semakin kesini peluang ekonominya TikTok juga bikin tertarikka.<sup>46</sup>

Dari hasil penelitian di atas bahwa, pengguna aktif TikTok siswa di SMAN 1 Luwu dalam pola penggunaan TikTok cenderung ke arah durasi penggunaan yang tinggi dengan frekuensi penggunaan berkisar antara 5 hingga 8 jam per hari. Jenis konten yang dikonsumsi sangat beragam, namun didominasi oleh konten tren atau viral (*velocity*), diikuti oleh konten edukasi seperti tips penyelesaian soal

---

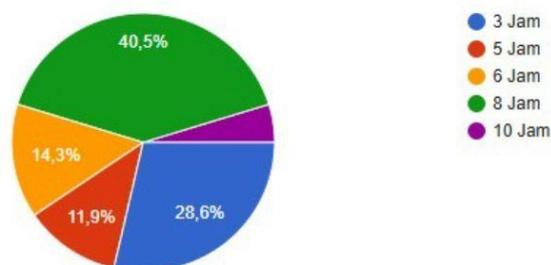
<sup>45</sup> Nadia, Penggunaan TikTok, **wawancara**, Belopa, 22 April 2025.

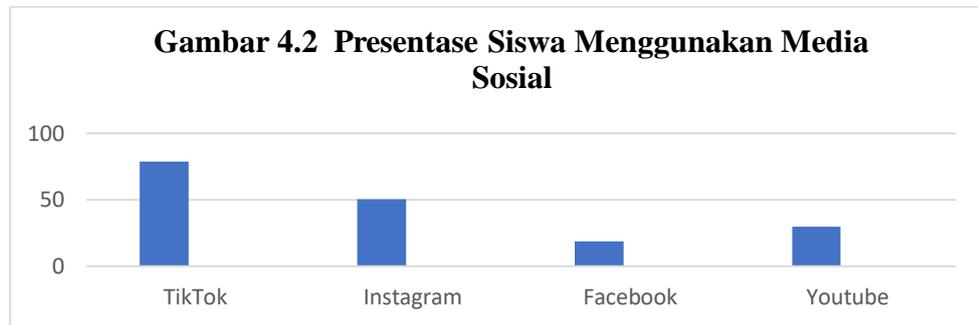
<sup>46</sup> Salfa Aulia Ramadani, Penggunaan TikTok **wawancara**, Belopa, 23 April 2025.

matematika, informasi beasiswa, konten motivasi, konten kreatif dan *lifestyle* seperti tutorial makeup serta tips fashion, hingga konten hiburan ringan seperti podcast lucu, komedi, dan video humor. Dalam hal interaksi sosial siswa SMAN 1 Luwu aktif memberikan like, komentar, dan memanfaatkan fitur chat untuk berkomunikasi lebih personal. Beberapa siswa melakukan repost konten menarik, sementara yang lain memanfaatkan fitur live untuk berinteraksi secara langsung dengan audiens, memperluas pertemanan, dan untuk berjualan. Dari sisi perasaan dan persepsi menggunakan TikTok bersifat dinamis dan sangat dipengaruhi oleh jenis konten yang dilihat. Konten lucu, menghibur, atau menginspirasi cenderung memunculkan rasa senang dan semangat, sementara konten bernuansa sedih dapat menimbulkan rasa haru atau kesedihan. Dan motivasi atau alasan menggunakan TikTok untuk mengisi waktu luang dan mencari hiburan, membuat konten yang sesuai dengan perasaan, dan mencari informasi.

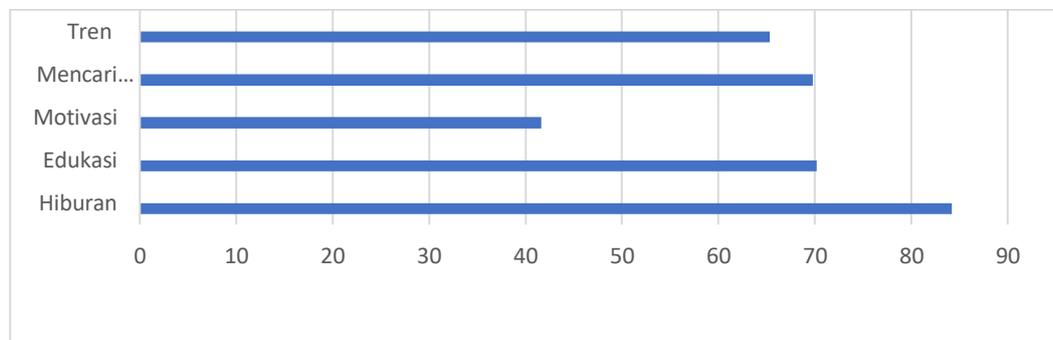
**Gambar 4.1 Waktu Penggunaan TikTok Setiap Hari**

Seberapa lama dan berapa jam rata-rata waktu yang anda habiskan untuk menonton TikTok setiap hari?

