

Pengaruh Intensitas Penggunaan TikTok dan Paparan Konten *Self-Diagnosis* terhadap Persepsi Diri Santri di Kecamatan Tuban, Jawa Timur

Oleh:

Hikmah Rosyidah

Nama Dosen Pembimbing: Dr. Eko Hardi Ansyah, S.Psi. M.Psi. Psikolog

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2026



Pendahuluan

Fenomena penggunaan TikTok tidak hanya mengubah cara Remaja santri memperoleh hiburan, tetapi juga memengaruhi proses pembentukan identitas serta persepsi diri. Algoritma For You Page (FYP) yang dimiliki TikTok memungkinkan pengguna memperoleh konten yang dipersonalisasi berdasarkan riwayat pencarian, minat, serta interaksi sebelumnya. Sistem tersebut menyebabkan pengguna menerima paparan konten yang serupa secara berulang sehingga meningkatkan keterlibatan (engagement) serta durasi penggunaan aplikasi. Dalam perspektif psikologi sosial, kondisi tersebut berpotensi memperkuat proses pembelajaran sosial, internalisasi nilai, maupun kecenderungan melakukan social comparison terhadap kehidupan orang lain yang ditampilkan melalui media sosial

Fenomena tersebut melahirkan kecenderungan baru yang dikenal sebagai self-diagnosis, yaitu tindakan individu menilai atau menyimpulkan kondisi kesehatan fisik maupun psikologisnya sendiri berdasarkan informasi yang diperoleh tanpa melalui pemeriksaan tenaga profesional. Dalam konteks kesehatan mental, self-diagnosis sering dilakukan setelah individu menonton konten yang menjelaskan ciri-ciri suatu gangguan psikologis, kemudian merasa memiliki gejala yang sama sehingga menganggap dirinya mengalami gangguan tersebut.

Untuk memperkuat permasalahan tersebut, Sebelum penelitian utama dilakukan, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji coba (try out) terhadap 100 responden untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur. Hasil uji validitas menggunakan analisis korelasi item-total menunjukkan bahwa seluruh item pada ketiga variabel memiliki nilai korelasi lebih besar dari 0,30 sehingga dinyatakan valid dan tidak ada item yang

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1

Apakah intensitas penggunaan TikTok berpengaruh terhadap persepsi diri remaja?

2

Apakah paparan konten self-diagnosis berpengaruh terhadap persepsi diri remaja?

3

Apakah intensitas penggunaan TikTok dan paparan konten self-diagnosis secara simultan berpengaruh terhadap persepsi diri remaja?

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel independen, yaitu intensitas penggunaan TikTok (X1) dan paparan konten self-diagnosis (X2), serta satu variabel dependen, yaitu persepsi diri Santri (Y).

Populasi dalam penelitian ini adalah Santri di salah satu Pesantren pengguna TikTok di Kecamatan Tuban, Jawa Timur. Kriteria yang digunakan dalam pemilihan sampel adalah Santri berusia 12–18 tahun, aktif menggunakan TikTok minimal tiga bulan terakhir serta pernah terpapar konten self-diagnosis di media sosial. Dengan jumlah Responden 290 Remaja Santri

Skala Intensitas Penggunaan Tiktok diadaptasi dari skala yang dikembangkan oleh Aria & Pratiwi, terdiri atas 10 butir yang valid dan mencakup lima indikator utama, yaitu Frekwensi, Durasi, Perhatian, Keterlibatan dan Penggunaan Berulang. Nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,872. Skala Paparan konten self-diagnosis adaptasi dari penelitian Wijaya, terdiri atas 10 butir yang valid dengan indikator Frekwensi, Perhatian, Pemahaman, Kepercayaan dan identifikasi diri. Nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,854. Sedangkan persepsi diri Santri menggunakan skala yang juga diadaptasi dari Rina dkk. terdiri atas 15 butir yang valid dan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,901.

Hasil

Tabel 5. Uji Regresi Linear Berganda (Uji F)

ANOVA^a

Model		F	Sig.
1	Regression	90.235	<.001 ^b
	Residual		
	Total		

a. Dependent Variable: Persepsi Diri Remaja santri (Y)

b. Predictors: (Constant), Paparan Konten Self-

Diagnosis (X2), Intensitas Penggunaan Tiktok (X1)

Sumber: data dari hasil pengolahan SPSS 27 (2026)

Tabel 6. Uji Regresi Linear Berganda (Uji T)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
		B	Std. Error	Beta	t
1	(Constant)	4.426	2.661		1.664
	INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK (X1)	.737	.073	.713	10.087
	PAPARAN KONTEN SELF-DIAGNOSIS(X2)	.198	.089	.156	2.212

a. Dependent Variable: PERSEPSI DIRI REMAJA SANTRI

Sumber: data dari hasil pengolahan SPSS 27 (2026)

