

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian dan Deskripsi Data

Deskripsi data merujuk pada penyajian informasi yang relevan dan digunakan dalam penelitian ini. Melalui analisis deskriptif, peneliti berupaya menggambarkan kondisi dan karakteristik responden yang menjadi sampel dalam penelitian.

4.1.1 Deskripsi Profil Responden

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. Studi ini melibatkan remaja berusia 10-19 tahun sebagai pengguna aktif *TikTok*, dipilih secara purposif dengan syarat memiliki akun yang digunakan minimal satu jam sehari. Sebanyak 55% responden perempuan dan 45% laki-laki, mencerminkan sebaran pengguna *TikTok* di kalangan remaja. Mayoritas responden merupakan pelajar SMA dari beragam latar sosial-ekonomi.

Dari sisi penggunaan, kebanyakan responden menghabiskan lebih dari dua jam per hari di *TikTok*. Temuan ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang mengaitkan penggunaan *TikTok* lebih dari dua jam sehari dengan peningkatan risiko gangguan ketergantungan seperti stres, kecemasan, dan depresi. Selain itu, 70,2% responden pengguna aktif melaporkan tingkat stres lebih tinggi dibandingkan pengguna dengan durasi lebih singkat.

Karakteristik penggunaan *TikTok* oleh responden juga mencakup tujuan utama mereka dalam mengakses platform tersebut, yaitu untuk hiburan, mencari informasi, dan mengikuti tren terkini. Namun, sebagian besar responden mengaku sering terpapar konten yang memicu perasaan negatif seperti perbandingan sosial dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Fenomena ini disebut sebagai perbandingan sosial (*social comparison*), yang berpotensi mengurangi tingkat kepercayaan diri sekaligus meningkatkan rasa cemas, terutama ketika remaja membandingkan diri dengan citra ideal yang sering ditampilkan di *TikTok*. Selain

itu, profil responden juga menunjukkan adanya kecenderungan untuk mengalami gangguan tidur dan penurunan produktivitas akademik akibat penggunaan *TikTok* yang berlebihan. Penelitian menunjukkan bahwa gangguan tidur ini berkaitan erat dengan peningkatan stres dan kecemasan yang dialami oleh remaja pengguna *TikTok* aktif. Oleh karena itu, profil responden menggambarkan kelompok remaja yang rentan terhadap dampak negatif penggunaan media sosial, khususnya *TikTok*, terhadap ketergantungan mereka.

4.1.2 Deskripsi Jawaban Responden

Temuan ini diperoleh dari pengolahan data kuesioner menggunakan analisis frekuensi. Sebanyak 150 remaja pengguna aktif *TikTok* berpartisipasi sebagai sampel penelitian. Pengolahan data dilakukan dengan memanfaatkan software Statistical Program and Service Solution (*SPSS*) versi 25. Seluruh hasil analisis frekuensi kemudian dituangkan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 4.1
Hasil Frekuensi Data Kuesioner Responden

No.	Pernyataan	Skala Jawaban									
		SS		S		R		TS		STS	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	<i>TikTok</i> adalah platform yang sering saya gunakan.	33	22	115	77	2	1	0	0	0	0
2	Saya menggunakan <i>TikTok</i> setiap hari.	73	49	77	51	0	0	0	0	0	0
3	Saya menonton <i>TikTok</i> lebih dari 2 jam per hari.	58	39	92	61	0	0	0	0	0	0
4	Saya membuka <i>TikTok</i> ketika sedang belajar.	77	51	59	39	0	0	11	7	3	2
5	Saya merasa terganggu jika tidak membuka <i>TikTok</i> dalam sehari.	46	31	63	42	14	9	17	11	10	7

