

PENGARUH MEDIA SOSIAL TIK TOK TERHADAP KEMAMPUAN MENGONTROL EMOSI PADA REMAJA

Mei Vita Cahya Ningsih¹, Sunanda¹, Cahya Kurnia²

¹Akademi Keperawatan AI-Ikhlas, ²Mahasiswa Keperawatan Akper AI-Ikhlas

Article Info	Abstrak
Article History:	Latar Belakang: Penggunaan media sosial salah satunya Tik Tok yang sedang marak digunakan oleh anak remaja dengan menampilkan video pendek yang di sediakan dengan fitur-fitur yang menarik pada media sosial Tik Tok seperti tarian, gaya bebas, video goyang dua jari dan lain sebagainya. Tingginya penggunaan media sosial Tik Tok bisa menyebabkan terjadinya emosi pada kalangan remaja dengan memberikan komentar buruk di kolom komentar yang disediakan oleh aplikasi yang memberikan dampak. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial Tik Tok terhadap kemampuan mengontrol emosi pada remaja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode: Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel dalam penelitian sebanyak 93 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang sudah di uji validitas dan reliabilitas dengan tingkat kesalahan 0,05 dan menggunakan uji Chi-Square. Hasil: Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai p - value $0,025 < 0,05$ dengan artian bahwa penggunaan media sosial Tik Tok berhubungan secara signifikan terhadap kemampuan mengontrol emosi. Kesimpulan: Adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial Tik Tok terhadap kemampuan mengontrol emosi pada remaja.
Kata Kunci:	
Remaja, Tik Tok, Kemampuan Mengontrol Emosi.	

Corresponding author: Mei Vita Cahya Ningsih

Email : meivitacahyaningsih2022@gmail.com

PENDAHULUAN

Seiring berkembangnya teknologi di era milenial, berbagai macam perubahan yang terjadi dikalangan masyarakat. Teknologi muncul berbagai macam jenis dari teknologi selalu baru dari hari ke hari (Pebriana, 2017). Perkembangan teknologi informasi yang begitu maju terbukti dengan bantuan jaringan internet yang tersebar dimana-mana dan luas, kita bisa mendapatkan informasi dengan mudah dari mana saja dan kapan saja. Dengan pesatnya perkembangan teknologi, muncul berbagai jenis akses ke jejaring sosial yang memudahkan komunikasi khususnya pada para remaja (Deriyanto et al., 2018).

Berdasarkan data KOMINFO (2022), pengguna media sosial Tik Tok di Indonesia berkembang secara signifikan sejak pandemi Covid-19. Pada tahun 2020, pengguna Tik Tok di Indonesia hanya 17%. Jumlah tersebut akan meningkat 13 poin menjadi 30% pada 2021. Pengguna Tik Tok di Indonesia akan meningkat lagi menjadi 40% pada 2022. Hal ini meningkatkan proporsi pengguna Tik Tok di Indonesia menjadi 207,69% dibandingkan tahun pertama pandemi atau 2020. Meski mengalami pertumbuhan terbesar, Tik Tok bukanlah platform media sosial yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia. WhatsApp tercatat sebagai platform media sosial yang paling banyak digunakan di

Indonesia pada tahun 2022, yakni 95%. Berbeda dengan Tik Tok, pengguna aplikasi whatsapp cenderung menurun dalam 2 tahun terakhir. Di urutan kedua adalah Facebook dengan biaya pengguna hingga 80%. Persentase pengguna YouTube dan Instagram di negara tersebut adalah 79%, dan persentase pengguna Instagram adalah 48%. Di bawah Tik Tok adalah Telegram, Twitter, dan Line dengan masing-masing 18%, 11%, dan 5% pengguna Indonesia.

