

ABSTRAK

Frederikus Safe, 21.75.7066. **Dampak Penggunaan *TikTok* Terhadap Kesehatan Mental Remaja di Kefamenanu.** Skripsi. Program Studi Filsafat, Institut Filsafat dan Teknologi Kreatif Ledalero, 2025.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan *TikTok* terhadap kesehatan mental remaja di Kefamenanu. Hal yang melatarbelakangi penulisan ini adalah perkembangan teknologi digital yang telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan remaja, terutama para remaja pengguna *TikTok*. Platform ini menawarkan berbagai konten hiburan dan informasi, yang di satu sisi dapat menimbulkan kekhawatiran terkait dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. Remaja, menurut *World Health Organization* (WHO), adalah individu berusia 10-19 tahun, yang merupakan fase transisi penting antara masa kanak-kanak dan dewasa. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Timor Tengah Utara (BPS TTU), estimasi jumlah remaja di Kefamenanu pada tahun 2023 mencapai sekitar 5.000 orang. Populasi penelitian ini mencakup siswa dari tiga SMA di Kefamenanu: SMAK Warta Bakti, SMA Taekas, dan SMA Negeri Sungkaen.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebar kepada siswa-siswi di ketiga sekolah tersebut. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik yang sesuai untuk menentukan hubungan antara intensitas penggunaan *TikTok* dan indikator kesehatan mental, seperti tingkat kecemasan, stres, dan depresi. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran tentang sejauh mana penggunaan *TikTok* berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja di ketiga sekolah tersebut, serta menjadi dasar bagi pihak sekolah dan orang tua dalam mengawasi dan membimbing para remaja dalam menggunakan media sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas dan frekuensi penggunaan *TikTok* yang tinggi secara signifikan berkorelasi dengan munculnya berbagai gejala gangguan kesehatan mental pada remaja, di antaranya adalah peningkatan tingkat kecemasan, stres berlebih, gangguan pola tidur, serta rendahnya kepercayaan diri yang dipicu oleh perbandingan sosial dengan konten ideal yang ditampilkan oleh *influencer*. Di sisi lain, ditemukan pula bahwa *TikTok* dapat memberikan dampak positif, seperti peningkatan rasa percaya diri, kreativitas, dan ekspresi diri, serta membentuk komunitas yang mendukung secara emosional, apabila digunakan secara bijak dan terbatas.

Kata Kunci: Media Sosial, *TikTok*, Kesehatan Mental Remaja, Remaja di Kefamenanu

ABSTRACT

Frederikus Safe, 21.75.7066. **The Impact of TikTok Usage on Adolescent Mental Health in Kefamenanu.** Thesis. Philosophy Study Program, Ledalero Institute of Philosophy and Creative Technology, 2025.

This study aims to analyze the impact of TikTok usage on the mental health of adolescents in Kefamenanu. The background to this writing is the development of digital technology that has brought significant changes to the lives of adolescents, especially adolescent TikTok users. This platform offers a variety of entertainment and information content, which on the one hand can raise concerns regarding its impact on adolescent mental health. Adolescents, according to the World Health Organization (WHO), are individuals aged 10-19 years, which is an important transition phase between childhood and adulthood. Based on data from the Central Statistics Agency of North Central Timor Regency (BPS TTU), the estimated number of adolescents in Kefamenanu in 2023 will reach around 5,000 people. The population of this study included students from three high schools in Kefamenanu: SMAK Warta Bakti, SMA Taekas, and SMA Negeri Sungkaen.

This study uses a quantitative method with a survey approach. Data were collected through questionnaires distributed to students in the three schools. Data analysis was carried out using appropriate statistical tests to determine the relationship between the intensity of TikTok use and mental health indicators, such as levels of anxiety, stress, and depression. The results of the study are expected to provide an overview of the extent to which TikTok use affects the mental health of adolescents in the three schools, as well as being a basis for schools and parents in supervising and guiding adolescents in using social media.

The results of the study showed that high intensity and frequency of TikTok use significantly correlated with the emergence of various symptoms of mental health disorders in adolescents, including increased levels of anxiety, excessive stress, disturbed sleep patterns, and low self-confidence triggered by social comparison with ideal content displayed by influencers. On the other hand, it was also found that TikTok can have positive impacts, such as increasing self-confidence, creativity, and self-expression, as well as forming an emotionally supportive community, if used wisely and limited.

Keywords: Social Media, TikTok, Adolescent Mental Health, Adolescents in Kefamenanu