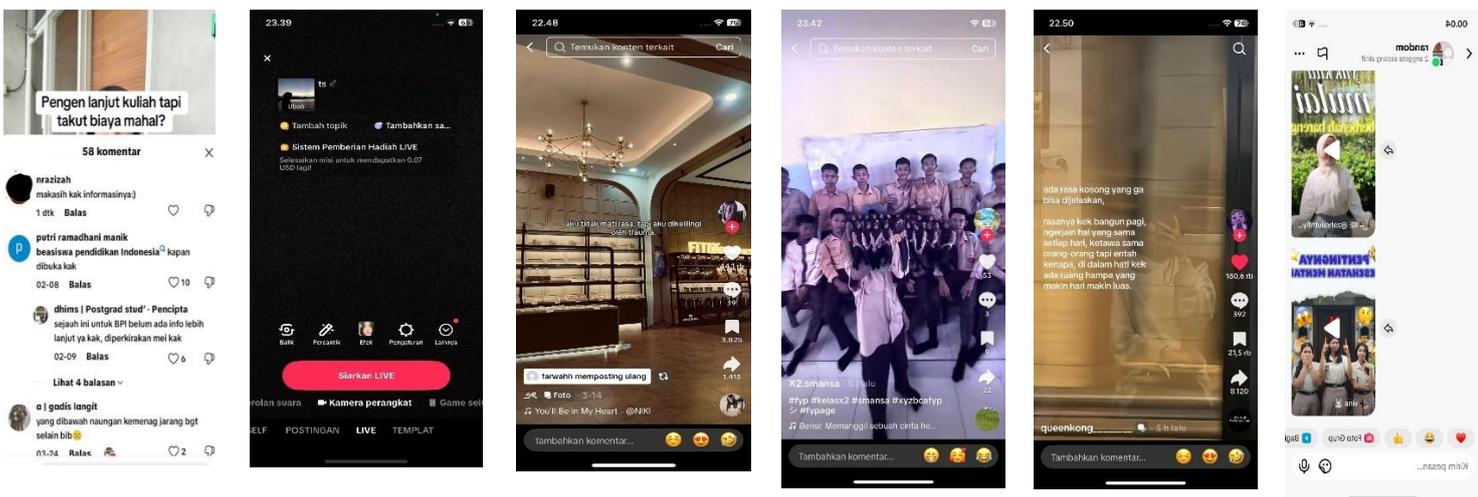




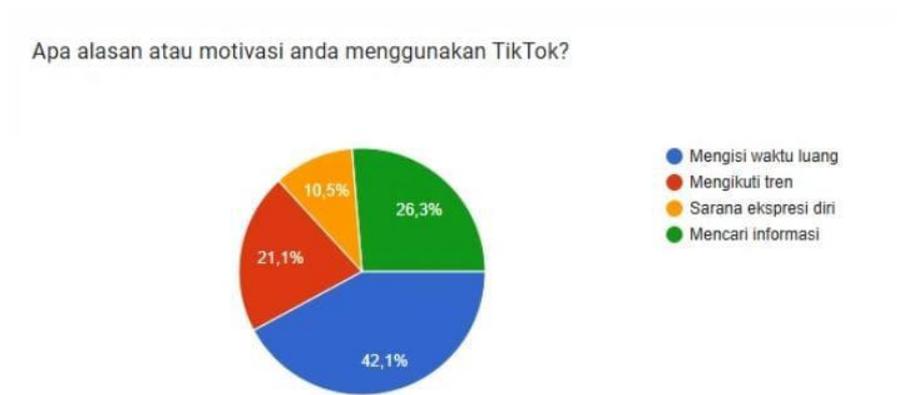
**Gambar 4.3 Jenis Konten yang sering dilihat**



**Gambar 4.4 Interaksi Sosial Siswa SMAN 1 Luwu**



**Gambar 4.5 Alasan atau motivasi menggunakan TikTok**



### C. Pembahasan

#### 1. Dampak konten TikTok terhadap Psikologis siswa SMAN 1 Luwu dilihat dari Teori Carol Ryff

Segala sesuatu memiliki dampak positif dan dampak negatif, seperti halnya aplikasi TikTok. Remaja berada pada fase kehidupan yang penuh dinamika, di mana mereka tidak hanya mengalami perubahan fisik dan emosional, tetapi juga mulai membentuk identitas, nilai, dan tujuan hidup mereka. Di tengah pesatnya perkembangan teknologi, globalisasi, dan tekanan sosial yang semakin tinggi, kesehatan psikologis menjadi landasan penting bagi remaja untuk bertumbuh dengan seimbang. Tanpa kestabilan psikologis, remaja rentan mengalami kecemasan, depresi, perilaku menyimpang, serta kehilangan arah dalam hidup mereka. Berkaitan dengan konsep kesejahteraan psikologis, Ryff mengajukan model multidimensional yang tersusun atas enam dimensi, yaitu *Self-acceptance*, *Personal growth*, *Purpose in life*, *Autonomy*, *Positive relations with others*, dan *Environmental mastery*.

**Tabel 4.3**  
Dampak TikTok terhadap Psikologis Remaja dilihat dari Teori Carol Ryff

No.	Nama		<i>Self Acceptance</i>	<i>Positive Relation with Others</i>	<i>Autonomy</i>	<i>Environmental Mastery</i>	<i>Purpose In Life</i>	<i>Personal Growth</i>
1.	Rahmadhani Assyahrah	Berdampak	-	+	+	+	+	
		Sangat Berdampak						+
		Tidak Berdampak						
2.	Nadia	Berdampak	+	+	+	-		
		Sangat Berdampak						+
		Tidak Berdampak					✓	
3.	Nur Azizah	Berdampak	-		+	+	-	+
		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak		✓				
4.	Siti Nurul Najmah	Berdampak	-		+		-	+
		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak		✓		✓		
5.	Marsya Usman	Berdampak	-		+	+	+	
		Sangat Berdampak						+
		Tidak Berdampak		✓				
6.	Gita Selia Muliadi	Berdampak	+	+	+	-	-	+
		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak						
7.	Najwa Salsabila Sauqi	Berdampak	-	+	+	+	-	+

		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak						
8.	Ali Maliye Limbongan	Berdampak	-	+	+		-	+
		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak				✓		
9.	Farwah Syakila Salsabila	Berdampak		+	+	+		+
		Sangat Berdampak					+	
		Tidak Berdampak	✓					
10.	Aura Hertin Aprilia	Berdampak	-	+	+		-	+
		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak				✓		
11.	Salfa Aulia Ramadani	Berdampak	-	+		-	-	+
		Sangat Berdampak						
		Tidak Berdampak			✓			

Keterangan:

+ = Positif

- = Negatif

✓ = Tidak Berdampak

Dampak TikTok terhadap kesejahteraan psikologi dilihat dari teori Carol Ryff, Ramadhani Assyahrah pada *Self Acceptance* berdampak negatif karena banyaknya konten kecantikan dan standar atau gaya hidup di TikTok yang kelihatannya sempurna membuat dia melakukan perbandingan dirinya dengan

orang yang dia lihat di TikTok. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena dia mendapatkan teman-teman yang *positive vibes* dan terkadang menemukan teman lama di TikTok. Pada *Autonomy* berdampak positif karena ia mengatakan banyak konten di TikTok yang mengajarkan bahwasanya kita harus mandiri dalam mengejar dan menghadapi sesuatu untuk meningkatkan blogger dan personal diri sendiri ia juga mengatakan bergantung pada orang lain akan membuat diri merasa terikat dan cemas karena selalu bergantung pada orang lain. Pada *Environtmental Mastery* berdampak positif karena TikTok bisa menjadi alat atau wadah untuk meningkatkan atau mengasah kreativitas melalui konten-konten kerajinan yang bisa ditiru. Pada *Purpose In Life* berdampak positif karena banyak konten inspiratif dan referensi yang didapatkan misalnya yang tadinya bingung setelah lulus sekolah mau kuliah dimana dan jurusan apa setelah liat beberapa konten di TikTok akhirnya jadi tahu mau ambil jurusan apa. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok banyak memberikan informasi dan menambah wawasan baru TikTok juga mengembangkan pengalaman baru, saya terinspirasi dari lomba-lomba saya mencoba ikut lomba duta dan akhirnya saya bisa jadi duta PMR.

Nadia, pada *Self Acceptance* berdampak positif karena ia merasa percaya diri, tidak pernah membandingkan diri dengan orang lain dan bersikap cuek ketika ada konten yang yang bagus. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena ia selalu live di TikTok sehingga ia mendapatkan banyak teman, menjalin pertemanan baru, membangun relasi, mengeratkan pertemanan yang sudah ada dengan live bersama, saling meng tag disuatu video, dan saling chat. Pada

*Autonomy* berdampak positif karena banyak konten di TikTok yang mendorong kita untuk bersikap mandiri dalam mengambil keputusan sendiri. Pada *Environmental Mastery* berdampak negatif karena frekuensi atau durasi penggunaan TikTok yang tinggi sehingga menyebabkan ia merasa lebih nyaman berinteraksi di TikTok dibandingkan lingkungan tempat tinggalnya. Pada *Purpose In Life* tidak berdampak karena ia merasa TikTok hanya memberikan kesenangan dengan mengatasi rasa bosan dan mengisi waktu luang bukan sesuatu yang memengaruhi tujuan hidup saya. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok banyak mengajarkan hal baru, menambah wawasan, menambah keterampilan dan pengalaman baru seperti belajar digital cara menggunakan Excel atau word yang akan memudahkan dimasa kuliah nanti.

