

HUBUNGAN ANTARA PENGGUNAAN TIKTOK BERLEBIHAN DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA

ABSTRAK

Ang, Dessy Aulia Wirangga. 2025. Hubungan antara penggunaan TikTok berlebihan dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara penggunaan TikTok berlebihan dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang berada pada tahap emerging adulthood. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada tingginya penggunaan TikTok di kalangan mahasiswa serta potensi dampaknya terhadap kondisi psikologis mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 253 mahasiswa berusia emerging adulthood yang dipilih melalui teknik convenience sampling. Penggunaan TikTok berlebihan diukur menggunakan skala *Compulsive Internet Use* dari Gert-Jan Meerkerk ($\alpha = 0,889$), sedangkan kesejahteraan psikologis diukur menggunakan skala *Psychological Well-Being* dari Carol Ryff ($\alpha = 0,868$). Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson. Penelitian ini menguji hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penggunaan TikTok berlebihan dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Hasil penelitian mendukung hipotesis tersebut, dengan menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara kedua variabel ($r = -0,472$, $p < 0,01$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat penggunaan TikTok secara berlebihan, maka semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan demikian, penting untuk mendorong penggunaan media sosial secara sadar dan seimbang guna menjaga kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: penggunaan TikTok berlebihan, kesejahteraan psikologis, mahasiswa, *emerging adulthood*

**THE CORRELATION BETWEEN EXCESSIVE USE OF TIKTOK AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG UNIVERSITY STUDENTS**

ABSTRACT

Ang, Dessy Aulia Wirangga. 2025. The correlation between excessive use of TikTok and psychological well-being among university students. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology; Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

This study aims to examine the relationship between excessive use of TikTok and psychological well-being among university students in the emerging adulthood stage. The background of this research stems from the high usage of TikTok among students and its potential impact on their psychological well-being. This is a quantitative correlational study involving 253 university students in the emerging adulthood age range, selected using convenience sampling. Excessive TikTok use was measured using the Compulsive Internet Use Scale by Gert-Jan Meerkkerk ($\alpha = .889$), while psychological well-being was assessed using the Psychological Well-Being Scale by Carol Ryff ($\alpha = .868$). Data were analyzed using the Pearson correlation technique. The study tested the hypothesis that there is a significant negative relationship between excessive use of TikTok and psychological well-being among students. The results supported this hypothesis, showing a significant negative correlation between the two variables ($r = -.472, p < .01$). These findings indicate that a higher level of excessive TikTok use is associated with lower psychological well-being among students. Therefore, promoting mindful and balanced social media use is essential for maintaining the psychological well-being of university students

Keywords: excessive use of TikTok, psychological well-being, university students, emerging adulthood