

BAB I

PENDAHULUAN

Bagian ini memberikan ringkasan awal yang disusun oleh penulis mengenai topik yang diteliti, meliputi alasan pemilihan topik, fokus masalah yang diangkat, serta tahapan metode yang digunakan dalam penulisan skripsi ini.

1.1 Latar Belakang`

Media sosial merupakan salah satu platform yang penting dalam kehidupan manusia. Dalam era digital ini, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai platform untuk berkomunikasi, tetapi juga sebagai alat untuk membangun identitas, interaksi sosial, dan sebagai sumber informasi.¹ Smith dan Duggan dalam tulisannya yang berjudul, “Online Dating & Relationships” menjelaskan bahwa sekitar 90% remaja berusia 10 hingga 19 tahun di seluruh dunia menggunakan media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa betapa pentingnya platform ini dalam kehidupan sehari-hari secara khusus bagi remaja yang dinilai sebagai mayoritas pengguna media sosial.² Adapun platform media sosial yang dimaksud seperti *TikTok*, *youTube*, *Instagram*, dan *Facebook* telah merevolusi cara berinteraksi antar individu.

Salah satu aplikasi yang terkenal di kalangan remaja saat ini adalah aplikasi *TikTok*. *TikTok* yang diluncurkan pada tahun 2016 telah mengalami pertumbuhan yang amat signifikan. Konten di *TikTok* sangat bervariasi. Secara umum, konten *TikTok* berisikan tantangan kreatif, tutorial, hingga konten edukatif yang menarik. Pada tahun 2023, Lebih dari satu miliar orang tercatat sebagai pengguna aktif *TikTok* setiap bulannya. Hal ini menjadikannya sebagai salah satu media sosial paling populer di dunia.³ Meskipun interaksi positif melalui media sosial dapat memberikan dukungan emosional, tidak dapat dipungkiri bahwa paparan dari aneka konten negatif bisa juga turut memperburuk keadaan mental remaja, terutama jika kaum remaja sering kali membandingkan diri mereka dengan *influencer* atau

¹Smith, A., & Duggan, M., “Online Dating & Relationships”, *Pew Research Center*, 12 (4) Tahun 2013, hlm. 4.

²Laura Ceci, “*TikTok* User Statistics”, 24 Maret Diakses dari <https://www.statista.com> pada 12 Oktober 2024.

³Levine, M. P., & Murnen, S. K., “Everybody Knows That Mass Media Are/Are Not [Pick One]: A Critical Review of the Evidence for a Connection between Media, Negative Body Image, and Disordered Eating in Females”, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(1), tahun 2009, hlm. 12. doi:10.1521/jscp.2009.28.1.9.

konten yang tidak realistis.⁴ Sebuah penelitian menunjukkan bahwa peningkatan waktu yang dihabiskan di *TikTok* dapat berakibat pada peningkatan gejala depresi di antara remaja, terutama bagi mereka yang aktif lebih dari tiga jam per hari.⁵ Seiring waktu, lebih banyak studi menunjukkan adanya korelasi antara penggunaan *TikTok* dan efek negatif pada ketergantungan, termasuk tingkat kualitas tidur yang buruk dan gangguan mood.⁶

Menurut survei yang dilakukan oleh Pew Research Center, penggunaan media sosial seperti *TikTok* dapat menyebabkan pergeseran emosi yang cepat dan berpotensi bagi ketergantungan remaja.⁷ *TikTok* memiliki daya tarik visual yang luar biasa, sehingga mampu menarik perhatian remaja dengan cepat. Penelitian menunjukkan bahwa 67% remaja merasa lebih terhubung dengan teman-teman mereka melalui aktivitas di *TikTok*, hal ini memperlihatkan dampak sosial yang signifikan dari platform ini.⁸ Namun di balik semua itu, ada kekhawatiran yang terus berkembang mengenai dampak ketergantungan dari penggunaan media sosial, terutama *TikTok*. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa sekitar 21% remaja mengalami kecemasan ketika tidak dapat mengakses media sosial.⁹ Hal ini mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memicu berbagai masalah ketergantungan berupa kecemasan dan depresi.¹⁰

Penggunaan *TikTok* secara berlebihan di kalangan remaja mengakibatkan kecanduan media sosial yang berdampak pada produktivitas dan ketergantungan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hasgimianti, Habibah, dan Alfiah,

⁴Frison, E., & Eggermont, S. "Explaining the relationship between adolescents' Facebook use and depressive symptoms: a longitudinal study", *Computers in Human Behavior*, 59, (2015), hlm. 196. doi:10.1016/j.chb.2015.02.038.