6	Saya merasa sulit menghentikan penggunaan <i>TikTok</i> saat sedang menontonnya.	20	13	54	36	33	22	24	16	19	13
7	Saya memahami tentang apa itu ketergantungan	60	40	78	52	4	3	8	5	0	0
8	Saya menonton <i>TikTok</i> sambil mengabaikan pekerjaan rumah/tugas.	18	12	47	31	38	25	38	25	9	6
9	Saya lebih memilih <i>TikTok</i> daripada berbicara dengan orang sekitar.	72	48	75	50	3	2	0	0	0	0
10	Saya sering menggunakan <i>TikTok</i> saat sedang berkumpul dengan keluarga/teman	33	22	75	50	29	19	12	8	1	1
11	Saya merasa cemas atau khawatir setelah menggunakan <i>TikTok</i> terlalu lama.	64	43	75	50	5	3	6	4	0	0
12	Perlu lebih berhati-hati terhadap penggunaa <i>TikTok</i> yang berlebihan.	61	41	79	53	5	3	2	1	3	2
13	Saya sulit tidur setelah lama menggunakan <i>TikTok</i> .	79	53	58	39	8	5	5	3	0	0
14	Saya merasa lebih rendah diri setelah melihat penampilan orang lain di <i>TikTok</i> .	64	43	77	51	7	5	0	0	2	1

15	Saya berpikir bahwa <i>TikTok</i> seharusnya memberikan edukasi lebih kepada penggunaanya tentang penggunaan yang berlebihan dapat mempengaruhi ketergantungan	31	21	35	23	25	17	35	23	24	16
16	Aplikasi <i>TikTok</i> memiliki risiko yang tinggi, terbukti dari pengguna yang sering menjadi korban susah tidur	41	27	48	32	18	12	31	21	12	8
17	Saya merasa gelisah saat tidak bisa membuka <i>TikTok</i> .	44	29	60	40	5	3	22	15	19	13
18	Saya menjadi lebih mudah marah setelah menonton konten <i>TikTok</i> tertentu.	50	33	28	19	7	5	36	24	29	19
19	Akun <i>TikTok</i> saya pernah di- <i>banned</i>	20	13	35	23	24	16	45	30	26	17
20	Saya pernah merasa tidak berharga setelah membandingkan diri dengan influencer <i>TikTok</i> .	29	19	44	29	13	9	41	27	23	15
21	Saya pernah mendapat pesan yang berpura-	30	20	62	41	24	16	19	13	15	10

	pura menjadi influencer dengan tawaran hadiah										
22	<i>TikTok</i> dapat menjadi tempat remaja korban <i>bullying</i> atau intimidasi oleh rekan-rekan sebaya mereka.	49	33	68	45	10	7	14	9	9	6
23	Saya dapat melindungi diri dari bahaya di <i>TikTok</i> .	53	35	90	60	4	3	3	2	0	0
24	Saya merasa <i>TikTok</i> membantu mengurangi stres saya.	46	31	81	54	12	8	11	7	0	0
25	Saya merasa bahwa edukasi tentang kesehatan mental seharusnya menjadi bagian penting dari pendidikan di wilayah Kefamenanu	58	39	62	41	28	19	2	1	0	0

Sumber: Data diolah menggunakan SPSS

Berdasarkan data tabel di atas Hasil uji frekuensi menunjukkan bahwa mayoritas responden menggunakan *TikTok* secara intensif; sebanyak 77% menyatakan bahwa mereka sering menggunakan platform ini, dan hampir setengahnya (49%) mengaksesnya setiap hari. Penggunaan yang intensif ini menandakan popularitas *TikTok* di kalangan responden dan potensi terbentuknya kebiasaan yang kuat dalam penggunaan media sosial. Berdasarkan durasi penggunaan, sebanyak 39% responden melaporkan menonton *TikTok* lebih dari dua jam setiap hari. Durasi penggunaan yang panjang ini berpotensi menimbulkan berbagai risiko, terutama terkait dengan kualitas tidur dan kesejahteraan psikologis. Penyalahgunaan waktu untuk menonton konten tanpa batas dapat mengganggu aktivitas lain dan berkontribusi pada masalah ketergantungan. Selain itu, terdapat

indikasi gangguan psikologis yang berkaitan dengan penggunaan *TikTok*. Sebanyak 31% responden melaporkan merasa terganggu jika tidak membuka *TikTok* dalam sehari, sementara 43% merasa cemas atau khawatir setelah menggunakan aplikasi ini dalam waktu lama. Temuan ini menunjukkan adanya gejala ketergantungan atau *craving* yang mungkin muncul akibat penggunaan media sosial yang berlebihan, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kesejahteraan mental pengguna.

