



Analisis Dampak Aplikasi Tiktok terhadap Perkembangan Mental dan Emosional Anak

Ibnu Ari Prasetya^{1*}, Nurdinni Tilova²

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Studi Manajemen, Universitas Pamulang

e-mail: Ibnuprasetya65@gmail.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Diterima: Desember 2021 Disetujui: Januari 2022 Diterbitkan: Februari 2022</p> <p>Kata Kunci: Tiktok, Perkembangan Mental, Perkembangan Emosional, Anak-Anak, Kesehatan Mental, Media Sosial, Kecanduan, Konten Negatif.</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh TikTok terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak. Dengan meningkatnya popularitas TikTok di kalangan anak-anak dan remaja, penting untuk memahami bagaimana platform media sosial ini dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Melalui pendekatan kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan orang tua dan anak-anak, serta survei yang menilai penggunaan TikTok, dampak konten, dan pergeseran emosi yang dialami pengguna. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun TikTok dapat memberikan hiburan dan kesempatan untuk ekspresi diri, terdapat risiko signifikan terkait kecanduan, paparan konten negatif, serta dampak pada harga diri dan kecemasan anak. Penelitian ini merekomendasikan perlunya pengawasan orang tua dan pendidikan media bagi anak-anak untuk memitigasi dampak negatif yang mungkin timbul akibat penggunaan TikTok.</p>
<p>Keywords: <i>Tiktok, Mental Development, Emotional Development, Children, Mental Health, Social Media, Addiction, Negative Content.</i></p>	<p>ABSTRACT</p> <p><i>This study aims to analyze the impact of TikTok on children's mental and emotional development. With TikTok's increasing popularity among children and adolescents, it is important to understand how this social media platform can affect their mental health. Using a qualitative approach, data were collected through in-depth interviews with parents and children, as well as surveys assessing TikTok usage, the impact of content, and emotional shifts experienced by users. The results showed that while TikTok can provide entertainment and opportunities for self-expression, there are significant risks related to addiction, exposure to negative content, and impacts on children's self-esteem and anxiety. This study recommends the need for parental supervision and media education for children to mitigate the negative impacts that may arise from TikTok use.</i></p>

PENDAHULUAN

Dalam era digital saat ini, aplikasi media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, terutama bagi generasi muda. TikTok, sebagai salah satu platform media sosial yang paling populer, menawarkan berbagai fitur yang memungkinkan penggunanya untuk membuat dan membagikan video pendek dengan berbagai jenis konten. Sejak diluncurkan, TikTok telah menarik perhatian jutaan pengguna di seluruh dunia, termasuk anak-anak dan remaja. Meskipun TikTok dapat memberikan hiburan, kesempatan untuk berkreasi, dan interaksi sosial, muncul kekhawatiran mengenai dampaknya terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak.

Anak-anak merupakan kelompok yang rentan terhadap pengaruh lingkungan sekitar, termasuk media sosial. Banyak penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat memiliki dampak positif maupun negatif pada kesehatan mental anak-anak. Di satu sisi, media sosial dapat menjadi alat untuk mengekspresikan diri dan menemukan komunitas; di sisi lain, dapat memperburuk masalah seperti kecemasan, depresi, dan gangguan citra tubuh. Dalam konteks TikTok, berbagai tantangan, tren, dan konten yang viral dapat memengaruhi cara anak-anak melihat diri mereka sendiri dan orang lain.

Berbagai isu yang terkait dengan penggunaan TikTok, seperti kecanduan, paparan terhadap konten negatif, serta interaksi sosial yang terbatas, semakin memicu perhatian orang tua, pendidik, dan peneliti. Dalam penelitian ini, penulis berupaya untuk mengeksplorasi pengaruh TikTok terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak, dengan fokus pada bagaimana penggunaan platform ini dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan tentang langkah-langkah yang dapat diambil untuk melindungi anak-anak dari dampak negatif yang mungkin timbul akibat penggunaan TikTok secara berlebihan.