⁵Heelen, L., & Baudin, M. Social media and mental health: survey results on young users' experience. *Youth and Society*. (2022). Diakses dari <https://journals.sagepub.com> pada 12 Oktober 2024.

⁶O'Keeffe, G. S. & Clarke-Pearson, K. "The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families". *Pediatrics*, 127(4) (2011), hlm. 803. doi:10.1542/peds.2011-0054.

⁷Pew Research Center. (2021). *Teens, Social Media & Technology 2022*. Diakses dari <https://www.pewresearch.org> pada 12 Oktober 2023.

⁸López-Vega, M. C., Fernández-Berrocal, P., & Ramos, M., "Social Media Influence on Young People's Emotional Well-being". *Journal of Youth Studies*, 24(5) (2021), hlm. 684. doi:10.1080/13676261.2020.1792919.

⁹Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. "A systematic review: the impact of social media on mental health in adolescents". *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1) tahun 2020, hlm. 15. doi:10.1080/02673843.2019.1581905.

¹⁰Twenge, J. M., & Joiner, T. E. "Tea or Toxic: Is Social Media Bad for You?", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(4) tahun 2018, hlm. 328. doi:10.1521/jscp.2018.37.4.325.

ditemukan bahwa remaja cenderung mengalami adiksi terhadap media sosial, khususnya *TikTok*. Remaja yang menghabiskan waktu berjam-jam di platform ini menunjukkan gejala seperti gelisah jika tidak mengakses aplikasi, penurunan fokus belajar, dan terganggunya pola tidur yang sehat.¹¹ Gejala-gejala ini menegaskan bahwa meskipun *TikTok* memberikan hiburan, dampaknya terhadap keseimbangan hidup remaja bisa cukup signifikan apabila digunakan tanpa kontrol.

Selain gangguan psikologis, *TikTok* juga mempengaruhi pembentukan nilai dan perilaku sosial remaja. Menurut studi yang dilakukan oleh Nurwidia, penggunaan *TikTok* secara intensif dapat memengaruhi akhlak dan perilaku sosial remaja, terutama perempuan. Penelitian ini menyoroti bagaimana remaja cenderung meniru gaya hidup dan perilaku *influencer*, yang tidak selalu sesuai dengan nilai-nilai sosial dan agama. Akibatnya, terjadi pergeseran norma sosial dan hilangnya sensitivitas terhadap batas-batas moral dalam interaksi sosial digital¹². Ini menjadi tantangan serius dalam membentuk identitas diri remaja yang sehat secara psikososial di tengah dominasi budaya populer *TikTok*.

Nurdiansyah dan Suhartini dalam penelitiannya juga menegaskan bahwa *TikTok* kerap kali menjadi saluran bagi masuknya nilai-nilai negatif yang mengaburkan batas antara edukasi dan hiburan. Remaja yang belum memiliki literasi digital yang kuat rentan terhadap misinformasi serta konten-konten yang mengandung unsur kekerasan verbal, seksual, atau budaya konsumerisme berlebihan. Paparan konten semacam ini dapat membentuk persepsi yang keliru tentang dunia nyata dan menurunkan kepekaan sosial terhadap realitas sekitar.¹³ Dengan demikian, penggunaan *TikTok* oleh remaja tidak hanya berdampak secara individual, tetapi juga secara kolektif terhadap budaya generasi muda.

Di sisi lain, *TikTok* juga bisa menjadi platform untuk ekspresi diri yang positif. Remaja menggunakan *TikTok* untuk berbagi pengalaman dan cerita yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan rasa penerimaan diri mereka. Ada

¹¹Hasgimianti, H., Habibah, S., Alfiah, A., & Purnama, R. D. B., "Tingkat Adiksi Penggunaan Media Sosial Remaja: Studi Deskriptif", *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 5(2) tahun 2022, hlm. 112-113.

¹²Nurwidia, N., Husin, N., Yasir, M., & Hermanto, E., "Akhlak Wanita dalam Perspektif Al-Quran (Studi Kasus Eksistensi Dalam Menggunakan Aplikasi *TikTok*)", *Jurnal An-Nur*, 11(1) tahun 2022, hlm. 37.