Dampak negatif lain yang terlihat dalam data adalah pengaruh penggunaan *TikTok* terhadap citra diri responden. Sebanyak 43% mengaku merasa rendah diri setelah membandingkan diri dengan konten penampilan orang lain di platform ini. Selain itu, 53% melaporkan mengalami kesulitan tidur setelah lama menggunakan *TikTok*. Hal ini menandakan bahwa konsumsi konten di media sosial dapat mempengaruhi ketergantungan melalui mekanisme perbandingan sosial dan gangguan kualitas tidur. Kesadaran akan pentingnya pengendalian penggunaan *TikTok* juga tercermin dari tanggapan responden. Mayoritas, yaitu 41%, sepakat bahwa penggunaan aplikasi ini harus dilakukan dengan lebih berhati-hati guna menghindari efek negatif. Dukungan terhadap edukasi terkait ketergantungan pun cukup tinggi, dengan 39% responden menganggap bahwa edukasi mengenai ketergantungan perlu menjadi bagian integral dari pendidikan formal di wilayah Kefamenanu.

Kendati demikian, perlindungan diri dari bahaya ketergantungan di *TikTok* belum sepenuhnya optimal. Sebagian responden (35%) merasa mampu melindungi diri, namun masih terdapat kekhawatiran bahwa *TikTok* sering menjadi tempat terjadinya *bullying* dan intimidasi, terlebih di kalangan remaja (33%). Hal ini mengindikasikan perlunya peran bersama antara pengguna, orang tua, dan pengelola platform untuk menciptakan lingkungan digital yang lebih aman dan sehat.

Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa meskipun *TikTok* menjadi platform yang populer dan memiliki banyak manfaat, terdapat dampak negatif yang signifikan terhadap ketergantungan pengguna, terutama jika pemakaian tidak dikontrol dengan baik. Oleh karena itu, perlunya peningkatan pemahaman tentang pemakaian media sosial yang baik, pengawasan penggunaan terhadap khususnya remaja, serta inovasi dari pengembang aplikasi untuk menyediakan fitur kontrol

waktu dan informasi mengenai dampak ketergantungan sangat penting untuk diterapkan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami pola penggunaan *TikTok* dan implikasinya terhadap ketergantungan, sekaligus menegaskan urgensi tindakan preventif untuk mendorong remaja agar dapat menggunakan media sosial secara bijak dan tanggaung jawab.

4.2 Hasil Uji Keabsahan Data

4.2.1 Hasil Uji Validitas

Uji validitas merupakan metode untuk memverifikasi keabsahan data yang telah disurvei menggunakan instrumen kuesioner. Suatu survei dianggap tepat apabila Setiap pertanyaan atau pernyataan dapat mencerminkan kondisi yang dialami oleh responden yang dipilih untuk survei tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji validitas untuk menilai kesesuaian kuesioner yang digunakan sebagai alat ukur, guna memastikan bahwa kuesioner tersebut layak untuk mengumpulkan data dari responden. Hasil uji keabsahan data diolah oleh peneliti menggunakan *Statistical Program and Service Solution* seri versi 25 dan hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.2
Hasil Pengujian Validitas

Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
P.1	0.308	0.135	Valid
P.2	0.358	0.135	Valid
P.3	0.342	0.135	Valid
P.4	0.703	0.135	Valid
P.5	0.627	0.135	Valid
P.6	0.576	0.135	Valid
P.7	0.363	0.135	Valid
P.8	0.284	0.135	Valid
P.9	0.371	0.135	Valid
P.10	0.429	0.135	Valid
P.11	0.482	0.135	Valid
P.12	0.504	0.135	Valid
P.13	0.532	0.135	Valid

P.14	0.625	0.135	Valid
P.15	0.671	0.135	Valid
P.16	0.739	0.135	Valid
P.17	0.708	0.135	Valid
P.18	0.664	0.135	Valid
P.19	0.619	0.135	Valid
P.20	0.626	0.135	Valid
P.21	0.396	0.135	Valid
P.22	0.371	0.135	Valid
P.23	0.479	0.135	Valid
P.24	0.329	0.135	Valid
P.25	0.269	0.135	Valid

Sumber: Data yang telah diolah menggunakan SPSS

Kuesioner dengan jumlah pernyataan sebanyak 25 telah disebar dan responden yang memberikan tanggapan dengan mengisi kuesioner tersebut sebanyak 150 responden. Maka r_{tabel} yang digunakan adalah sebesar 0.135 sehingga dibandingkan dengan nilai dari r_{hitung} dari semua item pernyataan di atas, maka di data-data tersebut dinyatakan valid.