Tik Tok sendiri menjadi salah satu aplikasi yang paling populer dan juga banyak diminati di berbagai belahan dunia. Tik Tok memungkinkan penggunanya untuk membuat video pendek berdurasi 15 detik disertai musik, filter, dan beberapa fitur kreatif lainnya (Martini & Dewi, 2021). Aplikasi yang diluncurkan oleh perusahaan asal Tiongkok, China, yaitu perusahaan ByteDance ialah yang pertama kali mengeluarkan aplikasi yang menciptakan video berdurasi pendek, hanya dalam satu tahun, aplikasi Douyin sudah memiliki 100 juta pengguna serta 1 miliar tayangan video di setiap harinya (Rizkiani, 2022) Tik Tok juga menjadi kategori aplikasi paling menghibur (Imron, 2018) Pada Juli lalu Aplikasi buatan China itu sempat diblokir oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) di pertengahan 2018, alasannya karena adanya konten-konten yang negatif, terutama bagi anak-anak. Pemblokiran pada aplikasi ini hanya berlangsung seminggu, mulai 3-10 Juli 2018. (Kusuma, 2020).

Sejalan dengan hal itu, dalam penggunaan media sosial dalam jangka waktu yang lama akan membawa dampak buruk bagi perkembangan sosial dan emosional. Misalnya akan dapat menyebabkan remaja memiliki kemampuan emosional yang tidak stabil (Khaerunnisa, 2021). Kemampuan emosi menuntut remaja pada usianya diatas 15 tahun untuk mampu mengendalikan dan mengontrol perasaan mereka. Meningginya emosi tersebut terjadi karena adanya tekanan tuntutan sosial terhadap peran-peran baru selayaknya orang dewasa (Endrastuty, 2019). Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti melakukan survey remaja yang umur

11-21 tahun menggunakan media sosial dalam jangka waktu yang lama.

METODE

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dalam dengan pendekatan Cross Sectional. Variabel penelitian yang diteliti yaitu variabel dependen (penggunaan media sosial Tik Tok) dan variabel independen (kemampuan mengontrol emosi). Populasi dari penelitian ini adalah seluruh remaja di Kampung Bukit Randu Asri RT 05/RW 22, Kelurahan Cibadak, Kabupaten Sukabumi sebanyak 93 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Total Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 93 responden. Alat penelitian yang digunakan berupa kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai penggunaan media sosial Tik Tok dan kemampuan mengontrol emosi pada reamaja dan sudah di uji validitas dan reabilitas. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Guttman terdiri dari 30 soal dimana jawaban YA bernilai 1 sedangkan jawaban TIDAK bernilai 0. Pengumpulan data menggunakan kuisoner melalui google form dengan jenis pertanyaan tertutup agar memudahkan responden dalam menjawab pertanyaan. Sedangkan untuk menganalisa data memakai analisa distribusi frekuensi dan uji chii-square. Teknik pengelolaan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah editing, coding, entri data dan tabulasi data. Dan analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Etika penelitian ini, peneliti harus menerapkan etika dalam penelitian ada 3 yaitu *Inform Consent*, *Anonimity* dan *Confidentiality*.

HASIL

1. Hasil Analisis Univariat

a. Usia

Gambaran umum reponden berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Usia

Usia	f	%
11-13 tahun	8	8,6
14-17 tahun	65	69,9

18-21 tahun	20	21,5
Total	93	100,0

Berdasarkan hasil tabel 1.1 di atas, responden dengan usia 11-13 tahun memiliki frekuensi sebanyak 8 orang, usia 14-17 tahun sebanyak 65 orang sedangkan usia 18-21 tahun sebanyak 20 orang.

b. Jenis Kelamin

Gambaran umum responden berdasarkan jenis kelamin disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	f	%
Perempuan	34	36,6
Laki-Laki	59	63,4
Total	93	100,0

Berdasarkan tabel 1.2 di atas, didapatkan bahwa mayoritas responden pada penelitian ini adalah perempuan dengan persentase sebesar 91,2%.

c. Pendidikan

Gambaran mengenai distribusi pendidikan responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Responden

Pendidikan	f	%
SD	11	11,8
SMP	24	25,8
SMA/ SMK	46	49,5
Kuliah	12	12,9
Total	93	100,0

Berdasarkan hasil tabel 1.3 dapat dilihat bahwa dalam penelitian ini sebagian besar responden pendidikan SD sebanyak 11 orang, pendidikan SMP sebanyak 24 orang, pendidikan SMA/SMK sebanyak 46 orang, serta yang kuliah sebanyak 12 orang.

d. Penggunaan Media Sosial Tik Tok

Berdasarkan karakteristik Penggunaan Media Sosial Tik Tok dalam penelitian ini di analisis menggunakan distribusi frekuensi sebagai

berikut:

Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial Tik Tok.

