

Research Article

Analysis of TikTok Social Media Usage Among Adolescents**Ade Syifa**

Universitas Wiralodra Indramayu

E-mail: adesyifa274@gmail.com**Didik Himmawan**

Fakultas Agama Islam Universitas Wiralodra Indramayu

E-mail: anenidenok2@gmail.com

Copyright © 2026 by Authors, Published by Psychoeducation; Journal of Psychology, Counseling and Education. This is an open access article under the CC BY License: (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>).

Received : August 30, 2026

Revised : September 24, 2026

Accepted : October 9, 2026

Available online : October 30, 2026

How to Cite: Ade Syifa, & Didik Himmawan. (2026). Analysis of TikTok Social Media Usage Among Adolescents. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 4(3), 272-277.
<https://doi.org/10.58355/psy.v4i3.128>

Abstract

The development of information technology has transformed the way adolescents interact and obtain information. One of the most popular social media platforms today is TikTok. This application provides a variety of content, including entertainment, educational materials, and promotional content that can be easily accessed. This study aims to analyze the use of TikTok among adolescents and examine its positive and negative impacts. The method used is a Systematic Literature Review (SLR) by collecting and analyzing various references from books, journals, and scientific articles. The results of the review indicate that TikTok offers benefits in enhancing creativity, communication skills, and access to information. However, excessive use can lead to addiction, reduced concentration in learning, and may negatively affect adolescents' mental health and social interactions.

Keywords: Social Media, TikTok, Teenagers.

Analisis Penggunaan Media Sosial Tiktok Pada Remaja**Abstrak**

Perkembangan teknologi informasi telah mengubah cara remaja berinteraksi dan memperoleh informasi. Salah satu media sosial yang paling populer saat ini adalah TikTok. Aplikasi ini menyediakan berbagai konten hiburan, edukasi, hingga promosi yang dapat diakses dengan mudah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penggunaan media sosial TikTok pada remaja serta dampak positif dan negatif yang ditimbulkannya. Metode yang digunakan adalah studi literatur (Systematic Literature Review) dengan mengumpulkan berbagai referensi dari buku, jurnal, dan artikel ilmiah. Hasil kajian

menunjukkan bahwa TikTok memberikan manfaat dalam meningkatkan kreativitas, kemampuan komunikasi, dan akses informasi. Namun, penggunaan yang berlebihan dapat menimbulkan kecanduan, menurunkan konsentrasi belajar, serta memengaruhi kesehatan mental dan interaksi sosial remaja.

Kata Kunci: Media Sosial, TikTok, Remaja.

PENDAHULUAN

Media sosial telah membawa perubahan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, terutama cara individu berkomunikasi, berinteraksi, dan membangun identitas diri. Kehadiran platform digital ini tidak hanya menjadi sarana komunikasi, tetapi juga menciptakan ruang sosial baru yang memungkinkan individu untuk mengekspresikan diri dan membangun citra tertentu sesuai dengan preferensi serta nilai-nilai yang mereka anut (Setiawan, 2020; Sari, Haeran, Farida, Munfarida, & Andrasari, 2024).

Salah satu platform media sosial yang paling diminati saat ini adalah TikTok. Berdasarkan laporan *We Are Social dan Meltwater* (2024), Indonesia tercatat sebagai negara dengan pengguna TikTok terbanyak kedua di dunia, dengan jumlah pengguna aktif mencapai lebih dari 113 juta orang. Pengguna TikTok di Indonesia didominasi oleh generasi milenial dan generasi Z yang umumnya berada dalam fase remaja. Remaja menggunakan TikTok sebagai sarana hiburan, media untuk mencari informasi terbaru, serta tempat untuk mengekspresikan diri dan membangun komunitas. Motif penggunaan TikTok pada remaja dapat dibedakan menjadi motif “karena”, yaitu hal-hal yang melatari penggunaan seperti banyaknya pengguna lain, fitur yang menarik, dan adanya peluang untuk mendapatkan penghasilan, serta motif “untuk”, yaitu tujuan yang ingin dicapai seperti mengekspresikan diri, mengisi waktu luang, dan memperoleh penghasilan (Febrina, Iriany, & Firdaus, 2023).