Pengujian validitas yang dilakukan terhadap instrumen penelitian menunjukkan konsistensi hasil yang memadai. Nilai validitas item bervariasi dari 0,269 hingga 0,739, dimana seluruhnya melebihi batas minimum yang disyaratkan. Temuan ini mengkonfirmasi bahwa kuesioner dampak *TikTok* terhadap ketergantungan remaja di wilayah Kefamenanu memiliki validitas konstruk yang memenuhi standar, sehingga reliabel untuk digunakan dalam pengumpulan data primer.

4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen Metode pengumpulan data dalam penelitian ini terbukti memiliki tingkat keandalan yang baik. Verifikasi reliabilitas instrumen penelitian dilakukan melalui analisis statistik menggunakan software Statistical Program for Social Science (SPSS) versi 25. Berdasarkan pengolahan data dari 150 kuesioner yang berhasil dikumpulkan, diperoleh nilai koefisien reliabilitas seperti yang terlihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3
Hasil Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas	
Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
0,874	Reliabel

Sumber: Data yang telah diolah menggunakan SPSS

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji reliabilitas yang menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.874 mengindikasikan bahwa semua item dalam kuesioner berkontribusi secara signifikan terhadap pengukuran variabel yang dimaksud. Reliabilitas yang tinggi ini memberikan keyakinan bahwa data yang telah diperoleh dari kuesioner dapat dijadikan untuk analisis lebih lanjut dan dapat diandalkan dalam menggambarkan fenomena yang diteliti. Dengan demikian, instrumen penelitian ini tidak hanya valid, tetapi juga reliabel, yang merupakan syarat penting dalam penelitian kuantitatif. Keberhasilan dalam mencapai tingkat reliabilitas yang tinggi ini memperkuat keabsahan hasil penelitian dan memberikan kontribusi yang berarti terhadap pemahaman tentang penggunaan *TikTok* dan dampaknya terhadap ketergantungan responden.

4.3 Hasil Uji Analisis Data

4.3.1 Hasil Uji Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk menilai karakteristik data. Tujuannya adalah untuk menggambarkan secara sistematis ciri-ciri populasi yang diukur dengan data kuantitatif. Analisis statistik deskriptif bertujuan untuk menyajikan karakteristik data secara jelas. Data kuesioner yang telah diproses dan ditabulasi kemudian diinterpretasikan melalui berbagai ukuran statistik, meliputi nilai rata-rata (mean), nilai tengah (median), nilai paling sering muncul (modus), nilai tertinggi dan terendah (maksimum-minimum), serta ukuran dispersi seperti standar deviasi dan varians. Pengolahan data dilakukan menggunakan program *SPSS* versi 25, dengan hasil lengkapnya disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4.4
Hasil Perhitungan Uji Analisa Deskriptif

Nilai		Data Frekuensi
N	Valid	150
	Missing	0
Mean		96,77
Median		97,00
Mode		107,00
Std. Deviation		12,642
Variance		159,831
Minimum		57,00
Maximum		123,00

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah responden yang valid adalah 150, dengan tidak ada data yang hilang (*missing*). Rata-rata (*mean*) skor yang diperoleh adalah 96,77, yang menunjukkan bahwa secara umum, responden memiliki persepsi yang positif terhadap penggunaan *TikTok* dan dampaknya terhadap ketergantungan. Nilai *median* sebesar 97,00 menunjukkan bahwa setengah dari responden memiliki skor di atas nilai ini, yang mengindikasikan bahwa mayoritas responden cenderung memberikan penilaian yang baik. Sementara itu, mode sebesar 107,00 menunjukkan bahwa skor yang paling sering muncul dalam data adalah 107, yang juga mencerminkan persepsi positif.

Standar deviasi (*Std. Deviation*) sebesar 12,642 menunjukkan adanya variasi yang cukup dalam data, di mana responden memiliki skor yang bervariasi di sekitar rata-rata. Varians sebesar 159,831 juga mendukung temuan ini, menghasilkan perbedaan yang signifikan dalam penilaian responden terhadap penggunaan *TikTok*. Nilai minimum dan maksimum masing-masing adalah 57,00 dan 123,00, yang menunjukkan rentang skor yang cukup luas di antara responden. Rentang ini mencerminkan adanya perbedaan pandangan dan pengalaman individu

terkait penggunaan *TikTok*, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk frekuensi penggunaan, jenis konten yang diakses, dan dampak yang dirasakan terhadap ketergantungan.