Uji hipotesa menunjukkan bahwa nilai F 90,235 kemudian nilai p dibawah 0.001, artinya ini sangat signifikan. Maka Pengaruh Penggunaan Tiktok dan Bersama Paparan Konten Self-Diagnosis Berpengaruh Signifikan terhadap Persepsi diri Remaja Santri

Ditinjau dari masing-masing variabel menunjukkan bahwa Pengaruh Penggunaan Tiktok memiliki peranan yang signifikan terhadap Persepsi Diri Remaja Santri karena nilai sign. 0,001 < 0,05. Sedangkan Paparan Konten Self-Diagnosis memiliki juga peranan yang signifikan terhadap Persepsi Diri Remaja Santri, karena nilai sign. 0,029 < 0,05.

Pembahasan

Ditinjau dari masing-masing variabel menunjukkan bahwa Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok memiliki peranan yang signifikan terhadap Persepsi Diri Remaja Santri, dengan nilai kontribusi koefisien sebesar 0,737 dan sign. $0,001 < 0,05$ bahwa Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok berpengaruh signifikan dan positif terhadap Persepsi Diri Remaja Santri Di Kecamatan Tuban Jawa Timur. Artinya, Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok akan diikuti dengan peningkatan Persepsi Diri Remaja Santri. Sedangkan variabel Paparan Konten Self-Diagnosis menunjukkan hal yang sama signifikan terhadap Persepsi Diri Remaja Santri, dengan nilai kontribusi koefisien sebesar 0,198 dan sign. $0,029 < 0,05$ bahwa Paparan Konten Self-Diagnosis berpengaruh signifikan dan positif terhadap Persepsi Diri Remaja Santri. Artinya, Remaja Santri yang memperoleh Paparan Konten Self-Diagnosis cenderung menunjukkan Persepsi Diri yang baik.

Secara simultan, Pengaruh Penggunaan Tiktok Paparan Konten Self-Diagnosis memengaruhi Persepsi Diri Remaja Santri secara signifikan. Dengan nilai uji f signifikan ($F = 90,235$, $p = 0,001$). Hasil Uji F yang signifikan ini menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut bersama-sama berperan penting dalam menentukan Persepsi Diri Remaja Santri, yang sekaligus mendukung **Teori Persepsi Diri dari Carl Rogers** (atau bisa disesuaikan dengan *Social Comparison Theory* dari Festinger) yang menekankan bahwa pembentukan persepsi diri individu merupakan hasil dari akumulasi pengalaman digital dan internalisasi informasi lingkungan yang saling melengkapi. Dalam konteks santri pengguna TikTok, implikasi dari temuan ini adalah bahwa peningkatan literasi digital yang kritis harus diiringi dengan penguatan edukasi kesehatan mental yang objektif agar persepsi diri santri dapat terbentuk secara positif dan akurat, terutama di lingkungan pendidikan pesantren yang dinamis dan mulai terpapar oleh derasnya arus informasi media sosial.

Temuan Penting Penelitian

Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Rina dkk. Dengan hasil penelitian sumbangan efektif sebesar 57,6% dari variabel Frekwensi, Durasi, Perhatian, Keterlibatan dan Penggunaan Berulang dan Paparan Konten Self Diagnosis terhadap Persepsi Diri Remaja Santri secara simultan sementara 42,4% dijelaskan diluar variabel tersebut. Dan juga sejalan dengan penelitian Carl Rogers bahwa Paparan Konten Self-Diagnosis memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Persepsi Diri Remaja Santri ($t = 46,608$ dan $p = 0,000$), Temuan ini juga sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa persepsi diri individu terbentuk melalui interaksi antara pengalaman pribadi dan informasi yang diperoleh dari lingkungan. Dalam konteks digital, media sosial menjadi salah satu sumber utama informasi yang memengaruhi proses tersebut. Oleh karena itu, semakin sering individu terpapar konten tertentu, maka semakin besar kemungkinan konten tersebut memengaruhi cara pandang individu terhadap dirinya. Media sosial juga berperan dalam pembentukan identitas diri melalui interaksi sosial dan representasi diri secara online.

Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan dalam pengembangan kajian psikologi Sosial, khususnya yang berkaitan dengan Pengaruh penggunaan Tiktok Dan Paparan Konten Self-Diagnosis terhadap Persepsi Diri Remaja Santri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman dalam mengindikasikan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan TikTok serta semakin sering Remaja santri terpapar konten *self-diagnosis*, maka semakin besar pula pengaruhnya terhadap cara Remaja santri memahami dan menilai dirinya, baik dalam bentuk peningkatan kesadaran diri maupun potensi distorsi persepsi diri.