Nur Azizah, pada *Self Acceptance* berdampak negatif karena algoritma TikTok yang terus menunjukkan konten dengan hidup yang sempurna ada yang cantik, ganteng, dan kaya sehingga gampang membuat seseorang merasa kurang dan selalu membandingkan diri. Pada *Positive Relation with Others* tidak berdampak karena hubungan dengan keluarga atau teman lebih banyak terjadi di dunia nyata bukan di media sosial. Pada *Autonomy* berdampak positif karena TikTok mengajarkan kita untuk mandiri dalam mengambil keputusan, banyak konten yang membahas hal-hal penting seperti *Self Love*, belajar produktif, sampai cerita-cerita pengalaman hidup orang lain dan dari situ bisa kita pikir mana yang bagus dan mana yang tidak. Pada *Environmental Mastery* berdampak positif karena kita bisa mengatur hidup kita sendiri dengan baik dan mampu menghadapi tantangan sehari-hari seperti tugas dari sekolah atau tekanan sosial dari lingkungan

rumah. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena TikTok sering membuat ia merasa tertinggal dan bingung akan tujuan hidup karena banyaknya saran-saran dari TikTok. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena banyak menerima informasi tentang pelajaran, bertambahnya wawasan baru, meningkatkan kreativitas, dan masih banyak lagi.

Pada Siti Nurul Najemah dimensi *Self Acceptance* berdampak negatif karena tidak percaya diri dan terkadang membandingkan diri dengan orang lain di TikTok yang lebih cantik dan sukses. Pada *Positive Relation with Others* tidak berdampak karena TikTok hanya digunakan untuk hiburan tidak mempengaruhi hubungan kita dengan orang lain dan lebih suka berinteraksi secara langsung seperti ngobrol dan nongkrong. Pada *Autonomy* berdampak positif karena di TikTok banyak konten yang mengajarkan harus mandiri, apa-apa harus sendiri, dan tidak bergantung pada orang lain. Pada *Environtmental Mastery* tidak berdampak karena sebelum gunakan TikTok sudah jarang berinteraksi sama tetangga lebih nyaman dirumah tapi kalau di sekolah lebih banyak interaksi dengan teman dan mampu mengatur waktu belajar sendiri. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena banyaknya pilihan konten yang membahas masa depan sehingga membuat bingung bagusnya arah masa depan seperti apa. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok bukan hanya media hiburan tetapi sebagai media yang penuh konten edukatif, informasi, dan ilmu-ilmu baru. TikTok biasanya digunakan untuk mencari cara penyelesaian dari tugas sekolah.

Pada Marsya Usman dimensi *Self Acceptance* berdampak negatif karena seringnya membandingkan diri dengan orang lain, merasa iri atau *insecure* ketika

melihat orang cantik, mempunyai badan ideal dan mempunyai banyak teman. Pada *Positive Relation with Others* tidak berdampak karena sebelumnya hubungan dengan teman selalu positif dan terjalin dengan baik tanpa ada pengaruh dari TikTok. Pada *Autonomy* berdampak positif karena TikTok sangat memotivasi untuk bersikap mandiri dalam mengatur hidup, mengatur rencana untuk masa depan, dan mengatur hubungan sosial. Dengan bersikap mandiri itu sebagai bentuk dalam menghargai diri sendiri. Pada *Environmental Mastery* berdampak positif karena TikTok sangat membantu dalam penguasaan lingkungan seperti berbagi kepada yang membutuhkan. Penguasaan lingkungan juga membantu di lingkungan sekitar dengan teman, keluarga dan tetangga. Penguasaan lingkungan yang baik bukan hanya diluar sekolah atau dilingkungan rumah tapi juga disekolah seperti mampu menghilangkan rasa malas dan kembali rajin dalam belajar. Pada *Purpose In Life* berdampak positif karena TikTok dapat memberikan arah tujuan hidup seperti setelah lulus sekolah mau lanjut kuliah, konten di TikTok dapat memberikan inspirasi bagusnya nanti seperti ini. Pada *Personal Growth* sangat berdampak positif karena TikTok banyak mengajarkan hal-hal baru seperti membuat kerajinan, memasak, tutorial menggambar, berlatih atau belajar dengan pelajaran sekolah yang di share di TikTok.

Gita Selia Muliadi, pada dimensi *Self Acceptance* berdampak positif karena ia mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya, tidak memikirkan gaya hidup dan standar kecantikan yang ada di TikTok. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena TikTok mampu membuat hubungan yang ada menjadi positif dan penuh kepercayaan. Pada *Autonomy* berdampak

positif karena mampu mengatur segala sesuatu tanpa terikat orang lain dan mengembangkan rasa tanggung jawab. Pada *Environtmental Mastery* berdampak negatif karena ketergantungan dalam menggunakan TikTok sehingga pasif terhadap lingkungan sekitar dan lebih memilih menyendiri dengan bermain TikTok. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena banyaknya informasi yang di dapatkan dari TikTok sehingga membuat bingung dan ragu terhadap tujuan hidup. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok banyak memberikan informasi mengenai pelajaran sekolah, meningkatkan kreativitas, dan menemukan hobi.

Najwa Salsabila Sauqi, pada dimensi *Self Acceptance* berdampak negatif karena TikTok menurunkan rasa percaya diri, menimbulkan *body image*, dan membuat merasa tidak cukup pada diri sendiri karena selalu membandingkan dengan orang lain. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena selain kita bisa mendapatkan teman baru dengan minat yang sama di TikTok, juga bisa mengeratkan hubungan yang terjalin dengan keluarga dan teman. Selain itu, banyak tren seru yang bisa dilakukan bersama teman. Pada *Autonomy* berddampak positif karena TikTok banyak mengajarkan tentang berani mengambil keputusan sendiri dan berani untuk bertanggung jawab terhadap hal yang dipilih. Pada *Environtmental Mastery* berdampak positif karena TikTok membantu memanfaatkan peluang yang ada seperti organisasi. Konten TikTok memperlihatkan bagaimana serunya organisasi, bagaimana manfaatnya, bagaimana kebersamaannya, dan bagaimana tantangannya. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena penggunaan TikTok yang berlebihan sehingga mengalihkan fokus siswa pada tujuan hidup untuk kedepannya, selain itu algoritma TikTok sering kali

menampilkan kesuksesan yang tidak realistis membuat remaja berfikir bahwa kesuksesan hanya bisa diraih lewat popularitas online. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok membantu mengembangkan *public speaking*, mencoba hal-hal baru seperti ikut lomba, dan mencari informasi tentang kuliah.