Secara keseluruhan, hasil analisis deskriptif ini memberikan gambaran yang jelas mengenai persepsi responden terhadap penggunaan *TikTok* dan dampaknya. Data ini menjadi kuat untuk dianalisis lagi mengenai hubungan antara penggunaan *TikTok* dan ketergantungan, serta untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi tersebut. Data kuesioner sebanyak 25 pernyataan dengan responden sebanyak 150 remaja pengguna aplikasi *TikTok* aktif wilayah Kefamenanu. Analisis deskripsi data menggunakan bantuan aplikasi *SPSS* sehingga diperoleh nilai mean 96,77, median 97,00, mode 107,00, standar deviasi 159,831, minimum 57,00, dan maximum 123,00. Tujuan dari hasil uji analisis deskriptif ini adalah untuk membantu para pembaca agar memiliki gambaran yang lebih jelas dan mudah dipahami mengenai data yang telah diteliti ini.

4.3.1 Hasil Distribusi Frekuensi

Tabel distribusi frekuensi merupakan salah satu metode penyajian data statistik dalam bentuk matriks kolom dan baris yang memuat pengelompokan data berdasarkan klasifikasi tertentu.

Tabel 4.5
Hasil Distribusi Frekuensi Total Jawaban Responden

Kelas	Interval Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
1	57-65	3	2
2	66-74	2	1
3	75-83	16	11
4	84-92	33	22
5	93-101	35	23
6	102-110	45	30
7	111-119	13	9
8	120-128	3	2
Jumlah		150	100%

Sumber: diolah di SPSS

Dari tabel 4.5 di atas, dapat dilihat bahwa total responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 150 orang. Frekuensi tertinggi terdapat pada interval kelas 102-110 dengan 45 responden, yang mencakup 30% berdasarkan hasil ini menunjukkan bahwa responden mendapat persepsi dengan sangat positif terhadap penggunaan *TikTok* dan dampaknya terhadap ketergantungan. Sebaliknya, interval kelas 66-74 memiliki frekuensi terendah, yaitu 2 responden, yang hanya mencakup 1% dari total. Ini menunjukkan bahwa sangat sedikit responden yang memberikan penilaian rendah terhadap penggunaan *TikTok*.

Distribusi frekuensi ini memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana responden menilai penggunaan *TikTok*, dengan mayoritas menunjukkan penilaian yang positif. Hal ini menjadi dasar untuk analisis lebih lanjut mengenai hubungan antara penggunaan *TikTok* dan ketergantungan, serta untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi tersebut.

4.4 Uji Korelasi

Penelitian ini dilakukan terhadap 150 responden remaja di wilayah Kefamenanu yang aktif menggunakan aplikasi *TikTok*.

4.4.1 Deskripsi Variabel

1. Variabel X: Intensitas Penggunaan *TikTok*

Variabel ini diukur melalui tiga indikator:

- Frekuensi penggunaan *TikTok* (P1)
- Kebiasaan penggunaan harian (P2)
- Durasi penggunaan per hari (P3)

Berdasarkan hasil penghitungan skor rata-rata dari skala *Likert* (1–5), diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4.6

No	Pertanyaan	Rata-rata Skor
P1	<i>TikTok</i> adalah platform yang sering saya gunakan	4.20
P2	Saya menggunakan <i>TikTok</i> setiap hari	4.49
P3	Saya menonton <i>TikTok</i> lebih dari 2 jam per hari	4.39

Berdasarkan tabel di atas Skor rata-rata keseluruhan variabel X adalah **4.36**, yang mengindikasikan bahwa mayoritas responden berada pada tingkat penggunaan tinggi terhadap aplikasi *TikTok*. Ini menunjukkan bahwa *TikTok* telah menjadi bagian dari aktivitas harian mereka, bahkan mungkin melebihi waktu untuk kegiatan belajar atau interaksi sosial secara langsung.