Referensi

- [1] Azim, A., et al. (2024). The impact of TikTok usage intensity on mental health and psychological well-being.
- [2] Nguyen, T. (2025). Social media usage and its effects on mental health: The role of content and context.
- [3] Rogowska, A., & Cincio, A. (2024). TikTok usage and addictive behavior among adolescents.
- [4] Fortunato, V., et al. (2023). Social media usage intensity and psychological well-being: A mediated relationship.
- [5] Bilali, R., et al. (2025). Digital addiction and excessive TikTok usage: Implications for daily functioning.
- [6] Kang, J., & Lou, C. (2022). Algorithm-driven content consumption on TikTok: Personalization and repetition patterns.
- [7] Vázquez-Herrero, J., et al. (2020). TikTok and short-video platforms: Media consumption and engagement patterns.
- [8] Anselmi, G., et al. (2024). Rapid consumption and continuous engagement in TikTok platform usage.

- [9] Wijaya, A., “*Fenomena Self-Diagnosis Kesehatan Mental pada Santri Pengguna TikTok.*” Jurnal Psikologi Indonesia, 2024.
- [10] Febriana & Amalia, R. “*Fenomena Self-Diagnosis Kesehatan Mental pada Santri Pengguna TikTok.*” Jurnal Psikologi Indonesia, 2024.
- [11] Aria, D. A. S., & Pratiwi, R. (2024). The intensity of using TikTok social media and self-confidence in early adolescents. Proceeding International Conference of Psychology, 729–740.
- [12] Rina, P., dkk. “*Hubungan Persepsi Diri dengan Konsep Diri pada Santri.*” Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia, 5(2), 45–56.
- [13] Zhao, Y., & Zhou, X. (2023). *Social media intensity and self-esteem*: The influence of interaction patterns.
- [14] O’Reilly, M., et al. (2021). *Social media and adolescent mental health*: A double-edged sword.
- [15] Fardouly, J., et al. (2020). *Social comparison in digital media and its impact on self-perception.*

Referensi

- [16] Montag, C., et al. (2021). Addictive features of TikTok and user behavior patterns.
- [17] Berryman, C., et al. (2018). Social media activity and psychological well-being: Active vs passive use.
- [18] Pretorius, C., et al. (2022). Mental health content on social media: Literacy and misconceptions.
- [19] Choukas-Bradley, S., et al. (2022). Social media and adolescent identity development in digital environments.
- [20] Saifuddin Azwar, Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- [21] Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta, 2022.
- [22] Ghozali, I. Aplikasi Analisis Multivariate dengan IBM SPSS. Semarang: UNDIP Press, 2016.
- [23] Taherdoost, H. "Validity and Reliability of the Research Instrument," International Journal of Academic Research in Management, 2018.
- [24] Underhill, K., & Foulkes, L. (2024). Self-diagnosis in social media: Benefits and risks of misinterpretation.
- [25] Smith, A., & Anderson, M. (2023). TikTok usage and adolescent self-image: The role of social comparison.
- [26] Lee, S., et al. (2024). Mental health content exposure on social media and adolescent self-perception.
- [27] Brown, Z., & Tiggemann, M. (2022). Social media exposure and body image dissatisfaction among adolescents.
- [28] Rogers, C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin; 1961.
- [29] Cooley, C. H. Human Nature and the Social Order. New York: Charles Scribner's Sons; 1902.
- [30] Mead, G. H. Mind, Self, and Society. Chicago: University of Chicago Press; 1934.

Referensi

- [31] Festinger, L. *A Theory of Social Comparison Processes*. *Human Relations*. 1954;7(2):117–140.
- [32] Baron RA, Byrne D. *Social Psychology*. 13th ed. Boston: Pearson; 2005.
- [33] Erikson EH. *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company; 1968.
- [34] Bandura A. *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall; 1986.
- [35] American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5th ed. Text Revision (DSM-5-TR). Washington DC: American Psychiatric Publishing; 2022.
- [36] World Health Organization. *Adolescent Mental Health*. Geneva: World Health Organization; 2024.
- [37] DataReportal. *Digital 2025: Indonesia*. Singapore: Kepios, We Are Social, Meltwater; 2025.
- [38] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). *Survei Penetrasi Internet Indonesia 2024*. Jakarta: APJII; 2024.
- [39] Kaplan AM, Haenlein M. Users of the World, Unite! *The Challenges and Opportunities of Social Media*. *Business Horizons*. 2010;53(1):59–68.
- [40] Valkenburg PM, Peter J. *Social Consequences of the Internet for Adolescents*. *Current Directions in Psychological Science*. 2009;18(1):1–5.