Pada Ali Malije Limbongan dimensi *Self Acceptance* berdampak negatif karena selalu membandingkan diri terhadap standar kesuksesan orang-orang di TikTok. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena TikTok membantu saling terhubung dan berinteraksi dengan teman dan keluarga, selain itu TikTok juga menumbuhkan rasa empati yang mendukung terbentuknya hubungan yang lebih terbuka. Pada *Autonomy* berdampak positif karena TikTok memberikan ruang untuk mengekspresikan diri sesuai dengan keinginannya dan melatih dalam mengambil keputusan sendiri dan membentuk identitas dirinya sesuai dengan kemauan tanpa adanya campur tangan orang lain. Pada *Environmental Mastery* tidak berdampak karena remaja mampu mengatur hidupnya sendiri tanpa terpengaruh oleh platform TikTok. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena TikTok membuat remaja merasa bingung akan masa depan karena banyaknya pendapat-pendapat dari *content creator* atau banyaknya saran dan pilihan untuk tujuan hidup kedepannya. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok membantu mengembangkan potensi diri seperti di bidang olahraga karena banyaknya konten yang menampilkan teknik dalam olahraga bola, basket, volly, takraw, dan lain-lain yang dapat meningkatkan skill berolahraga.

Farwah Syakila Salsabila dimensi *Self Acceptance* tidak berdampak karena ia memiliki identitas diri yang kuat mampu menerima segala sesuatu yang ada pada

dirinya dan tidak mudah terpengaruh oleh konten di TikTok, penerimaan diri ini didukung oleh dukungan sosial dari teman dan keluarga. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena TikTok membangun koneksi sosial, meningkatkan rasa empati dan rasa peduli. Pada *Autonomy* berdampak positif karena TikTok mendorong remaja untuk belajar mandiri, belajar bertanggung jawab, dan belajar untuk mengekspresikan diri tanpa terikat oleh apapun. Pada *Environmental Mastery* berdampak positif karena TikTok membantu memanfaatkan peluang yang ada dilingkungan sekitar, seperti setiap sore belajar dan berbaur sama teman dan tetangga. Pada *Purpose In Life* berdampak positif karena TikTok sangat membantu dan memotivasi remaja dalam menentukan tujuan hidupnya seperti seorang siswa yang berhasil meraih beasiswa atau wirausahawan muda yang membangun usaha dari nol, semua itu menumbuhkan harapan dan semangat remaja. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena TikTok mengajarkan hal-hal baru untuk pengembangan diri seperti belajar memasak, belajar makeup, mencari informasi seputaran kuliah, dan masih banyak lagi.

Dimensi *Self Acceptance* pada Aura Hertin Aprilia berdampak negatif karena eksposur terhadap standar kecantikan di TikTok mempengaruhi tingkat penerimaan diri remaja dan membuat remaja merasa kurang terhadap dirinya. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena remaja dapat membangun hubungan sosialnya dan mendapat dukungan dari teman, keluarga, dan sosialnya. Pada *Autonomy* berdampak positif karena banyak konten TikTok yang mendorong remaja untuk mencoba hal baru sendiri tanpa bergantung pada orang lain, sehingga kemandiriannya berkembang. Pada *Environmental Mastery* tidak berdampak

karena TikTok hanya media hiburan tidak mempengaruhi remaja dalam mengatur dan mengelola lingkungannya karena itu berasal dari diri sendiri tidak ditentukan oleh media. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena TikTok banyak memberikan informasi, saran, dan opini sehingga membuat remaja merasa bingung dan kehilangan arah tentang tujuan mereka. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena memiliki akses yang luas keberbagai jenis konten seperti konten edukatif, tips belajar, keterampilan baru, motivasi, dan menggambar.

Pada Salfa Aulia Ramadani dimensi *Self Acceptance* berdampak negatif karena seringnya muncul rasa *insecure* terhadap fisik dan kesuksesan yang ada di TikTok. Pada *Positive Relation with Others* berdampak positif karena TikTok memberikan ruang untuk membangun koneksi sosial dengan teman sebaya. Pada *Autonomy* tidak berdampak karena tanpa ada pengaruhnya dari TikTok remaja sudah bisa mandiri dan menentukan pilihannya sendiri. Pada *Environmental Mastery* berdampak negatif karena TikTok memberikan efek candu sehingga membuat malas yang mengakibatkan jadi malas dalam mengatur waktu belajar, mengatur waktu bersosialisasi dengan teman, dan malas untuk mengelola waktu dengan hal bermanfaat. Pada *Purpose In Life* berdampak negatif karena banyak konten yang menimbulkan kebingungan, kecemasan, dan membuat kehilangan arah dalam menentukan tujuan hidup yang sesuai dengan minat dan potensi diri. Pada *Personal Growth* berdampak positif karena mampu mengembangkan kreativitas seperti melukis dan menggambar.

## 2. Pola penggunaan TikTok di kalangan siswa di SMAN 1 Luwu

Zaman sekarang orang tidak mudah terlepas dari yang namanya media sosial. Media sosial sudah menjadi makanan sehari-hari semua kalangan, apalagi kalangan remaja. Salah satu media sosial yang banyak digandrungi yaitu TikTok. TikTok, sebuah platform media sosial yang tengah berkembang pesat, telah berhasil memenangkan hati banyak pengguna media sosial.

Pola penggunaan TikTok di SMAN 1 Luwu menggambarkan secara rinci bagaimana siswa menggunakan aplikasi ini dalam kehidupan sehari-hari. Aspek yang dikaji meliputi durasi atau frekuensi penggunaan, jenis konten yang dikonsumsi, interaksi sosial, dampak psikologis remaja, perasaan atau persepsi remaja saat menggunakan TikTok, dan motivasi penggunaan TikTok. Hasil temuan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menggunakan TikTok setiap hari dengan durasi rata-rata 4-8jam, terutama pada malam hari setelah.

Adapun jenis konten yang paling banyak dikonsumsi oleh siswa mencakup video hiburan, konten edukatif, konten tutorial, podcast, konten ootd, tutorial makeup, hingga konten motivasi dan lifestyle. Ada berbagai jenis konten yang dikonsumsi remaja, beberapa siswa menggunakan TikTok tidak hanya untuk kebutuhan hiburan, tetapi juga untuk membangun identitas diri, memperluas wawasan, dan berpartisipasi dalam tren. Ini menunjukkan bahwa meskipun TikTok sering kali dikaitkan dengan hiburan semata, di tangan siswa, platform ini juga berfungsi sebagai sarana pembelajaran informal dan sumber informasi.

TikTok juga menjadi sarana penting bagi siswa SMAN 1 Luwu untuk membangun dan memperluas interaksi sosial mereka. Interaksi sosial di TikTok

tidak hanya berlangsung melalui pertemanan secara langsung, tetapi juga melalui bentuk-bentuk komunikasi digital seperti komentar, likes, berbagi (*sharing*), chat, dan live. Siswa di SMAN 1 Luwu sebagian besar melakukan interaksi melalui komentar dengan saling tag, kemudian live karena jangkauannya luas jadi kita bisa saja mendapat teman baru, selanjutnya melalui chat siapapun bisa mendapatkan dan mengirimkan pesan bisa juga dengan membagikan video random kepada teman.

