



Pengaruh Antara Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Tingkat Stress Mahasiswa UIN SU Medan

Nursapiah Harahap¹, Ganis Filma Afilika², Annisa Tri Septiani³, Fajar Wira Aqmalsah⁴, M. Akmal Suhandi⁵, Lia Zuraida⁶, Nur'aida Nabila⁷, Khairunnisa⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia
Jl. William Iskandar Psr. V, Medan Estate, Sumatera Utara 20371

Email: nursapiaharahap@uinsu.ac.id¹, ganisganis643@gmail.com²,
annisatriseptiani16@gmail.com³, fajarwiraaqmalsah@gmail.com⁴,
muhakmalsuhandi@gmail.com⁵, liazuraidah45@gmail.com⁶,
nuraidanabila2022@gmail.com⁷, nisasebayang6@gmail.com⁸

Corresponding Author: Nursapiah Harahap

Abstrak

Penelitian ini menjelaskan temuan penelitian lapangan yang dilakukan untuk mengevaluasi penggunaan media sosial TikTok oleh mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UIN SU) dan dampaknya terhadap tingkat stres mereka. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, dengan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara terstruktur. Wawancara dengan mahasiswa UIN SU Medan mengungkapkan bahwa TikTok banyak digunakan untuk hiburan, hubungan sosial, dan ekspresi kreatif. Mahasiswa sering menonton dan membuat materi TikTok, mulai dari yang lucu hingga yang bersifat instruksional. Selain itu, TikTok digunakan untuk mempelajari tren terkini dan saran kehidupan siswa. Meski memberikan efek baik seperti menurunkan stres, penggunaan TikTok berlebihan juga dapat mengganggu tidur dan perhatian akademis. Penelitian ini juga menemukan bahwa intensitas penggunaan TikTok oleh mahasiswa UIN SU Medan dapat berdampak pada kesehatan mentalnya. Berdasarkan wawancara dengan responden, meskipun TikTok memberikan kesenangan dan melepaskan diri dari ketegangan akademis, penggunaan yang berlebihan dapat menimbulkan tekanan sosial dan berdampak negatif pada prestasi akademik. Siswa memahami pentingnya manajemen waktu dan penggunaan yang bijaksana dalam menjaga keseimbangan antara aktivitas online dan kehidupan nyata. Kesimpulannya, penelitian ini menekankan kompleksitas penggunaan TikTok di kalangan mahasiswa sebagai bagian dari kehidupan digital mereka, yang memiliki konsekuensi terhadap kesehatan mental dan pola perilaku akademis yang memerlukan penyelidikan tambahan dalam konteks pendidikan tinggi.

Kata Kunci: Media Sosial Tiktok, Stress, Mahasiswa

Abstract

This study describes the findings of field research conducted to evaluate the use of social media TikTok by students at Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UIN SU) and its impact on their stress levels. This study takes a descriptive qualitative method, with data gathered through observation and structured interviews. Interviews with UIN SU Medan students revealed that TikTok is widely utilized for entertainment, social connection, and creative expression. College students frequently watch and create TikTok material, which ranges from humorous to instructional. Aside from that, TikTok is used to learn about the current trends and student-life suggestions. Despite providing good effects such as lowering stress, excessive TikTok use can also interfere with sleep and academic attention. This study also found that the intensity with which UIN SU Medan students use TikTok can have an impact on their mental health. According to interviews with respondents, while TikTok provides enjoyment and a break from academic strain, excessive use can lead to social pressure and negatively impact academic achievement. Students understand the importance of time management and judicious use in maintaining a balance between online and real-life activities. In conclusion, this study emphasizes the complexities of TikTok use among university students as part of their digital lives, with consequences for mental health and academic behaviour patterns that require additional investigation in the context of higher education.

Keywords: Tiktok Social Media, Stress, Students

PENDAHULUAN

Di era globalisasi ini, teknologi terus berkembang, seiring dengan perkembangan teknologi komunikasi dan internet, membuat kehidupan sehari-hari menjadi lebih mudah, produktif, dan efisien. Internet mempunyai dampak menguntungkan dan merugikan bagi kehidupan manusia (Azka et al., 2018). Pengguna internet global kini berjumlah 4,66 miliar, atau mencakup 59,5% dari populasi dunia yang berjumlah 7,83 miliar. Menurut Hootsuite (We Are Social), pengguna internet di Indonesia telah mencapai 202,6 juta orang atau 73,7% dari total populasi 274,9 juta orang, dengan kenaikan 15,5% atau 27 juta orang dari Januari 2020 hingga Januari 2021. 195,3 juta orang, atau 96,4%, menggunakan ponsel pintar untuk mengakses internet (We Are Social & Hootsuite, 2021).