2. Variabel Y: Ketergantungan Remaja

Variabel ini dievaluasi melalui enam indikator utama yang mewakili aspek psikologis seperti kecemasan, kesulitan tidur, perasaan rendah diri, serta dampak emosional dan sosial. Hasil perhitungan skor rata-rata adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7

No	Pertanyaan	Rata-rata Skor
P11	Saya merasa cemas atau khawatir setelah menggunakan <i>TikTok</i> terlalu lama	4.32
P13	Saya sulit tidur setelah lama menggunakan <i>TikTok</i>	4.42
P14	Saya merasa lebih rendah diri setelah melihat penampilan orang lain di <i>TikTok</i>	4.36
P17	Saya merasa gelisah saat tidak bisa membuka <i>TikTok</i>	3.55
P18	Saya menjadi lebih mudah marah setelah menonton konten <i>TikTok</i> tertentu	3.03
P20	Saya pernah merasa tidak berharga setelah membandingkan diri dengan influencer <i>TikTok</i>	3.06

Berdasarkan tabel di atas Skor rata-rata keseluruhan untuk variabel Y adalah **3.79**, yang berada dalam kategori tinggi, menunjukkan bahwa penggunaan *TikTok* berkaitan dengan munculnya gejala-gejala tekanan psikologis pada remaja.

4.5 Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Untuk mengukur sejauh mana penggunaan *TikTok* (X) dapat memprediksi dampaknya terhadap ketergantungan remaja (Y), digunakan regresi linear sederhana.

4.5.1. Model Regresi

Analisis regresi linear sederhana ini bertujuan untuk menguji pengaruh variabel independen (Penggunaan *TikTok*) terhadap variabel dependen (Ketergantungan). Data yang digunakan dalam analisis ini terdiri dari 25 observasi.

Tabel.4.8

Variables Entered/Removed ^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	penggunaan tiktok ^b		Enter

a. Dependent Variable: kesehatan mental
b. All requested variables entered.

1. Ringkasan Model (Model Summary)

Tabel. 4.9

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.989 ^a	.979	.978	.73307

a. Predictors: (Constant), penggunaan tiktok

Nilai R sebesar 0.989 menunjukkan korelasi yang sangat kuat antara variabel prediktor dan respon. Nilai R Square (0.979) menunjukkan bahwa 97.9% variansi ketergantungan sebanding dengan tingkat penggunaan *TikTok*. Standard Error of Estimate sebesar 0.73307 menunjukkan kesalahan prediksi rata-rata yang rendah.

2. Analisis Varians (ANOVA)

Tabel. 4.10

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	567.000	1	567.000	1055.109	.000 ^b
	Residual	12.360	23	.537		
	Total	579.360	24			

Nilai F sebesar 1055.109 dengan tingkat signifikansi $p < 0.001$ menunjukkan bahwa model regresi sangat signifikan. Hal ini menegaskan bahwa variabel Penggunaan *TikTok* secara statistik mempengaruhi Ketergantungan.

3. Koefisien Regresi

Tabel. 4.11

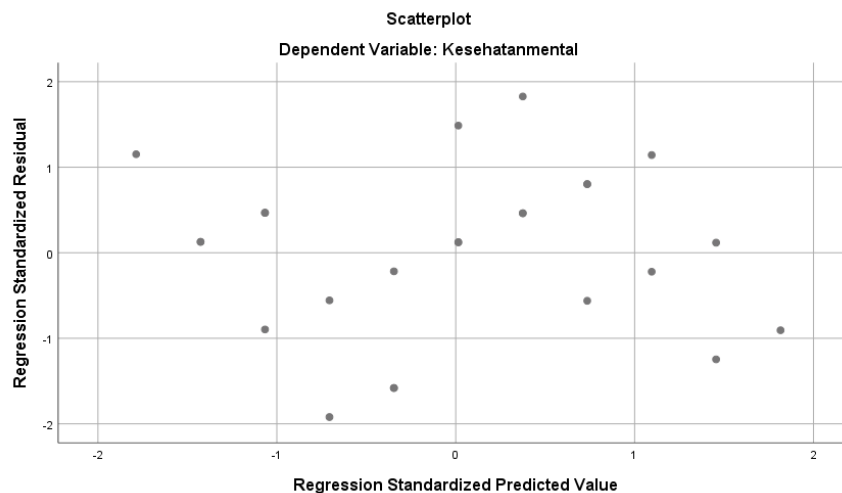
Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	4.149	.714		.000
	penggunaan tiktok	1.751	.054	.989	.000

a. Dependent Variable: Kesehatan mental

Model regresi menunjukkan bahwa konstanta (intercept) sebesar 4.149 dan koefisien regresi Penggunaan *TikTok* sebesar 1.751. Dengan demikian, setiap peningkatan satu unit Penggunaan *TikTok* diikuti peningkatan prediksi Ketergantungan sebesar 1.751. Nilai $t = 32.482$ dan $p < 0.001$ menunjukkan pengaruh yang sangat signifikan.