Penggunaan TikTok secara intensif di kalangan siswa SMAN 1 Luwu membawa berbagai dampak bagi akademiknya, baik dalam aspek positif maupun negatif. Kebanyakan siswa mengatakan bahwa selama menggunakan TikTok dia merasa TikTok tidak berdampak negatif pada akademiknya.

Siswa SMAN 1 Luwu menunjukkan beragam perasaan yang mencerminkan pengalaman emosional mereka terhadap platform tersebut. Umumnya, perasaan senang, terhibur, dan puas. Tetapi perasaan senang ini bisa berubah kapan saja sesuai dengan konten yang dia nonton, jadi perasaan siswa tidak selamanya selalu senang bisa juga sedih jika konten yang dia nonton itu sedih. Siswa SMAN 1 Luwu juga merasa bahwa TikTok mampu menghilangkan rasa bosannya.

Alasan atau motivasi siswa di SMAN 1 Luwu menggunakan TikTok karena TikTok bisa mengisi waktu luang. Penggunaan TikTok dalam konteks ini umumnya didorong oleh keinginan untuk menghibur diri dan melarikan diri sejenak dari rutinitas yang kadang terasa membosankan atau menekan. Bagi siswa, TikTok menjadi pilihan utama untuk mengisi waktu luang karena sifatnya yang fleksibel. Mereka dapat memilih jenis konten sesuai dengan minat dan mood mereka.



## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

1. Pola penggunaan TikTok di kalangan siswa menunjukkan intensitas tinggi, yakni 5–8 jam per hari, sehingga menjadi bagian penting dari rutinitas mereka. Konten yang dikonsumsi beragam, mulai dari tren viral, edukasi, motivasi, hiburan, hingga lifestyle, yang sekaligus menjadi wadah ekspresi diri, kreativitas, dan pembelajaran. Interaksi sosial dilakukan melalui like, komentar, repost, chat, hingga live streaming, yang tidak hanya memperluas pertemanan tetapi juga berpotensi menghasilkan pendapatan. Fitur TikTok Shop turut dimanfaatkan untuk berjualan dan transaksi online. Secara emosional, pengalaman siswa bersifat dinamis karena suasana hati dipengaruhi konten yang ditonton. Motivasi utama penggunaan TikTok mencakup hiburan, pencarian informasi, pembelajaran, memperluas jaringan sosial, serta aktualisasi diri.
2. Dampak TikTok terhadap Psikologis Remaja dilihat dari teori Carol Ryff dapat disimpulkan bahwa tiap dimensi memberikan dampak yang berbeda-beda. Pada dimensi *Self-Acceptance*, sebagian besar siswa terdampak negatif karena kurang percaya diri dan sering membandingkan diri dengan standar kecantikan atau kesuksesan di TikTok. Pada *Positive Relations with Others*, dampaknya positif, karena TikTok membantu menjalin pertemanan baru, mempererat relasi lama, dan membangun komunitas suportif. Dimensi *Autonomy* sebagian besar siswa mengalami dampak positif karena TikTok mampu mengajarkan mereka bersikap

mandiri dan memberi dorongan kemandirian dalam mengambil keputusan. Pada dimensi *Environmental Mastery* sebagian siswa tidak berdampak dan sebagian besar siswa berdampak negatif karena TikTok membuat mereka menjadi malas, malas belajar dan malas mengelola waktu. Pada *Purpose in Life*, berdampak negatif banyak siswa merasa bingung dan kehilangan arah akibat banjir informasi serta standar kesuksesan di TikTok. Sementara itu, *Personal Growth* memberi dampak positif yang kuat melalui konten edukatif, tutorial, dan tips yang memperluas wawasan, mengasah keterampilan, serta mendorong pengembangan diri.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan di atas, maka penulis memberikan beberapa saran, sebagai berikut:

1. Bagi Guru dan Pihak Sekolah diharapkan mampu memanfaatkan fenomena TikTok secara positif dengan menjadikannya sebagai sarana pembelajaran digital. Misalnya, melalui pembuatan konten kreatif yang bersifat edukatif, lomba pembuatan video kreatif, atau program literasi digital yang mendorong siswa untuk lebih kritis dalam menilai informasi. Dengan demikian, sekolah dapat membantu mengarahkan penggunaan TikTok agar tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran, pengembangan bakat, serta peningkatan keterampilan komunikasi.
2. Kepada peneliti selanjutnya, penelitian ini belum bisa dikatakan sempurna hasilnya, oleh karena itu peneliti menyarankan didalam penelitian ini yang dilakukan oleh peneliti perlu dikembangkan isi didalamnya, atau menambahkan variabel judul lain yang memungkinkan ada kaitannya dengan penelitian ini yang tidak dapat diteliti.

Hal ini agar lebih menyempurnakan variabel dan mengetahui bagaimana dampak TikTok terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Kemudian peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode kuantitatif mengukur dampak psikologis penggunaan TikTok secara lebih terperinci.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisya Farah, Sayyidah, Rifda Nafisa Mardhotillah, Nur Alfiana Sabila, and Sri Rejeki. "Peran Religiusitas Islam Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis." *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 13, no. 2 (2022).
- An, Tik-tok Dalam Kajian Al-qur. "( Studi Kasus Perilaku Pengguna Tik-Tok Di Kota Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri ( Iain ) Palopo Tik-Tok Dalam Kajian Al-Qur ' an ( Studi Kasus Perilaku Pengguna Tik-Tok Di Kota Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut A" (2021).
- Anum Aisah, "Hubungan antara Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di UIN Ar-Raniry Banda Aceh" (2022).
- A.P, Janitra, P. Prihandini, and N. Aristi. "Pemanfaatan Media Digital Dalam Pengelolaan Kesehatan Mental Remaja Di Era Pandemi." *Buletin Udayana Mengabdi* 20, no. 1 (2021).
- Ayat, Quran Surah al-Hujurat:6. "Analisis Nilai-Nilai Teori Gatekeeping dalam Surat Al-Hujurat Ayat 6," *Network Media* 5, No. 1 (2022).
- Bakistuta Elsa Totti, dan Muhammad Abduh. "Dampak Media Sosial Tiktok Terhadap Tindak Tutur Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Elementaria Edukasia* 6, no. 3 (2023).
- Dierendonck Dirk van dan Hodar Lam, "Interventions to Enhance Eudaemonic Psychological Well-Being: A Meta-Analytic Review with Ryff Scales of Psychological Well-Being", *Applied Psychology: Health and Well-Being* 15, No. 2 (2023).
- Fahra Erya, Salsabila, Guruh Sukma Hanggara, and Restu Dwi. "Pengaruh Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa Smk Pgri 2 Kediri." *Seminar Nasional Virtual, Konseling Kearifan Nusantara* (2021): 32–41.
- Fatmawati. "Metode Penelitian." *Pendidikan Dan Kebudayaan Fatmawati. "Metode Penelitian." Pendidikan Dan Kebudayaan* 5 (2013): 27–42. *file:///D:/SRI AGUSTINA/Wisuda thn 2020 , sidang tahap awal/wisuda 2020/1984.pdf*. 5 (2013): 27–42. *file:///D:/SRI AGUSTINA/Wisuda thn 2020 , sidang tahap awal/wisuda 2020/1984.pdf*.
- Iganingrat, Amethysa, dan Nur Eva. "Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Tunggal: Sebuah Literature Review." *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora* <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1168>.
- Istiningtyas, Listya. "Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19." *Proceeding Conference on Genuine Psychology* 2.