Penggunaan Media Sosial Tik Tok	f	%
Sering	53	57
Jarang	40	43
Total	93	100,0

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas didapatkan responden dengan Penggunaan Media Sosial Tik Tok yang sering sebanyak 53 atau (57%) sedangkan responden yang rendah sebanyak 40 atau (43%).

e. Kemampuan Mengontrol Emosi

Berdasarkan karakteristik Kemampuan Mengontrol Emosi dalam penelitian ini di analisis menggunakan distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1.5 Distribusi Frekuensi Kemampuan Mengontrol Emosi

Kemampuan Mengontrol Emosi	f	%
Baik	45	48,4
Buruk	48	51,6
Total	93	100,0

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas didapatkan responden dengan kemampuan mengontrol emosi yang baik sebanyak 45 atau (48,4%) sedangkan responden dengan kemampuan mengontrol emosi yang kurang sebanyak 48 atau (51,6%).

2. Hasil Analisis Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik-Tok dengan Kemampuan Mengontrol Emosi Pada Remaja menggunakan uji Chi-Square.

Tabel 1.6 Hubungan antara Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik-Tok dengan Kemampuan Mengontrol Emosi

Penggunaan Tik Tok	Mengontrol Emosi				Total		Pvalue
	Baik		Buruk		f	%	
	f	%	f	%			
Sering	31	33,3	22	23,7	53	57	0,025
Jarang	14	15,0	26	28	40	43	
Jumlah	45	48,3	48	51,7	93	100	

Berdasarkan hasil analisis menggunakan SPSS versi 18 dapat disimpulkan bahwa p value 0,025 dimana p value < 0,05 sehingga H_a dapat diterima dan H_o ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik Tok dengan Kemampuan Mengontrol Emosi pada Remaja di Kampung Bukit Randu Asri RT 05/RW 22, Kecamatan Cibadak, Kabupaten Sukabumi tahun 2023.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Pada penelitian ini responden di Kampung Bukit Randu Asri RT 05/RW 22 mayoritas dengan usia 14-17 tahun dengan memiliki tingkat emosi belum stabil, namun pada usia ini untuk remaja sudah bisa mendapatkan sumber informasi bisa lebih mudah di era sekarang dengan adanya akses internet. Remaja usia 14-17 tahun merupakan kelompok usia yang sangat aktif dalam penggunaan media sosial. Mereka mulai membentuk identitas sosial dan mencari validasi dari teman sebaya melalui interaksi online (Kuss & Griffiths, 2017) Penggunaan media sosial pada rentang usia ini dapat memberikan manfaat seperti meningkatkan keterampilan komunikasi dan memperluas jaringan sosial. Namun, terlalu banyak terpapar dengan penggunaan yang berlebihan, cyberbullying, atau pertukaran gambar-gambar negatif juga dapat berdampak negatif pada kesejahteraan emosional mereka. Remaja mungkin rentan

mengalami stres, depresi, atau gangguan tidur jika terlalu terikat dengan popularitas dan tanggapan yang diterima di media sosial (Moreno et al., 2017).

Hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebesar 44,1%. Pengetahuan responden dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, misalnya pengalaman, serta sarana informasi (Mathavan & Pinatih, 2017). Locke dalam penelitian Mathavan & Pinatih (2017) mengemukakan bahwa pengetahuan tidak hanya didapat secara formal melainkan juga melalui pengalaman. Selain itu pengetahuan juga didapat melalui sarana informasi yang tersedia di rumah, seperti radio dan televisi dan informasi dari layanan kesehatan dengan mengikuti penyuluhan kesehatan kader Posyandu atau petugas Puskesmas (Rajan et al., 2019).

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan jenis kelamin responden mayoritas adalah perempuan karena perempuan lebih sering mengekspresikan dari video atau gambar yang ada di media sosial. Menurut penelitian yang dipublikasikan oleh Ratnasari et al., (2017) menemukan bahwa perempuan memiliki emosional yang lebih kuat terhadap rangsangan emosional dibandingkan laki-laki karena reaksi otak dari partisipan pria dan wanita terhadap gambar gambar dari media sosial yang dianggap menyebabkan emosi.