¹³Nurdiansyah, F., & Suhartini, T., "Nilai Edukasi pada Aplikasi *TikTok* di Kalangan Remaja Kota Bandung", *Komunikasiana: Journal of Communication Studies*, 3(2) tahun 2018, hlm. 138-139.

beberapa dampak positif yang penulis temukan yakni: *TikTok* sebagai media menambah wawasan dan pengetahuan, *TikTok* sebagai media mencari dan menemukan teman baru, *TikTok* sebagai media penghibur, dan dari *TikTok* remaja lebih mudah mendapat informasi terbaru.¹⁴ Hal ini berpotensi membantu mengurangi stigma terhadap masalah ketergantungan, memberikan tonggak untuk menjalani pembicaraan yang lebih terbuka. Mempertimbangkan dualitas ini, penting untuk mengeksplorasi lebih mendalam terkait bagaimana *TikTok* mempengaruhi emosi, perilaku, dan interaksi sosial remaja. Dalam penelitian ini, pendekatan kuantitatif dan akan digunakan untuk mengumpulkan data dari remaja yang aktif menggunakan *TikTok*, serta memahami bagaimana mereka merasakan pengalaman mereka di aplikasi ini.¹⁵

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami secara mendalam bagaimana penggunaan aplikasi *TikTok* memengaruhi ketergantungan remaja, khususnya para remaja yang menetap di wilayah Kefamenanu. *TikTok*, sebagai salah satu platform media sosial dengan pertumbuhan tercepat, sangat populer di kalangan remaja karena kemampuannya menyediakan konten singkat yang bersifat menghibur, edukatif, maupun viral.

Dalam era digital saat ini, remaja sangat mudah terpapar oleh konten media sosial tanpa adanya filter yang memadai. Banyak dari mereka yang mulai mengukur nilai diri berdasarkan jumlah likes, komentar, atau jumlah pengikut, sehingga membuat mereka rentan terhadap tekanan sosial, perbandingan diri, dan bahkan depresi. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya untuk memberikan gambaran nyata tentang hubungan antara intensitas penggunaan *TikTok* dengan berbagai indikator ketergantungan remaja, seperti keseimbangan emosi, kualitas tidur, dan interaksi sosial. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang manfaat dan risiko penggunaan *TikTok*, penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat mendukung mental remaja.

¹⁴Riehm, K. E., Feder, K. A., & Kreuter, W., "Social Media Use and Adolescent Mental Health: A Longitudinal Study", *Pediatrics*, 143(3), tahun 2019, hlm. 49. e20182826. doi:10.1542/peds.2018-2826.

¹⁵González-Pizarro, M. & Vázquez, J. J., "Social Media and Adolescent Mental Health: A Systematic Review". *Journal of Adolescent Health*, 68(2) tahun 2021, hlm. 346. doi:10.1016/j.jadohealth.2020.08.018.

Penggunaan *TikTok* yang bijak, cermat dan kritis menjadi kunci untuk meminimalisir risiko negatif terhadap ketergantungan remaja.¹⁶

Penelitian ini dilakukan sebagai respons terhadap meningkatnya penggunaan media sosial *TikTok* di kalangan remaja, yang secara nyata telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari mereka. *TikTok*, sebagai platform berbasis video singkat, menawarkan daya tarik visual dan interaksi sosial yang tinggi, sehingga banyak digunakan oleh remaja untuk mengekspresikan diri, mengikuti tren, dan menjalin pergaulan secara digital. Namun, di balik kepopulerannya, terdapat kekhawatiran yang berkembang mengenai dampak psikologis dari penggunaannya yang berlebihan, terutama dalam aspek ketergantungan. Remaja merupakan kelompok usia yang masih berada dalam tahap perkembangan emosional dan pencarian jati diri, sehingga sangat rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk dari konten digital yang dikonsumsi setiap hari. Paparan terhadap konten-konten tertentu di *TikTok*, seperti gaya hidup konsumtif, standar kecantikan yang tidak realistis, atau interaksi sosial yang semu, berpotensi menimbulkan tekanan psikologis. Banyak di antara mereka mengalami gejala seperti stres, cemas, gangguan tidur, bahkan depresi, akibat perbandingan sosial dan keinginan untuk mendapatkan validasi melalui *likes* dan komentar. Fenomena ini menunjukkan perlunya kajian ilmiah yang lebih mendalam untuk memahami sejauh mana dampak penggunaan *TikTok* terhadap kondisi mental remaja.