Dengan demikian, penting untuk melakukan analisis yang mendalam terhadap pengaruh TikTok terhadap anak-anak agar dapat mengidentifikasi risiko yang ada dan menemukan solusi yang tepat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman lebih lanjut mengenai hubungan antara media sosial dan kesehatan mental anak, serta memberikan rekomendasi untuk orang tua dan pendidik dalam mengelola penggunaan media sosial oleh anak-anak.

KAJIAN LITERATUR

TikTok, sebagai platform media sosial yang berkembang pesat, telah menjadi sorotan dalam studi tentang dampaknya terhadap pengguna muda. Beberapa aspek penting yang dibahas dalam kajian ini meliputi: dampak penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental, pengaruh konten TikTok, serta interaksi sosial yang terjadi di dalam platform tersebut.

Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Kesehatan Mental

Banyak penelitian telah menunjukkan hubungan antara penggunaan media sosial dan kesehatan mental, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Menurut Twenge et al. (2017), penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan gejala depresi dan kecemasan. Hal ini disebabkan oleh faktor-faktor seperti perbandingan sosial dan kurangnya interaksi sosial secara langsung. Penelitian oleh Primack et al. (2017) juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intens dapat menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi, yang berpotensi mempengaruhi perkembangan emosional anak.

Pengaruh Konten TikTok

Konten yang tersedia di TikTok sangat beragam, mulai dari tantangan viral hingga video edukatif. Namun, tidak semua konten dapat berdampak positif. Menurut penelitian oleh Frison dan Eggermont (2020), paparan terhadap konten negatif, seperti body shaming, bullying, atau konten yang tidak pantas, dapat memengaruhi harga diri anak dan menyebabkan masalah emosional. Selain itu, tantangan atau tren yang sering beredar di TikTok bisa mendorong anak-anak untuk berpartisipasi dalam perilaku berisiko. Penelitian oleh Raza dan Nisar (2021) menekankan pentingnya membekali anak-anak dengan keterampilan kritis untuk mengevaluasi konten yang mereka konsumsi.

Interaksi Sosial dan Komunitas di TikTok

TikTok memungkinkan anak-anak untuk berinteraksi dengan pengguna lain, yang dapat berdampak pada perkembangan sosial mereka. Menurut penelitian oleh Bányai et al. (2017), interaksi sosial yang sehat di media sosial dapat membantu anak-anak membangun keterampilan sosial dan meningkatkan rasa keterhubungan. Namun, interaksi yang negatif, seperti komentar jahat atau bullying, dapat memiliki dampak merugikan pada kesehatan mental. Penelitian oleh Kowert et al. (2014) menunjukkan bahwa interaksi sosial yang buruk di platform online dapat meningkatkan risiko depresi dan kecemasan pada anak-anak.

Pengaruh Kecanduan Media Sosial

Kecanduan media sosial merupakan isu yang semakin banyak dibahas dalam konteks kesehatan mental anak-anak. Menurut penelitian oleh Kuss dan Griffiths (2017), kecanduan terhadap media sosial dapat menyebabkan gangguan pada pola tidur, konsentrasi, dan kesehatan mental secara keseluruhan. Di TikTok, sifat konten yang cepat dan menarik dapat meningkatkan risiko kecanduan di kalangan anak-anak, yang dapat mengganggu perkembangan emosional mereka.

Peran Orang Tua dan Pendidik

Berbagai penelitian menekankan pentingnya peran orang tua dan pendidik dalam mengelola penggunaan media sosial anak-anak. Menurut penelitian oleh Livingstone dan Helsper (2008), keterlibatan orang tua dalam aktivitas online anak-anak dapat membantu mengurangi risiko dampak negatif yang terkait dengan penggunaan media sosial. Pendidikan media yang efektif dapat membekali anak-anak dengan keterampilan yang dibutuhkan untuk menavigasi konten online secara aman dan bertanggung jawab.