Penelitian lain menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung menggunakan media sosial untuk mencari dan memberikan dukungan emosional. Mereka sering kali berbagi perasaan dan pengalaman pribadi, mencari dukungan dari teman-teman online, dan memanfaatkan grup diskusi atau forum untuk mencari nasihat dan pemahaman (Tifferet et al., 2014).

c. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan hasil responden dengan penggunaan media sosial yang sering yaitu responden yang

pendidikannya SMA/SMK. Penelitian Hatzenbuehler et al, (2012) yang mengatakan bahwa orang yang berpendidikan pendidikan tinggi dapat mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengembangkan keterampilan pengendalian emosi dengan kecerdasan emosional. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin baik tingkat kemampuan emosi mereka. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi, akan mampu mengatur emosi mereka, dengan menyoroti peran faktor sosial dan psikologis (Maria et al., 2021).

Pendidikan SMA/SMK dengan aspek emosional remaja dapat memengaruhi perkembangan kemampuan emosi mereka (Kimberly et al., 2014). Ketika pendidikan memberikan lingkungan yang positif, mendukung, dan memperhatikan kebutuhan emosional siswa, mereka cenderung mengalami peningkatan kemampuan mengelola emosi, meningkatkan resiliensi dan memperkuat kesehatan mental (Rivers, 2011).

Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa pendidikan SMA/SMK yang memasukkan pendekatan pembelajaran berbasis emosi dapat membantu remaja mengembangkan kemampuan emosi mereka. Melalui penggunaan strategi pembelajaran yang melibatkan pengalaman emosional, refleksi diri dan pengenalan emosi (Pekrun et al., 2014). Dalam konteks pendidikan, siswa dapat memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik.

Penggunaan Media Sosial Tik Tok

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna media sosial Tik Tok pada remaja dengan kategori yang sering yaitu sebanyak 53 orang, karena semenjak pandemi covid-19 remaja sudah terbiasa berada di dalam rumah dan senang memainkan handphone nya. Dalam era digital yang semakin maju, media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan remaja saat ini. Salah satu platform media sosial yang sangat populer di

kalangan remaja adalah Tik Tok. Namun, pengaruh penggunaan Tik Tok terhadap aspek emosional remaja masih memerlukan penelitian yang lebih mendalam (Mccashin & Murphy, 2023).

Penggunaan Tik Tok secara intensif berhubungan dengan penurunan kemampuan mengontrol emosi pada remaja (Savira et al., 2022). Konten yang sering dilihat di Tik Tok seperti video yang mengandung kekerasan atau intimidasi, dapat mempengaruhi emosi remaja dan mengurangi kemampuan mereka dalam mengontrol emosi (Yang, 2022).

Jadi, responden dengan penggunaan media sosial yang sering yaitu sebanyak 53 responden dengan perasaan cemas, depresi, dan Kecemasan sosial pada remaja. Dampak yang akan ditimbulkan yaitu mengandung kekerasan atau intimidasi.

Kemampuan Mengontrol Emosi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 48 responden memiliki emosi yang buruk. Artinya bahwa semakin sering penggunaan media sosial semakin tidak mampu mengontrol emosinya. Tik Tok disini merupakan salah media sosial yang cukup populer karena dianggap bisa membantu seseorang untuk mengendalikan emosi karena stres.

Media sosial mampu memberikan reaksi positif dalam diri individu (Wong et al., 2021) seperti perasaan senang saat banyak orang yang merespon postingannya dengan cara memberikan likes dan komentar, mendapatkan banyak wawasan melalui konten yang dilihat di sosial media, bertemu dengan banyak sekali individu dengan hobi dan minat yang sama, serta mendapatkan banyak hal positif lainnya. Diketahui bahwa manfaat dari penggunaan media sosial antara lain adalah pengguna merasakan adanya peningkatan kepercayaan diri, dukungan sosial nyata dari para pengguna lain, wadah untuk mengekspresikan diri sendiri, dan sebagai ruang yang aman untuk melakukan eksperimen identitas. Orang akan

mencari hal-hal menarik untuk menghilangkan rasa stres dan bosan setelah bekerja dan belajar daring. Strategi coping baik mental maupun perilaku, untuk mengurangi, menguasai, dan meminimalisasi kejadian yang dipenuhi coping stres oleh banyak tekanan, salah satu cara dari banyaknya hal yang digunakan untuk coping yaitu bermain Tik Tok (Husodo et al., 2021).