Namun, penggunaan TikTok yang intensif juga membawa dampak yang perlu diperhatikan. Salah satu penelitian melaporkan adanya korelasi yang kuat antara penggunaan media sosial TikTok dan perilaku remaja, dengan nilai *Pearson correlation* sebesar 0,775 (Syarif & Khaerunnisa, 2024). Sementara itu, penelitian lain menemukan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara penggunaan TikTok dan perubahan perilaku sosial remaja, meskipun TikTok berpotensi memengaruhi perilaku sosial remaja meski kontribusinya secara statistik lemah (Muhammad, Andriana, & Widarti, 2025). Remaja juga dapat mengalami kesulitan dalam membedakan apakah video TikTok yang viral memiliki nilai manfaat, moralitas, atau edukatif (Syarif & Khaerunnisa, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh TikTok terhadap remaja bersifat kompleks dan multidimensi, bergantung pada jenis konten yang dikonsumsi, intensitas penggunaan, dan faktor individu lainnya.

Di satu sisi, intensitas penggunaan TikTok yang tinggi di kalangan remaja menghadirkan dua sisi yang saling berlawanan. Pada sisi positif, TikTok menjadi wadah kreativitas, sarana pembelajaran informal yang interaktif, serta ruang untuk membangun komunitas dan dukungan sosial (Nasrullah, 2017). Pada sisi negatif, penggunaan yang tidak terkontrol dapat memicu berbagai fenomena psikologis dan sosial yang mengkhawatirkan, mulai dari gejala adiksi digital, penurunan konsentrasi belajar (*short attention span*), fenomena FOMO (*Fear of Missing Out*), hingga distorsi citra tubuh (*body dysmorphia*) akibat paparan standar kecantikan atau gaya hidup

yang tidak realistis di linimasa (*World Health Organization, 2023; American Psychological Association, 2023*).

Sebagian besar penelitian terdahulu mengenai media sosial pada remaja masih berfokus pada platform secara umum, seperti Instagram atau Facebook, sementara karakteristik algoritma dan budaya konten di TikTok memiliki keunikan tersendiri sehingga belum banyak dikaji secara spesifik. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penggunaan media sosial TikTok pada remaja, termasuk motif penggunaan, pola konsumsi konten, serta dampak yang timbul terhadap perilaku, gaya hidup, dan kesejahteraan subjektif mereka. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika penggunaan TikTok di kalangan remaja, serta menjadi referensi bagi keluarga, sekolah, dan pembuat kebijakan dalam memberikan edukasi dan literasi digital yang tepat bagi generasi muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) atau tinjauan pustaka sistematis. Berbeda dengan tinjauan pustaka konvensional, SLR dilakukan secara sistematis, terencana, dan transparan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menyintesis seluruh hasil penelitian yang relevan dengan topik penggunaan media sosial TikTok pada remaja (Kitchenham, 2004). Protokol penelitian ini mengacu pada panduan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) untuk menjamin akuntabilitas dan replikasi penelitian (Page et al., 2021).

Tahapan Pencarian Literatur

Pencarian literatur dilakukan melalui basis data akademik, yaitu Google Scholar, menggunakan kombinasi kata kunci “penggunaan TikTok pada remaja”, “dampak media sosial TikTok”, “TikTok dan perilaku remaja”, serta “*social media TikTok adolescent*”. Pencarian dibatasi pada publikasi tahun 2019–2024 untuk menjaga kebaruan data.

Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis tematik (*thematic synthesis*), yaitu dengan mengelompokkan temuan dari masing-masing artikel berdasarkan tema yang muncul, seperti motif penggunaan, dampak positif, dan dampak negatif penggunaan TikTok pada remaja. Hasil sintesis tersebut kemudian disajikan secara naratif pada bagian hasil dan pembahasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa remaja menggunakan TikTok terutama sebagai sarana hiburan, sumber informasi yang ringkas dan cepat diakses, serta media untuk mengekspresikan diri dan membangun komunitas (Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, 2023). Motif tersebut sejalan dengan temuan Febrina, Iriany, dan Firdaus (2023) yang membagi motif penggunaan TikTok

pada remaja menjadi motif “karena”, yaitu banyaknya pengguna lain dan fitur yang menarik, serta motif “untuk”, yaitu mengekspresikan diri, mengisi waktu luang, dan memperoleh penghasilan. Algoritma *For You Page* (FYP) yang dipersonalisasi membuat remaja cenderung menghabiskan waktu lebih lama dibandingkan pada platform media sosial lain, karena konten yang ditampilkan terus menyesuaikan dengan preferensi pengguna (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2024).