Penelitian ini juga dilakukan karena masih terbatasnya data dan kajian akademik lokal mengenai hubungan antara penggunaan *TikTok* dan ketergantungan remaja, khususnya di wilayah Kefamenanu, yang mulai menunjukkan peningkatan akses digital. Dengan melakukan penelitian berbasis data lapangan dan pendekatan ilmiah, diharapkan hasil kajian ini dapat memberikan gambaran nyata tentang fenomena yang sedang berkembang di masyarakat. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan rekomendasi yang dapat dijadikan acuan bagi orang tua, pendidik, dan pemangku kebijakan dalam merumuskan strategi penggunaan media sosial yang sehat bagi remaja.

¹⁶Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. "Adolescents' Online Communication: An Integrated Model of Its Attraction, Opportunities, and Effects"., *European Journal of Communication*, 21(4) tahun 2006, hlm. 505. doi:10.1177/0267323106072401.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial *TikTok* oleh remaja menghadirkan fenomena yang kompleks, di satu sisi aplikasi ini memberikan ruang ekspresi dan kreativitas, namun di sisi lain berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap ketergantungan apabila digunakan secara berlebihan. Kondisi ini menjadi dasar penting dilakukannya penelitian guna mengkaji lebih dalam sejauh mana intensitas penggunaan *TikTok* berhubungan dengan munculnya gejala psikologis seperti kecemasan, stres, dan gangguan tidur pada remaja, khususnya di wilayah Kefamenanu yang mengalami perkembangan akses digital yang signifikan. Maka penulis memformulasikan judul dari karya ilmiah ini sebagai berikut: “**Dampak Penggunaan *TikTok* Terhadap Ketergantungan Remaja di Kefamenanu**”. Penulis membatasi *locus* penelitian ini pada 3 SMA di Kefamenanu dan hanya pada remaja yang aktif menggunakan *TikTok*.

1.2. Rumusan Masalah

Berlandas pada uraian yang termuat dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah pokok dalam tulisan ini adalah:

Bagaimana dampak penggunaan *TikTok* terhadap ketergantungan remaja di wilayah Kefamenanu?

1.3. Tujuan Penulisan

1. tujuan khusus

Tujuan khusus dari penulisan skripsi ini juga adalah sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) pada Institut Filsafat dan Teknologi Kreatif Ledalero.

2. tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara menyeluruh dampak penggunaan aplikasi *TikTok* terhadap ketergantungan remaja, dengan fokus pada aspek psikologis seperti kecemasan, stres, gangguan tidur, hingga kepercayaan diri. Di era digital, *TikTok* menjadi platform yang sangat populer dan banyak diakses oleh remaja, namun penggunaannya yang berlebihan kerap menimbulkan konsekuensi yang tidak disadari. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk menjawab bagaimana intensitas dan frekuensi penggunaan

TikTok dapat memengaruhi kondisi mental remaja, terutama dalam konteks keseharian mereka di lingkungan sosial.

Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana jenis-jenis konten *TikTok* berkontribusi terhadap perubahan suasana hati dan perilaku remaja. Melalui pendekatan kuantitatif dan , peneliti berupaya memetakan gejala-gejala psikologis yang muncul akibat penggunaan *TikTok* secara berlebihan, seperti perasaan tertekan, ketergantungan emosional, dan kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain. Dengan melibatkan remaja pengguna aktif *TikTok* di wilayah Kefamenanu sebagai subjek penelitian, diharapkan dapat ditemukan pola-pola yang menggambarkan secara objektif hubungan antara penggunaan media sosial ini dan kondisi ketergantungan mereka.

Penelitian ini juga diarahkan untuk menghasilkan rekomendasi konkret yang dapat diterapkan oleh orang tua, guru, serta pemangku kebijakan dalam mengembangkan pendekatan edukatif dan preventif guna meminimalkan dampak negatif *TikTok*. Dengan pemahaman yang lebih dalam terhadap fenomena ini, diharapkan penelitian ini mampu memberikan kontribusi bagi upaya menciptakan lingkungan digital yang sehat dan mendukung kesejahteraan mental remaja di tengah arus teknologi yang semakin pesat.

1.4 Manfaat Penulisan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi dalam pengembangan literatur akademik mengenai hubungan antara media sosial khususnya aplikasi *TikTok* dan ketergantungan remaja, khususnya dalam konteks lokal.

b. Manfaat Praktis

- Bagi remaja: meningkatkan kesadaran dalam penggunaan media sosial yang sehat.
- Bagi orang tua dan pendidik: dapat dijadikan pedoman untuk mendampingi dan mengawasi remaja dalam menggunakan *TikTok*.
- Bagi pembuat kebijakan: sebagai dasar dalam menyusun kebijakan literasi digital dan promosi ketergantungan remaja.