Berdasarkan keterangan di atas, jelas bahwa penggunaan TikTok memiliki potensi untuk memengaruhi perkembangan mental dan emosional anak-anak baik secara positif maupun negatif. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna memahami secara lebih mendalam dampak yang ditimbulkan serta bagaimana cara melindungi anak-anak dari risiko yang mungkin timbul akibat penggunaan platform ini. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berguna bagi orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan dalam merespons fenomena TikTok di kalangan anak-anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei. Penelitian bertujuan untuk mengukur pengaruh penggunaan TikTok terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak. Penelitian dilakukan selama periode bulan Januari hingga Maret 2024. Lokasi penelitian mencakup beberapa sekolah dasar dan menengah di kota Jakarta, yang merupakan daerah dengan tingkat penggunaan TikTok yang tinggi di kalangan anak-anak.

Target penelitian ini adalah anak-anak berusia 10 hingga 15 tahun yang aktif menggunakan TikTok. Penelitian juga melibatkan orang tua sebagai responden tambahan untuk memberikan perspektif mengenai dampak penggunaan TikTok terhadap perkembangan anak. Subjek penelitian terdiri dari 500 anak-anak yang dipilih secara acak dari beberapa sekolah yang berpartisipasi. Selain itu, 200 orang tua dari anak-anak tersebut juga dilibatkan dalam survei untuk menilai dampak penggunaan TikTok dari sudut pandang orang tua.

Dengan metode penelitian yang sistematis ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai pengaruh TikTok terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak serta memberikan rekomendasi yang berguna untuk orang tua dan pendidik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

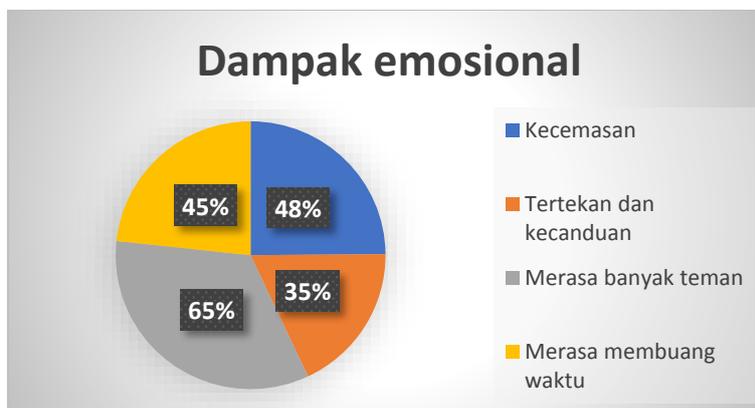
Hasil

Penelitian ini melibatkan 500 responden yang terdiri dari anak-anak berusia 10 hingga 15 tahun yang aktif menggunakan TikTok, serta 200 orang tua mereka. Data dikumpulkan melalui Diagram yang dirancang untuk mengevaluasi pengaruh TikTok terhadap perkembangan mental dan emosional anak. Hasil penelitian menunjukkan beberapa temuan kunci sebagai berikut:



Frekuensi Penggunaan TikTok: Sebanyak 72% responden melaporkan bahwa mereka menggunakan TikTok setiap hari, dengan rata-rata durasi penggunaan sekitar 3 jam per hari. Hal ini menunjukkan bahwa TikTok telah menjadi bagian penting dari rutinitas harian anak-anak.

Jenis Konten yang Dikonsumsi: Responden mencatat bahwa mereka paling sering menonton konten hiburan (78%), diikuti oleh konten edukatif (55%) dan tantangan (40%). Sebanyak 60% responden melaporkan terpapar konten negatif, seperti bullying atau body shaming.



48% responden melaporkan mengalami peningkatan kecemasan setelah menggunakan TikTok, terutama ketika terpapar konten yang meresahkan atau negative, 35% anak melaporkan merasa tertekan atau cemas ketika mereka tidak bisa mengakses TikTok, menunjukkan adanya potensi kecanduan. Meskipun 65% anak merasa lebih terhubung dengan teman-teman mereka melalui TikTok, 45% merasa bahwa penggunaan platform ini mengurangi waktu yang dihabiskan untuk interaksi langsung.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan TikTok memiliki dampak yang beragam terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak, baik positif maupun negatif.

Dampak Positif:

Ekspresi Diri: TikTok memberikan platform bagi anak-anak untuk mengekspresikan kreativitas mereka. Banyak anak yang melaporkan merasa lebih percaya diri setelah membuat konten dan mendapatkan umpan balik positif dari teman-teman mereka.