Konten yang sering dilihat di Tik Tok, seperti video yang mengandung kekerasan atau intimidasi, dapat mempengaruhi emosi remaja dan mengurangi kemampuan mereka dalam mengontrol emosi. Penggunaan Tik Tok yang berlebihan dapat mengarah pada perasaan cemas, depresi, dan kecemasan sosial pada remaja (Mccashin & Murphy, 2023).

Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik Tok dengan Kemampuan Mengontrol Emosi Pada Remaja

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan Tik Tok dan kemampuan mengontrol emosi pada remaja. Menurut Shensa et al., (2018) ditemukan bahwa penggunaan yang berlebihan dari TikTok berhubungan dengan penurunan kemampuan mengontrol emosi pada remaja. Remaja yang menghabiskan waktu yang lebih lama untuk menggunakan Tik Tok cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur emosi negatif dan merasa lebih sulit untuk mengatasi stres. Namun, penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan yang terkendali dan bijak dari Tik Tok tidak memiliki pengaruh negatif yang signifikan kemampuan mengontrol terhadap emosi remaja.

Lund et al., (2021) mengatakan bahwa penggunaan TikTok secara berlebihan pada malam hari dapat mengganggu pola tidur remaja. Paparan cahaya biru dari layar perangkat elektronik menghambat produksi dapat hormon melatonin, yang berperan penting dalam mengatur ritme tidur dan bangun. Remaja yang sering menggunakan Tik Tok sebelum tidur cenderung mengalami

kesulitan tidur, mengganggu jam tidur yang cukup, dan akibatnya dapat mengalami gangguan kognitif dan emosional.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial Tik Tok dapat berdampak negatif terhadap kemampuan mengontrol emosi pada remaja. Remaja yang menggunakan Tik Tok secara intensif cenderung memiliki kemampuan mengontrol emosi yang buruk (Nolen et al., 2012). Oleh karena itu, penting bagi remaja dan orang tua untuk memahami pengaruh media sosial seperti Tik Tok dan mengambil langkah-langkah untuk mengontrol penggunaan yang sehat meskipun Tik Tok dapat memberikan hiburan dan kesenangan, pengaruhnya terhadap kemampuan emosi pada remaja juga perlu diperhatikan (Hunt et al., 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terkait pengaruh penggunaan Tik Tok terhadap kemampuan mengontrol emosi pada remaja, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Tingkat penggunaan media sosial Tik Tok pada remaja berusia 11-21 tahun masuk ke dalam kategori sering, 2) Tingkat kemampuan mengontrol emosi pada remaja berusia 11-21 tahun masuk ke dalam kategori buruk, 3) Ada pengaruh penggunaan media sosial tik tok terhadap kemampuan mengontrol emosi pada remaja.

REFERENSI

- Adipura. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. 144. AnugrahdI, S. (2019). MENGENAL REMAJA GENERASI Z memperingati (Dalam Hari Rangka Remaja Internasional). <https://ntb.bkkbn.go.id/?p=1467pada>
- Ariel Shensa, M., Jaime E. Sidani, MPH, P., Mary Amanda Dew, P., César G. Escobar-Viera, MD, P., & Brian A. Primack, MD, P. (2018). Social Media Use and Depression and Anxiety Symptoms: A Cluster Analysis. *American Journal of Health Behavior*, 42(2), 116–128. <https://doi.org/10.5993/AJHB.42.2.11.S>