- Khadijah (2019), "Perkembangan Jiwa Keagamaan pada Remaja", *Jurnal Al-Taujih*, vol. 5.
- Kumala Dyah Adinda, Salsabillah Robica Savna, Rohman Aulia Ahmad, Azmi Rusydi Muhammad, and Nisa Khoirotun Pia. "Analisis Peniruan Trend Ashoka Dalam Tiktok." *Jurnal Ilmiah Research and Development Student 2*, no. 2 (2024).
- Lilis, Setianawati. "Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Remaja Terhadap Adab Dan Perilaku Kepada Orang Tua." *Jurnal Pendidikan: SEROJA 2*, no. 3 (2023): 175–181. <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/seroja>.
- Lutfiah Hana dan Nahuda, "Mental dalam Perspektif PAI Analisis Kritis Al-Qur'an Surah Ar-Ra'd Ayat 28", *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, No. 3 (2024).
- Mariyani, Andarusni, dan Alfansyur. "Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik , Sumber Dan Waktu Pada Penelitian Pendidikan Sosial." *Historis 5*, no. 2 (2020).
- M, Kis., Wahidah Fitriani, dan Merli Irawati. "Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Remaja: A Systematic Literature Review." *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam 5*, no. 1 (2024): 227–238.
- M. Syahrani Jailani, Ardiansyah, dan Risnita. "Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif." *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam 1*, no. 2 (2023).
- Mutakabbir Abdul, Dr. Subekti Masri, dan Kasmi. *Pengantar Metodologi Penelitian Bimbingan dan Konseling Islam*, (Indramayu: PT. Adab Indonesia, 2025).
- Nani, Nurani, Muksin Ridho, Zalindra Koto, Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu, Sosial Dan, Universitas Muhammadiyah, Jl K H Ahmad Dahlan, Kec Ciputat Tim, and Kota Tangerang. "Pengaruh Media Sosial Tiktok (@ Sundarindah ) Dalam Menyebarkan Video Edukasi Terhadap Kesehatan Mental Remaja," no. November 2024 (n.d.).
- Naning Putri dkk, Pemanfaatan Aplikasi TikTok sebagai Media Edukasi di Era Generasi Z : *Jurnal Teknologi Pendidikan*, Vol.11 No. 2 (31 Desember 2022).
- Nasir, Abdul, Nurjana, Khaf Shah, Rusdy Abdullah Sirodj, dan M Win Afgani. "Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif 1." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research 3*, no. 5 (2023): 4445–4451. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0APendekatan>.
- Nisa, Mahmudah, Devi Purnamasari, dan Dian Nuswantoro. "Pengaruh Konten Tiktok Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja Akhir." *Jurnal Pendidikan Tambusai* Mahmudah, N., Purnamasari, D., & Nuswantoro, D. (2023). *Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir. Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(variable X), 750–758. 7, no. variable X (2023).

- Nurul M Jirana. "Hubungan Aplikasi Tiktok Terhadap Minat Belajar Mahasiswa Pai Angkatan 2020." *Jurnal Sipakainge* 1, no. 1 (2023).
- Pratama Aditya dkk., "Dampak Media Sosial terhadap Remaja," *Journal of Economics, Business, Management, Accounting and Social Sciences (JEBMASS)*1, No. 4 (2023).
- Psikologi, Fakultas, Universitas Islam, and Negeri Syarif. "Pengaruh Fear of Missing out, Kontrol Diri, Narsisme, Loneliness Dan Jenis Kelamin Terhadap Adiksi Media Sosial Tiktok Pada Remaja Di Jabodetabek" (2023).
- Purnomosidi Faqih, Widiyono dkk, "Buku Referensi Kesejahteraan Psikologis dengan Shalat Dhuha" (Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera: 2022).
- Rachma Aulia, "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok dengan Citra Diri pada Mahasiswa UIN Walisongo Semarang", (2023).
- Rosdiana1, De, and Dan Nurnazmi. "Dampak Aplikasi Tiktok Dalam Proses Sosial Di Kalangan Remaja Kelurahan Rabadompu Timur." *Pendidikan Sosiologi* 4.
- Semara Titis, Dana, Nur Eva, dan Sri Andayani. "Kepercayaan Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Anggota Organisasi Mahasiswa." *Jurnal Psikologi Perseptual* 7, no. 1 (2022).
- Siti Muslichatul, Mahmudah, Muthia Rahayu, dan Kurniawan Prasetyo. "Virtual Identity in the Use of Tiktok for Youth in Jakarta, Indonesia." *Bricolage : Jurnal Magister Ilmu Komunikasi* 9, no. 2 (2023). <https://journal.ubm.ac.id/index.php/bricolage/article/view/3916>.
- Sri Roijah, "Tabayyun terhadap Berita di Tinjau dari Al-Qur'an dan Kode Etik Jurnalistik (Studi atas Surah al-Hujurat ayat 6 dalam Tafsir al-Misbah, Tafsir al-Azhar, dan Tafsir an-Nur) 2020.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung : Alfabeta, 2017).
- Survei APJII Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2022), "Profil Internet Indonesia".
- Syahputri, Addini Zahra, Fay Della Fallenia, and Ramadani Syafitri. "Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif." *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran* 2, no. 1 (2023).
- Ulfa Maria, Batoebara. "Aplikasi Tik-Tok Seru-Seruan Atau Kebodohan." *Network Media* 3, no. 2 (2020).
- Widyawati, Sri, Martha Kurnia Retno Asih, and Ristiasih Utami. "Studi Deskriptif: Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja." *Jurnal Psibernetika* 15, no. 1 (2022): 59–65. <http://journal.ubm.ac.id/index.php/psibernetika>.
- Windah Riskasari dan Dessy Nur Utama, *Psychological Well-Being Masyarakat Pesisir Surabaya terhadap Dampak Pencemaran Laut*, ed. Jerry Setiawan

(Elmarkazi Press, 2021).

Wulandari Alfiana Sri Wahyu, Simanjuntak Nensy Megawati, dan Fitria Hikmah Maulida. "Pengaruh Konten Tik Tok Terhadap Daya Serap Tik Tokers Di Dalam Memahami Materi Bahasa Indonesia Level SMA." *Semantik : Jurnal Riset Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Budaya* 2, no. 3 (2024).