Sumber Informasi: Konten edukatif di TikTok telah membantu anak-anak dalam proses pembelajaran. Beberapa responden menyatakan bahwa mereka belajar hal baru dari video yang mereka tonton, yang menunjukkan bahwa media sosial dapat berfungsi sebagai alat pendidikan yang efektif.

Dampak Negatif:

Kecemasan dan Depresi: Paparan terhadap konten negatif, seperti tantangan yang berisiko dan komentar jahat, dapat memengaruhi kesehatan mental anak-anak. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa anak-anak yang aktif di media sosial berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan dan depresi. Ini sejalan dengan temuan penelitian ini, di mana hampir setengah dari responden melaporkan peningkatan kecemasan setelah menggunakan TikTok.

Kecanduan Media Sosial: Frekuensi dan durasi penggunaan yang tinggi dapat menyebabkan kecanduan, dengan anak-anak merasa tertekan jika tidak dapat mengakses aplikasi. Hal ini menunjukkan perlunya pengawasan yang lebih ketat dari orang tua dan pendidik terkait penggunaan TikTok.

Meskipun TikTok dapat meningkatkan interaksi sosial secara daring, banyak anak melaporkan bahwa waktu yang dihabiskan di platform ini mengurangi kesempatan mereka untuk berinteraksi secara langsung dengan teman-teman. Ini menciptakan dilema antara manfaat sosial dan dampak negatif terhadap hubungan interpersonal mereka. TikTok memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan mental dan emosional anak-anak. Meskipun platform ini dapat memberikan manfaat dalam hal ekspresi diri dan pembelajaran, risiko yang terkait dengan kecanduan, kecemasan, dan paparan terhadap konten negatif tidak dapat diabaikan. Oleh karena itu, penting untuk melibatkan orang tua dan pendidik dalam mengawasi penggunaan TikTok oleh anak-anak dan memberikan pendidikan tentang media sosial yang aman dan sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam makalah ini, dapat disimpulkan bahwa:

Pengaruh Positif:

Kreativitas dan Ekspresi Diri: TikTok memberikan anak-anak platform untuk mengekspresikan kreativitas mereka melalui video, tarian, musik, dan tantangan-tantangan yang mereka sukai.

Komunitas Sosial: Anak-anak dapat merasa lebih terhubung secara sosial dengan teman sebaya mereka dan menemukan komunitas yang memiliki minat yang sama.

Pengaruh Negatif:

Ketergantungan dan Distraksi: Penggunaan TikTok secara berlebihan dapat mengakibatkan ketergantungan, yang berdampak pada waktu belajar, tidur, dan aktivitas sosial anak-anak di dunia nyata.

Eksposur pada Konten yang Tidak Sesuai: Anak-anak dapat terpapar pada konten yang tidak sesuai dengan usia mereka, yang dapat mempengaruhi perkembangan mental dan emosional mereka, seperti meningkatkan rasa kecemasan atau ketidakpuasan terhadap diri sendiri.

Secara keseluruhan, TikTok memiliki potensi untuk memengaruhi perkembangan mental dan emosional anak-anak baik secara positif maupun negatif, tergantung pada durasi penggunaan, jenis konten yang dikonsumsi, serta pengawasan dari orang tua.

REFERENSI

- Asdiniah, E. N. A., & Lestari, T. (2021). Pengaruh media sosial tiktok terhadap perkembangan prestasi belajar anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1675-1682.
- Rahmadani, A. (2023). Perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui aplikasi tiktok. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2941-2948.
- Ramadhan, M. F., Ulpi, W., & Yusuf, M. (2023). Fenomena Aplikasi Tiktok terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak. *Jambura Early Childhood Education Journal*, 5(2), 291-303.
- Magdalena, I., Tillova, M. H., & Yuningsih, R. (2023). Pengaruh Tiktok Terhadap Perkembangan Mental dan Intelektual Remaja. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 4106-4113.
- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh penggunaan aplikasi tiktok terhadap kepercayaan diri remaja di kabupaten sampang. *Jurnal komunikasi*, 14(2), 135-148.