4. Interpretasi Grafik

Tabel. 4.12



- a. Titik Data: Setiap titik pada grafik mewakili satu responden, dengan posisi titik tersebut menunjukkan kombinasi spesifik dari penggunaan *TikTok* (X) dan skor ketergantungan (Y).
- b. Garis regresi merupakan garis lurus yang menghubungkan titik-titik data untuk menggambarkan hubungan linear antar variabel. Kemiringan garis ke atas mengindikasikan korelasi positif antara intensitas penggunaan *TikTok* dan risiko gangguan ketergantungan.

Berdasarkan tabel 4.13 Jika titik-titik data terdistribusi dekat dengan garis regresi, ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara kedua variabel. Sebaliknya, jika titik-titik tersebar jauh dari garis, ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut mungkin lebih lemah dan ada faktor lain yang mempengaruhi ketergantungan.

4.6 Diskusi

Studi ini mengkaji pengaruh penggunaan platform *TikTok* terhadap kondisi psikologis remaja di daerah Kefamenanu. Data dikumpulkan dari 150 responden remaja yang merupakan pengguna aktif *TikTok* melalui kuesioner terstruktur yang disebarakan secara online menggunakan platform Google Forms. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami gangguan ketergantungan akibat penggunaan *TikTok* yang berlebihan. Analisis frekuensi mengungkapkan bahwa pernyataan tertentu mendapatkan respons paling tinggi dari partisipan penelitian nomor 1, yaitu "*TikTok* adalah platform yang sering saya gunakan". Dari 150 responden, 115 orang (77%) menyatakan "Setuju," dan 33 orang (22%)

menyatakan "Sangat Setuju," sementara 2 responden (1%) menyatakan "Ragu-ragu." Temuan ini mengindikasikan bahwa *TikTok* merupakan platform yang banyak digunakan oleh remaja di Kefamenanu. Hasil penelitian ini didukung oleh Alisa Taena remaja pengguna aktif *TikTok*:

“Saya memiliki akun *TikTok* sejak masa *Covid* karena terlalu sering menghabiskan waktu di rumah dan juga bosan dengan aktivitas biasanya, sehingga membuat saya untuk mendownload aplikasi *TikTok* untuk menambah hiburan saja. Tapi sampai sekarang ini saya berpikir *TikTok* adalah aplikasi yang sering saya kunjungi atau yang sering saya gunakan setiap hari”.¹¹⁹

Hal senada juga diungkapkan oleh Aprilia Talan:

“ya, saya selalu menggunakan *TikTok* untuk menghibur diri karena kalau buka *TikTok* itu memang asyik sampai lupa waktu untuk melakukan hal lain. Hampir setiap hari saya harus buka *TikTok* untuk *scroll* konten-konten yang ada di *TikTok*”.¹²⁰

Selanjutnya pada item pertanyaan nomor 17, "Saya merasa gelisah saat tidak bisa membuka *TikTok*," 49 responden (29%) menjawab "Sangat Setuju," dan 60 responden (40%) menjawab "Setuju." Hal ini menunjukkan bahwa banyak remaja yang merasakan kecemasan ketika tidak dapat mengakses aplikasi tersebut, yang mengindikasikan adanya dampak negatif terhadap ketergantungan mereka.

Maksud sesuai dengan pernyataan Alisa Taena:

“Kadang saya rasa bagaimanakah kalau tidak buka *TikTok*. Kalau tidak ada data (*kuota internet*) pasti beberapa saat saja. Karna saat sudah tidak ada kesibukan misalnya saya bingung mau buat”.¹²¹

Prosedur pengujian validitas dan reliabilitas telah dilaksanakan secara komprehensif untuk menjamin validitas instrumen penelitian. Hasil analisis validitas konstruk mengungkapkan bahwa seluruh item kuesioner memenuhi kriteria validitas yang ditetapkan, dengan nilai koefisien korelasi melebihi batas minimum yang disyaratkan. Temuan ini mengkonfirmasi bahwa alat ukur yang digunakan memiliki validitas isi dan konstruk yang memadai untuk mengukur variabel-variabel penelitian secara akurat, sehingga data yang diperoleh dapat

¹¹⁹Wawancara dengan Alisa Taena, Via Telepon, pada 12 April 2025.