Yoseph, Pedhu. "Kesejahteraan Psikologis Dalam Hidup Membiara." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, no. 1 (2022).

Zakiyatun, Nisa. "Dinamika Kesejahteraan Jiwa Dalam Praktik Self Healing Perspektif Tafsir Al-Maraghi" 5, no. 2 (2024).

Zuchri Abdussamad, "Metode Penelitian Kualitatif, ed. Patta Rapanna, Sustainability (Switzerland) vo. 11 (syakir Media Press, 2021).

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**

## DAFTAR PERTANYAAN WAWANCARA

Daftar wawancara ini berfungsi untuk menjawab rumusan masalah pada penelitian yang berjudul ” Dampak TikTok terhadap Psikologis remaja (Sebuah Fenomenologi Pengalaman Pngguna Aktif pada Siswa di SMAN 1 Luwu).

### A. Identitas Diri

Nama :

Kelas :

Umur :

Jenis Kelamin :

### B. Daftar Pertanyaan:

1. Bagaimana pola penggunaan TikTok di kalangan siswa di SMAN 1 Luwu?

a. Frekuensi atau durasi penggunaan TikTok

1) Seberapa lama dan berapa jam rata-rata waktu yang anda habiskan untuk menonton TikTok setiap hari?

2) Apakah anda yang menghabiskan lebih banyak waktu di TikTok mengalami perubahan pola tidur atau tingkat produktivitas anda?

b. Jenis konten apa yang sering dilihat

1) Jenis konten apa yang sering dilihat?

2) Mengapa anda lebih tertarik pada jenis konten tersebut?

3) Apakah ada hubungan antara jenis konten yang anda dikonsumsi di TikTok dengan tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup anda?

c. Interaksi Sosial di TikTok

- 1) Bagaimana cara anda biasanya berinteraksi dengan pengguna lain di TikTok?  
(misalnya melalui komentar, like, duet, chat, live, dll)
- 2) Apakah anda merasa lebih mudah berinteraksi dengan orang lain di TikTok dibandingkan media sosial lainnya?
- 3) Apakah anda pernah menjalin pertemanan baru melalui TikTok?

d. Dampak psikologis akibat konten TikTok

- 1) Apakah penggunaan TikTok memengaruhi kinerja akademik remaja, baik secara positif maupun negatif?
- 2) Apakah anda pernah merasa stres, cemas, atau tertekan ketika menggunakan TikTok?

e. Perasaan atau persepsi yang muncul setelah menggunakan TikTok.

- 1) Apakah ada konten tertentu yang mempengaruhi perasaan atau pikiran anda?
- 2) Bagaimana perasaan anda saat menggunakan TikTok? Apakah senang, sedih, atau cemas?
- 3) Sejauh mana TikTok mempengaruhi suasana hati atau perasaan anda?

f. Motivasi menggunakan TikTok

- 1) Apa alasan utama anda menggunakan TikTok? (mengisi waktu luang, mencari informasi, mengikuti tren, dll)
- 2) Apakah anda merasa lebih nyaman mengekspresikan diri di TikTok dibandingkan dengan aplikasi media sosial lainnya?

- 3) Apakah TikTok membantu anda dalam mengatasi rasa bosan sehingga anda termotivasi untuk menggunakan TikTok?
2. Bagaimana dampak konten TikTok terhadap Psikologis siswa SMAN 1 Luwu dilihat dari Teori Carol Ryff?
    - a. *Self Acceptance* (Penerimaan diri)
      - 1) Bagaimana perasaan anda terhadap diri sendiri setelah menggunakan TikTok?
      - 2) Apakah anda merasa lebih percaya diri setelah menggunakan TikTok? Mengapa?
      - 3) Apakah anda pernah membandingkan diri anda dengan orang lain di TikTok?
      - 4) Apakah eksposur terhadap standar kecantikan dan gaya hidup di TikTok mempengaruhi tingkat penerimaan diri anda?
    - b. *Positive Relation with Others* (Hubungan positif dengan orang lain)
      - 1) Apakah TikTok membantu anda menjalin hubungan positif dan penuh kepercayaan dengan orang lain?
      - 2) Bagaimana konten yang ada di TikTok dapat mempengaruhi kemampuan anda untuk menunjukkan rasa empati kepada orang lain?
      - 3) Apakah penggunaan TikTok dapat meningkatkan kepedulian anda terhadap kesejahteraan psikologis orang lain?
    - c. *Autonomy* (Kemandirian)

- 1) Apakah TikTok lebih banyak mendorong anda untuk berfikir dan bertindak secara mandiri atau justru membuat mereka lebih bergantung pada tren dan opini orang lain?
- 2) Sejauh mana anda yang aktif di TikTok mampu mengatur perilaku anda sendiri tanpa terpengaruh oleh tekanan media sosial di TikTok tersebut?
- 3) Apakah anda yang sering menggunakan TikTok memiliki kesulitan dalam membentuk identitas diri anda atau mengatur perilaku anda sendiri dari pengaruh media sosial?

d. *Environmental Mastery* (Penguasaan lingkungan)

- 1) Apakah TikTok membantu anda dalam memanfaatkan peluang dan kesempatan yang ada di lingkungan anda, atau justru membuat anda lebih pasif atau tidak mengambil peran aktif?
- 2) Apakah TikTok dapat menjadi alat yang membantu anda menciptakan lingkungan yang positif dan produktif bagi diri anda sendiri?

e. *Purpose In Life* (Tujuan hidup)

- 1) Apakah TikTok membantu anda menemukan minat dan tujuan hidup anda, atau justru membuat anda lebih bingung tentang arah masa depan?
- 2) Sejauh mana konten di TikTok dapat menginspirasi anda untuk menjadi lebih kreatif dan produktif dalam kehidupan nyata?

f. *Personal Growth* (Pengembangan diri)

- 1) Apakah TikTok membantu remaja untuk lebih terbuka terhadap pengalaman baru dan terus berkembang secara pribadi?

- 2) Apakah TikTok pernah membantu anda dalam menemukan potensi diri anda yang meningkatkan pengembangan diri anda? atau justru TikTok menghambat pengembangan diri anda?
- 3) Apakah anda merasa mendapat wawasan atau keterampilan baru dari TikTok?
- 4) Apakah anda belajar hal baru dari TikTok yang membantu pengembangan diri anda?