Pada sisi positif, beberapa artikel yang ditinjau menunjukkan bahwa TikTok memberikan ruang bagi remaja untuk mengembangkan kreativitas melalui pembuatan konten video, meningkatkan keterampilan komunikasi, serta memperluas akses terhadap informasi dan pengetahuan baru. TikTok juga dimanfaatkan sebagai sarana pembelajaran informal yang interaktif, misalnya melalui konten edukasi singkat, serta menjadi ruang untuk membangun komunitas dan dukungan sosial sebaya (Nasrullah, 2017).

Pada sisi negatif, penggunaan TikTok yang tidak terkontrol berisiko memicu sejumlah fenomena psikologis dan sosial, antara lain gejala adiksi digital, penurunan konsentrasi belajar, gangguan pola tidur, serta fenomena FOMO (*Fear of Missing Out*) (American Psychological Association, 2023; World Health Organization, 2023). Paparan terhadap standar kecantikan dan gaya hidup yang tidak realistis pada linimasa TikTok juga berpotensi memicu distorsi citra tubuh (*body dysmorphia*) pada remaja.

Selain itu, sejumlah literatur yang ditinjau juga menyoroti risiko *cyberbullying* sebagai salah satu dampak negatif yang signifikan dari penggunaan media sosial, termasuk TikTok, pada remaja. Penelitian Andari, Azahra, Sinaga, dan Prawitri (2023) terhadap remaja pengguna TikTok menemukan bahwa perundungan di kolom komentar masih kerap terjadi dalam berbagai bentuk, seperti pelecehan verbal (*harassment*), kritik yang menjatuhkan (*denigration*), hingga komentar yang menyerang penampilan fisik korban, dan korban pada umumnya hanya bisa memendam pengalaman tersebut karena tidak memiliki kuasa untuk melawan pelaku. Dampak psikologis dari perundungan semacam ini sejalan dengan temuan World Health Organization (2023) dan American Psychological Association (2023), yang menyebutkan bahwa remaja korban perundungan di media sosial berisiko mengalami penurunan rasa percaya diri, kecemasan, hingga gejala depresi apabila tidak mendapatkan pendampingan yang tepat.

Pembahasan

Hasil tinjauan literatur di atas menunjukkan bahwa dampak penggunaan TikTok pada remaja bersifat dua arah, bergantung pada cara dan intensitas penggunaannya. Di satu sisi, TikTok dapat menjadi sarana yang produktif untuk mengembangkan kreativitas, memperluas wawasan, dan membangun relasi sosial. Di sisi lain, karakteristik TikTok yang berbasis video pendek dan algoritma yang sangat personal membuat penggunanya, terutama remaja, lebih rentan terhadap penggunaan berlebihan dibandingkan media sosial berbasis teks atau foto.

Salah satu dampak negatif yang perlu mendapat perhatian khusus adalah *cyberbullying*. Berbeda dengan platform media sosial lain, fitur interaksi pada TikTok, seperti kolom komentar yang terbuka, fitur duet, serta kemudahan suatu video

menjadi viral, mempercepat penyebaran komentar negatif dan mempersulit korban untuk menghindari dari perundungan tersebut. Temuan Andari, Azahra, Sinaga, dan Prawitri (2023) menunjukkan bahwa korban perundungan di TikTok pada umumnya tidak memiliki kuasa untuk melawan pelaku sehingga hanya bisa memendam pengalaman tersebut, sebuah kondisi yang berisiko memperburuk dampak psikologisnya. Dampak ini sejalan dengan temuan *World Health Organization* (2023) dan *American Psychological Association* (2023) yang menyebutkan bahwa remaja korban perundungan di media sosial berisiko mengalami penurunan kepercayaan diri, kecemasan, hingga gangguan kesehatan mental yang lebih serius apabila tidak mendapatkan pendampingan yang tepat.

Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan TikTok oleh remaja tidak dapat dilepaskan dari peran pengawasan orang tua, edukasi dari pihak sekolah, serta literasi digital yang memadai. Kebijakan literasi digital nasional yang telah diinisiasi oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (2023) menjadi salah satu upaya strategis untuk membekali remaja dengan kemampuan menyaring konten secara kritis, sehingga manfaat TikTok dapat dioptimalkan tanpa mengabaikan risiko yang menyertainya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review* (SLR) mengenai analisis penggunaan media sosial TikTok pada remaja, dapat disimpulkan bahwa TikTok telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan remaja di era digital. Platform ini dimanfaatkan sebagai sarana komunikasi, hiburan, pembelajaran, pencarian informasi, serta pengembangan kreativitas dan relasi sosial.