¹²⁰Wawancara dengan Aprilia Talan, Via Telepon, pada 12 April 2025.

¹²¹Wawancara dengan Alisa Taena, Via Telepon, pada 12 April 2025.

dianggap layak untuk digunakan. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's alpha* menghasilkan nilai 0,874, yang menunjukkan bahwa data tersebut memiliki reliabilitas yang kuat, karena nilai $\alpha > 0.80$ dianggap memuaskan. Data yang reliabel mencerminkan konsistensi, validitas, dan kelengkapan, sehingga dapat diandalkan untuk menyusun kesimpulan. Selanjutnya dalam analisis deskriptif menunjukkan bahwa banyak remaja di Kefamenanu mengalami gangguan ketergantungan akibat penggunaan *TikTok* dalam durasi yang lama. Beberapa responden melaporkan kesulitan tidur dan ketidakmampuan untuk tidak menggunakan aplikasi tersebut. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan *TikTok* yang berlebihan dapat berdampak negatif pada ketergantungan remaja.

Hubungan antara pengguna *TikTok* dan ketergantungan remaja dalam data koefisien regresi sebesar 1.751 mengungkapkan bahwa setiap kenaikan satu unit intensitas penggunaan *TikTok* berkorelasi dengan peningkatan 1,751 poin pada skala gangguan ketergantungan. Hasil ini mengkonfirmasi hubungan positif antara durasi penggunaan *TikTok* dengan masalah psikologis, dimana remaja dengan penggunaan lebih dari dua jam/hari menunjukkan tingkat gangguan yang lebih tinggi. Berdasarkan temuan ini, diperlukan strategi intervensi melalui program edukasi dan pendekatan komunitas untuk mempromosikan pola penggunaan media sosial yang lebih sehat dan bijaksana. Remaja di Kefamenanu disarankan untuk mengembangkan kreativitas dan aktivitas lain yang tidak melibatkan penggunaan *TikTok* secara berlebihan, guna mencegah dampak negatif terhadap ketergantungan mereka.

Hasil analisis statistik dan kajian teoritis membuktikan adanya korelasi signifikan antara penggunaan intensif *TikTok* dengan peningkatan gangguan ketergantungan remaja. Data menunjukkan remaja Kefamenanu yang mengakses *TikTok* lebih dari 2 jam/hari mengalami tingkat gangguan psikologis lebih tinggi dibanding pengguna moderat. Temuan ini mengindikasikan urgensi implementasi program edukasi kesehatan digital dan intervensi komunitas untuk membangun pola konsumsi media sosial yang lebih sehat di kalangan remaja.

4.7 Relevansi Hasil Penelitian

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami dampak *TikTok*, terhadap ketergantungan remaja. Seiring dengan pesatnya pertumbuhan popularitas *TikTok* di kalangan remaja, pemahaman mengenai pengaruh platform ini terhadap kondisi psikologis pengguna menjadi semakin krusial. Hasil studi ini kiranya menjadi acuan bagi pendidik, orang tua, dan pemangku kebijakan dalam mengembangkan pendekatan untuk mempromosikan penggunaan media sosial yang lebih positif selain itu, hasil analisis deskriptif ini dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut yang mengeksplorasi hubungan antara penggunaan *TikTok* dan berbagai aspek ketergantungan, seperti kecemasan, depresi, dan citra diri. Dengan memahami faktor-faktor yang memengaruhi pengalaman pengguna, intervensi yang lebih efektif dapat dirancang untuk mengurangi dampak negatif serta memaksimalkan manfaat dari penggunaan media sosial.

Studi ini secara komprehensif mengungkap dua aspek penting: persepsi pengguna *TikTok* dan urgensi kesadaran akan pengaruh media sosial terhadap kondisi psikologis. Temuan yang dihasilkan dapat menjadi landasan berharga bagi penyusunan kebijakan dan inisiatif edukatif yang bertujuan membimbing remaja menuju praktik bermedia sosial yang lebih sehat dan bertanggung jawab.