**Lampiran 2: Dokumentasi Wawancara dengan Siswa dan Siswi SMAN 1 Luwu**





### Lampiran 3: Dokumentasi Surat Permohonan izin Penelitian dari Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah


**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PALOPO**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**  
 Jl. Domba Kel. Balandai Kec. Bara Kota Palopo 91914  
 Website: [www.fuad.iainplo.ac.id](http://www.fuad.iainplo.ac.id)

---

Nomor : 493/In.19/FUAD/PP.01.1/3/2025 Palopo, 20 Maret 2025  
 Lampiran : 1 (satu) Exsemplar Proposal  
 Perihal : *Permohonan Izin Penelitian*

Kepada  
 Yth. Kepala Dinas Pelayanan Terpadu Satu Pintu (PTSP)  
 Kab.Luwu

Di-  
 Belopa

*Assalamu Alaikum Wr. Wb.*

Disampaikan dengan hormat bahwa mahasiswa (i) kami, yaitu :

Nama	: Nasyawa Difha Farecy.A
NIM	: 2101030030
Fakultas	: Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Semester	: VIII (Delapan)
Tahun Akademik	: 2024/2025

Akan melaksanakan penelitian dalam rangka penulisan skripsi dengan judul **“Dampak Tiktok terhadap Psikologi Remaja (Sebuah Fenomenologi Pengalaman Pengguna Aktif pada Siswa di SMAN 1 Luwu)”**

Demikian surat permohonan izin penelitian ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu Alaikum Wr. Wb.*


 Dekan,  
  
 Dr. Abdain, S.Ag., M.HI.  
 NIP 19710512 199903 1 002

## Lampiran 4: Surat Rekomendasi Research/Survey



**PEMERINTAH KABUPATEN LUWU**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
 Jalan Andi Djemma No.1 (Komp. Perkantoran Pemerintah Kab. Luwu) Belopa 91983  
 Telp. 0471-3314552 Fax 0471-3314552, e-mail: [kesbang.luwu@gmail.com](mailto:kesbang.luwu@gmail.com)

---

**SURAT REKOMENDASI RESEACH / SURVEY**  
 Nomor : 072/168-Ekososbud&Ormas/Kesbang/IV/2025

Berdasarkan Surat dari Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Nomor : 493/In.19/FUAD/PP.01.1/3/2025 Tanggal 20 Maret 2025 Perihal Permohonan Izin Penelitian.

Maka dengan ini diberikan Rekomendasi Izin Penelitian Kepada ;

1. Nama	: NASYAWA DIFHA FARECY A
2. Pekerjaan	: Pelajar/Mahasiswa
3. NIM	: 2101030030
4. Alamat	: Pammanu Kec. Belopa Utara Kab. Luwu
5. Nama Lembaga	: Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo
6. Penanggung Jawab	: Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
7. Maksud dan Tujuan	: Melaksanakan Penelitian guna penyusunan Skripsi dengan judul <b>"DAMPAK TIKTOK TERHADAP PSIKOLOGI REMAJA (SEBUAH FENOMENOLOGI PENGALAMAN PENGGUNA AKTIF PADA SISWA DI SMAN 1 LUWU)"</b>
8. Status Penelitian	: Baru
9. Anggota Peneliti	: -
10. Lokasi Peneliti	: SMAN 1 LUWU

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Pelaksanaan Research/survey tidak disalah gunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu stabilitas Pemerintah;
2. Sebelum melaksanakan research/survey langsung kepada responden harus terlebih dahulu melaporkan kepada Pemerintah wilayah setempat;
3. Setelah research/survey selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada BAKESBANGPOL Kabupaten Luwu;
4. Surat Rekomendasi reseach/survey ini berlaku Tanggal 18 April s/d 18 Mei 2025 (1 Bulan)

Dikeluarkan di Belopa  
 Pada tanggal 17 April 2025

**KEPALA BADAN KESBANGPOL  
 KABUPATEN LUWU**



**H. KAMAL, S.Pd.,MM.** *u*  
 PKT: Pembina Tk. I / IV.b

## Lampiran 5: Dokumentasi Surat Izin Penelitian dari DPMPTSP dari Kabupaten Luwu ke SMAN 1 Luwu



**PEMERINTAH KABUPATEN LUWU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
 Alamat : Jln. Jend. Sudirman, Kelurahan Senga, Kecamatan Belopa, Kab. Luwu Telpn : (0471) 3314115

---

<p>Nomor : 0138/PENELITIAN/05.02/DPMPTSP/IV/2025          Lamp : -          Sifat : Biasa          Perihal : <u><b>Izin Penelitian</b></u></p>	<p>Kepada          Yth. Ka. SMAN 1 Luwu          di -          Tempat</p>
--	---

Berdasarkan Surat Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah Institute Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo : 493/In.19/FUAD/PP.01.1/3/2025 tanggal 20 Maret 2025 tentang permohonan Izin Penelitian.  
 Dengan ini disampaikan kepada saudara (i) bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama	: Nasyawa Difha Farecy. A
Tempat/Tgl Lahir	: Belopa / 13 Maret 2003
Nim	: 2101030030
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat	: Lingk. Pammanu Kelurahan Pammanu Kecamatan Belopa Utara

Bermaksud akan mengadakan penelitian di daerah/instansi Saudara (i) dalam rangka penyusunan "Skripsi" dengan judul :

**DAMPAK TIKTOK TERHADAP PSIKOLOGIS REMAJA (SEBUAH FENOMENOLOGI  
 PENGALAMAN PENGGUNA AKTIF PADA SISWA DI SMAN 1 LUWU)**

Yang akan dilaksanakan di **SMAN 1 LUWU**, pada tanggal **21 April 2025 s/d 21 Mei 2025**

Sehubungan hal tersebut di atas pada prinsipnya kami dapat menyetujui kegiatan dimaksud dengan ketentuan sbb :

1. Sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan, kepada yang bersangkutan harus melaporkan kepada Bupati Luwu Up. Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu.
2. Penelitian tidak menyimpang dari izin yang diberikan.
3. Mentaati semua peraturan perundang-undangan yang berlaku.
4. Menyerahkan 1 (satu) exemplar copy hasil penelitian kepada Bupati Luwu Up. Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu.
5. Surat izin akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat izin tidak mentaati ketentuan-ketentuan tersebut di atas.



1 2 0 2 5 1 9 3 1 5 0 0 0 1 7 2



Diterbitkan di Kabupaten Luwu  
 Pada tanggal : 21 April 2025  
 Kepala Dinas



**Drs. MUHAMMAD RUDI. M.Si**  
 Pangkat : Pembina Utama Muda IV/c  
 NIP : 19740411 199302 1 002

**Tembusan :**

1. Bupati Luwu (sebagai Laporan) di Belopa;
2. Kepala Kesbangpol dan Linmas Kab. Luwu di Belopa;
3. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah Institute Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo;
4. Mahasiswa (i) Nasyawa Difha Farecy. A;
5. Arsip.

Lampiran

## RIWAYAT HIDUP



**Nasyawa Difha Farecy, A**, lahir di Belopa pada tanggal 13 Maret 2003. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara yang bernama Muh. Dikcy Rezeki Ari Sandi Putra. A, dari pasangan seorang ayah Alm. Asmadi Achmad dan Ibu Ramla. Saat ini penulis bertempat tinggal di Pammanu, Kec.

Belopa Utara, Kab. Luwu. Penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar pada tahun 2015 di SDN 22 Belopa. Kemudian di tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di SMPN 3 Belopa hingga tahun 2018. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di SMAN 1 Luwu, dan lulus pada tahun 2021. Penulis kembali melanjutkan pendidikan tingkat S1 di Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo dengan mengambil Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.

**Contact Person: [difha.farecy@gmail.com](mailto:difha.farecy@gmail.com)**