Penggunaan TikTok memberikan berbagai dampak positif, antara lain meningkatkan akses terhadap informasi dan pengetahuan, mempermudah komunikasi, memperluas jaringan pertemanan, serta menjadi media untuk mengekspresikan diri dan mengembangkan keterampilan digital. Selain itu, TikTok juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi yang mendukung proses pembelajaran remaja.

Namun, penggunaan TikTok yang berlebihan juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti penurunan konsentrasi belajar, kecanduan media sosial, gangguan pola tidur, meningkatnya risiko *cyberbullying*, kecemasan, stres, rendahnya kepercayaan diri akibat perbandingan sosial, serta berkurangnya interaksi sosial secara langsung. Dampak negatif tersebut, termasuk *cyberbullying* sebagaimana telah dijelaskan pada bagian hasil dan pembahasan, umumnya muncul ketika penggunaan media sosial tidak disertai dengan pengawasan dan pengendalian diri yang baik.

Hasil kajian literatur ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan TikTok memiliki hubungan yang erat dengan kondisi psikologis, akademik, dan sosial remaja. Oleh karena itu, diperlukan literasi digital, pengawasan dari orang tua, peran aktif sekolah, serta kesadaran remaja itu sendiri untuk menggunakan TikTok secara bijak dan bertanggung jawab. Dengan penggunaan yang tepat, TikTok dapat menjadi sarana yang bermanfaat bagi perkembangan remaja tanpa mengabaikan kesehatan mental, prestasi akademik, dan hubungan sosial mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Zubidy, A., & Carver, J. C. (2019). Identifying and Cataloging Methods, Tools, and Practices in Systematic Literature Reviews. *Information and Software Technology*, 106, 22–38.
- American Psychological Association. (2023). *Health Advisory on Social Media Use in Adolescence*. Washington, DC: APA.
- Andari, Y. M., Azahra, P. F., Sinaga, E. M., & Prawitri, A. L. (2023). Cyberbullying di Media Sosial TikTok terhadap Remaja Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Common*, 7(1), 33–44.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). *Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia*. Jakarta: APJII.
- Febrina, R. I., Iriany, I. S., & Firdaus, F. S. (2023). Motif Penggunaan Media Sosial TikTok bagi Remaja. *Jurnal Komunikasi Universitas Garut: Hasil Pemikiran dan Penelitian*, 9(2), 305–322.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia. (2023). *Literasi Digital Nasional dan Penggunaan Media Sosial di Kalangan Remaja*. Jakarta: Kemenkominfo RI.
- Kis, M., Fitriani, W., & Irawati, M. (2024). Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi TikTok pada Remaja: A Systematic Literature Review. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 227–238.
- Kitchenham, B. (2004). *Procedures for Performing Systematic Reviews*. Keele, UK: Keele University.
- Muhammad, F., Andriana, D., & Widarti. (2025). Dampak Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Perubahan Perilaku Sosial Remaja di Kampung Kandang Besar. *Media Komunikasi Efektif*, 2(2), 109–119.
- Nasrullah, R. (2017). *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. (2021). The PRISMA 2020 Statement: An Updated Guideline for Reporting Systematic Reviews. *BMJ*, 372, n71.
- Sari, N., Haeran, Farida, Munfarida, A., & Andrasari, M. F. (2024). Dampak Media Sosial terhadap Gaya Hidup dan Identitas Budaya Generasi Muda. *DINASTI: Jurnal Sosial dan Budaya*, 1(1), 36–44.
- Setiawan, H. (2020). Dampak Media Sosial terhadap Gaya Hidup Mahasiswa. *Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 6(1), 55–72.
- Syarif, A., & Khaerunnisa. (2024). Analisis Pengaruh Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Perilaku Remaja pada Lingkungan Masyarakat. *Jurnal Komunikasi dan Organisasi (J-KO)*, 6(1), 45–54.
- We Are Social, & Meltwater. (2024). *Digital 2024: Global Overview Report*. Singapore: We Are Social.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent Mental Health*. Geneva: WHO.