- ocial
- Ascarya. (2021). Analisis Bivariat Dan Aplikasinya Dalam Penelitian. <https://ascarya.or.id/analisis-bivariat/>
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. 140–157.
- Chamizo-nieto, M. T. (2021). The Role of Emotional Intelligence , the Teacher Student Relationship , and Flourishing on Academic Performance in Adolescents: A Moderated Mediation Studi. 12(July). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.695067>
- Christian Fuchs. (2017). Social Media (Michael Ainsley (ed.); Second Edi). Imogen Roome.
- Damayanti, A. R., Linda Anjarsari, & Anjani, N. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Gaya Hidup Berpakaian Remaja Ilkom Untidar Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Gaya Hidup Berpakaian Remaja Ilkom Untidar, 2(3), 217–221.
- Daud, F. (2012). Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo. Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran, 19(2), 243–255.
- Deriyanto, D., Qorib, F., Komunikasi, J. I., Tribhuwana, U., & Malang, T. (2018). Persepsi Mahasiswa Tribhuwana Tungadewi Universitas Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi Tik Tok. Jisip, 7(2), 77. www.publikasi.unitri.ac.id
- Endrastuty, J. F., & Denok Setiwati, S.Pd., M.Pd., K. (2019). Studi Tentang Kematangan Emosi Siswa Pada Kasus Tawuran Di SMK Negeri 1 Trowulan. Jurnal Bk Unesa, 1(1), 31–37. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/27598>
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. Jurnal Reforma, 2(1), 55–65. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>
- Goleman, D. (2006). Inteligencia Social - Daniel Goleman. 420.
- Hurlock, E. B. Perkembangan: (1994). Suatu Psikologi Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (R. M. Sijabat (ed.); 2nd ed.). Erlangga.
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. Psikoslamedia: Jurnal Psikologi, 1(1), 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoslamedia.v1i1.1493>
- Katie A. McLaughlin, Ph.D., Mark L. Hatzenbuehler, D. Nolen-Hoeksema, S. M., & S. (2012). Emotion Dysregulation and Adolescent Psychopathology. 49(9), 544–554. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.06.003>
- Emotion
- Kimberly A. Schonert-Reichl & Molly Stewart Lawlor. (2014). The Effects of a Mindfulness-Based Education Program on Pre- and Early Adolescents ' Well Being and Social and Emotional Competence. September 2010. <https://doi.org/10.1007/s12671-010-0011-8>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Kusuma, P., Pattison, P. M., & Bugbee, B. (2020). From physics to fixtures to food: current and potential LED efficacy. Horticulture Research, 7(1). <https://doi.org/10.1038/s41438-020-0283-7>
- Lailatul Fitriyah dan Mohammad Jauhar. (2018). Pengantar Psikologi Umum. Prestasi Pustakaraya.
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Jurnal ilmiah society. Peran Media Sosial Dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga, 2(1).
- Lund, L., Sølvhøj, I. N., Danielsen, D., & Andersen, S. (2021). Electronic media use and sleep in children and adolescents in western countries: a systematic review. BMC Public Health, 21(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-021>