1.5. Metode Penulisan

Penulisan skripsi ini menggunakan metode deskriptif analitis, yaitu dengan menggambarkan dan menganalisis fenomena yang diteliti berdasarkan data empiris yang diperoleh dari lapangan serta data sekunder dari berbagai sumber pustaka. Proses penulisan dilakukan secara sistematis dan ilmiah sesuai dengan pedoman karya ilmiah yang berlaku di lingkungan IFTK Ledalero. Dalam hal ini, peneliti mengumpulkan data primer melalui penyebaran kuesioner kepada responden yang memenuhi kriteria tertentu, yaitu remaja pengguna aktif aplikasi *TikTok*. Selanjutnya, data sekunder diperoleh dari buku-buku, jurnal ilmiah, artikel online, dan sumber terpercaya lainnya yang relevan dengan topik penelitian, khususnya yang membahas dampak media sosial terhadap ketergantungan.

1.6. Sistematika Penulisan

Proses penulisan skripsi ini disusun dengan sistematika penulisan yang terbagi menjadi empat bab utama, yakni:

Bab I, Pendahuluan yang berisi tentang latar belakang penulisan, rumusan masalah, tujuan penulisan, metode penulisan dan sistematika penulisan.

Bab II, Landasan Teoritis dan membahas teori-teori yang mendasari penelitian ini. Dimulai dengan pembahasan mengenai media sosial secara umum, termasuk definisi, karakteristik, dan peranannya dalam kehidupan modern, diikuti dengan pembahasan khusus tentang *TikTok* sebagai salah satu platform media sosial yang paling populer di kalangan remaja. Bab ini juga mengupas konsep ketergantungan, terutama masalah ketergantungan yang sering dialami remaja seperti kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. Beberapa teori yang relevan, seperti *Uses and Gratifications Theory*, teori ekspresi diri di media sosial, dan teori keseimbangan risiko dan manfaat, juga dijelaskan sebagai kerangka analitis. Selain itu, bab ini menguraikan dampak positif dan negatif media sosial berdasarkan kajian empiris, serta kerangka konseptual yang menunjukkan hubungan antara penggunaan *TikTok*, ketergantungan, dan faktor-faktor pendukung atau penghambatnya.

Bab III, Metode Penelitian, menjelaskan pendekatan dan desain penelitian yang digunakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan eksplanatori. Populasi penelitian mencakup remaja berusia 10 hingga 19 tahun kategori pengguna aplikasi *TikTok* aktif di wilayah Kefamenau, dan teknik

pengambilan sampel dilakukan dengan metode tertentu seperti GForm. Instrumen penelitian berupa kuisioner yang mencakup pertanyaan tentang durasi penggunaan *TikTok*, jenis konten yang dikonsumsi, dan dampaknya terhadap ketergantungan. Data dikumpulkan melalui survei, serta wawancara tambahan jika diperlukan untuk melengkapi hasil kuantitatif dengan data . Teknik analisis data meliputi analisis statistik deskriptif dan inferensial dengan bantuan perangkat lunak seperti *SPSS* .

Bab IV, Hasil dan Pembahasan, menyajikan temuan penelitian dan analisisnya. Bagian ini dimulai dengan deskripsi data responden, seperti profil demografis, pola penggunaan *TikTok*, dan durasi penggunaannya. Hasil penelitian yang diperoleh dari analisis kuisioner dipaparkan untuk menunjukkan dampak *TikTok* terhadap ketergantungan, termasuk aspek kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. Pembahasan dilakukan dengan mengaitkan temuan penelitian dengan teori yang telah dijelaskan sebelumnya, serta studi-studi terkait, untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi hasil penelitian.

Bab V, Penutup, mengakhiri penelitian ini dengan kesimpulan dan saran. Kesimpulan merangkum hasil utama penelitian, yang menegaskan hubungan antara penggunaan *TikTok* dan ketergantungan remaja. Bagian ini juga memberikan saran praktis bagi remaja, orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan untuk meminimalkan dampak negatif *TikTok*. Selain itu, saran untuk penelitian selanjutnya juga disampaikan untuk memberikan peluang eksplorasi lebih lanjut mengenai topik ini.

Dengan struktur sistematika penulisan ini, diharapkan pembaca dapat dengan mudah memahami alur penelitian dan memperoleh wawasan mendalam mengenai dampak penggunaan media sosial *TikTok* terhadap ketergantungan remaja.