- [11640-9](#)
Malimbe, A., Waani, F., & Suwu, E. A. A. (2021). Dampak Penggunaan Aplikasi Online Tiktok (Douyin) Terhadap Minat Belajar di Kalangan Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Ilmiah Society*, 1(1), 2.
- Marc A. Brackett, Susan E. Rivers, P. S. (2011). Emotional Implications for Intelligence: Personal, Academic, and Social, *WorkKampunglace Success*. 5(1), <https://doi.org/10.1111/j.17519004.2010.00334.x> 88–103.
- Martini, L. K. B., & Dewi, L. K. C. (2021). Pengaruh Media Sosial Tik Tok Terhadap Prilaku Konsumtif. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian*, 5(1), 38–54.
- Mccashin, D., & Murphy, C. M. (2023). Using TikTok for public and youth mental health – A systematic review and content analysis. 28(1), 279–306. <https://doi.org/10.1177/13591045221106608>
- Melissa G. Hunt, Rachel Marx, C. L. and J. Y. (2018). No More FOMO: Limiting Social Media Decreases Loneliness and Depression. 37 (10), 751–768. <https://guilfordjournals.com/doi/10.1521/jscp.2018.37.10.751>
- Moreno, M. A., Ton, A., Selkie, E., & Evans, Y. (2017). *HHS Public Access*. 58(1), 78–84. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.09.015>.Secret
- Omar, B., & Dequan, W. (2020). Watch, share or create: The influence of personality traits and user motivation on TikTok mobile video usage. *International Journal of Technologies, Interactive* 14(4), Mobile 121–137. <https://doi.org/10.3991/IJIM.V14I04.12429>
- Pebriana, P. H. (2017). Analisis Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i1.26>
- Pekrun, R., Cusack, A., Murayama, K., Elliot, A. J., & Thomas, K. (2014). The power of anticipated feedback: Effects on students' achievement goals and achievement emotions The power of anticipated feedback: Effects on students' achievement goals and achievement emotions q. *Learning and Instruction*, 29(February), 115–124. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2013.09.002>
- Purnamayani, A. D., Suwatra, I. I. W., & Wibawa, I. M. C. (2020). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Leadership Skill Ditinjau Dari Perbedaan Gender Siswa Kelas V. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 3(2), 269. <https://doi.org/10.23887/jippg.v3i2.28412>
- Rahayu, R. S., Astuti, I., & Yusuf, A. (2018). Deskripsi Kemampuan Siswa Mengelola Emosi Pada Kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan. *Portal Jurnal Ilmiah Universitas Tanjungpura (PJI UNTAN)*, 1–10.
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki di Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 35–46. <https://doi.org/10.7454/jps.2017.4>
- Riyanti Imron. (2018). HUBUNGAN PENGGUNAAN GADGET DENGAN EMOSIONAL. XIII(2), 148–154.
- Rizkiani, F., & Tamburian, D. (2022). Pengaruh Penggunaan Aplikasi Tik Tok terhadap Kreativitas Murid SMA Yuppentek 1 Tangerang di Masa Pandemi. *Kiwari*, 1(2), 252. <https://doi.org/10.24912/ki.v1i2.15516>
- Rosdina, A., & Nurnazmi. (2021). Dampak Aplikasi Tik Tok dalam Proses Sosial Di Kalangan Remaja Kelurahan Rabadompu Timur Kecamatanamatan Raba Kota Bima. *EduSociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 4(1), 100–109.
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. 4(1), 49–58.
- Santrock, J. W. (2013). *Life Span Development, Perkembangan Masa Hidup* (13th ed., Vol. 1). Erlangga.

- Savira, R., Rifai, M., Wahyuningsih, W., & Bytedance, B. (2022). Correlation between TikTok Use and Teenagers ' Self Esteem Correlation between TikTok Use and Teenagers ' Self Esteem. 19–24.
- Setiadi, A. (2016). Pemanfaatan media sosial untuk efektifitas komunikasi. Vol 16, No(1).
- Shilphy A. (2020). Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja (Herlambang (ed.); Edisi 1). CV Budi Utama.
- Sobur, A. (2017). Alex Sobur, Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah, (Bandung: Penerbit Pustaka Setia, (Vol. 134). Penerbit Pustaka Media.
- Solechan, & Zidan, Z. (2019). Pengembangan Kecerdasan Emosional di SMA Primaganda Bulurejo Diwew Jombang. *Ilmuna*, 1(2), 43–64.
- Sukmawati, L., & Syamsudin. (2021). PENGARUH APLIKASI TIK TOK TERHADAP HUBUNGAN SOSIAL MASYARAKAT INDONESIA DISAAT PANDEMI COVID-19 (Literature Review). *Noumena*, 2(2), 92–109. <http://ejournal.iaknambon.ac.id/index.php/N/article/view/441>
- Teressa M. Mc Devitt, J. E. O. (2020). Child Development and Education. *Child Development and Education*, 58(2), 125. <https://doi.org/10.2307/2295587>
- Tifferet, S., & Vilnai-Yavetz, I. (2014). Gender differences in Facebook self presentation: An international randomized studi. *Computers in Human Behavior*, 35(June), 388–399. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.016>
- Valiana, L., Suriana, & Fazilla, S. (2020). Dampak Penggunaan Aplikasi Tik Tok Terhadap Perkembangan Karakter Siswa. *Genderang Asa: Journal of Primary Education*, 2(1), 75–84.
- Widyasari, K. L., Nuranna, F. S., & April Lokita Sulasmi dkk. (2018). Memaksimalkan Penggunaan Media Sosial dalam Lembaga Pemerintah (A. Syarifuddin & N. O. Hutahaeen (eds.); Cetakan 1:). Direktorat Jenderal Informasi dan Komunikasi Publik, Kementerian Komunikasi dan Informatika.
- Yang, X. (2022). How mobile phone addiction is associated with suicidal ideation in university students in China: Roles of depression and online social support. December. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1001280>