Salah satu media sosial yang paling umum adalah salah satu layanan internet yang paling sering digunakan. Media sosial adalah saluran komunikasi digital di mana siapa pun dapat membuat atau berlangganan materi dan informasi. Platform media sosial populer termasuk Facebook, WhatsApp, Instagram, YouTube, Twitter, dan Telegram (Riaz dkk., 2018). Secara global, pengguna aktif media sosial berjumlah 4,20 miliar, terhitung 53,6%.

Individu dapat merasakan reaksi positif di media sosial (Wong et al., 2021), seperti perasaan bahagia ketika banyak orang merespons postingannya dengan like dan komentar, mendapatkan banyak wawasan dari konten yang dilihatnya, dan banyak bertemu dengan orang lain. orang-orang yang memiliki hobi dan minat yang sama, antara lain. Keuntungan menggunakan media sosial antara lain meningkatkan rasa percaya diri, dukungan sosial yang tulus, dan tempat untuk mengekspresikan diri serta lokasi yang aman untuk bereksplorasi dengan identitas. Orang sering kali mencari aktivitas menarik untuk mengurangi ketegangan dan kebosanan setelah bekerja atau belajar online. Salah satu pendekatan coping yang populer adalah dengan menggunakan TikTok (Husodo et al., 2021).

TikTok populer di kalangan anak muda dan orang tua, oleh karena itu TikTok menjadi platform media sosial yang tepat untuk mengisi waktu selama pandemi (Saputra dkk., 2020). Pengguna TikTok dapat menghasilkan materi menggunakan berbagai filter unik dan menarik yang tersedia, memungkinkan mereka membuat film menarik berdurasi 15-60 detik. Pengguna aplikasi TikTok dapat mengekspresikan ide, emosi, dan sentimennya berdasarkan permintaan audiens. Berdasarkan data tahun 2019, sekitar 41% pengguna TikTok berusia 18-24 tahun. TikTok juga digunakan oleh orang lanjut usia, namun dalam jumlah yang lebih sedikit (Saputra dkk., 2020). TikTok dapat membantu mengurangi ketegangan dan kebosanan; 64% peserta mengatakan hal itu membantu mereka bersantai selama pandemi Covid-19. Penggunaan Media Sosial Popularitas TikTok telah meningkat secara substansial sejak awal tahun 2020, dengan remaja dan orang dewasa menghabiskan 4-8 jam per hari di platform tersebut.

Di era digital saat ini, penggunaan media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Salah satu platform media sosial yang paling populer di kalangan remaja dan dewasa muda adalah TikTok. TikTok, yang memungkinkan penggunanya untuk membuat, membagikan, dan menonton video pendek, telah menarik jutaan pengguna aktif di seluruh dunia. Tidak terkecuali di Indonesia, di mana mahasiswa menjadi salah satu kelompok pengguna terbesar platform ini. Meskipun TikTok menawarkan berbagai macam hiburan dan kesempatan untuk berekspresi kreatif, ada kekhawatiran yang meningkat mengenai dampak penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental, terutama tingkat stres di kalangan mahasiswa. Mahasiswa sering menghadapi berbagai tekanan, seperti tuntutan akademis, kebutuhan sosial, serta perubahan dalam kehidupan pribadi dan profesional. Dalam konteks ini, media sosial dapat berperan ganda: sebagai sumber hiburan dan relaksasi, atau sebagai pemicu stres dan kecemasan.

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi hubungan antara penggunaan media sosial TikTok dengan tingkat stres pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UIN SU). Media sosial, khususnya TikTok, telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan mahasiswa yang sering menggunakannya sebagai sumber hiburan dan interaksi sosial. Namun, kehadiran intens media sosial juga dapat mempengaruhi kesehatan mental, termasuk meningkatkan tingkat stres.

Studi ini akan melibatkan survei terhadap mahasiswa UIN SU Medan untuk mengevaluasi pola penggunaan TikTok mereka dan seberapa besar hal ini terkait dengan tingkat stres yang mereka alami. Data yang dikumpulkan akan dianalisis untuk mengetahui apakah ada korelasi antara frekuensi penggunaan TikTok dan tingkat stres yang dialami mahasiswa. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana media sosial, khususnya TikTok, mempengaruhi kesejahteraan mental mahasiswa.

Selain itu, temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar untuk pengembangan strategi manajemen stres yang lebih efektif di lingkungan pendidikan tinggi. Institusi pendidikan dapat menggunakan hasil ini untuk merancang program-program pendukung yang membantu mahasiswa dalam mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

KAJIAN TEORI

1. Pengertian Media Sosial

Media sosial mengacu pada platform online yang memfasilitasi konten buatan pengguna, kolaborasi, dan keterlibatan komunitas, yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan masyarakat dan individu. Platform ini, seperti Facebook, Twitter,

YouTube, dan Pinterest, telah menjadi bagian integral dari komunikasi modern, memungkinkan koneksi, hiburan, dan penyebaran informasi. Pengaruh media sosial meluas ke kesehatan mental, pendidikan, bisnis, dan interaksi sosial, dengan efek positif dan negatif yang diamati. Meskipun meningkatkan peluang belajar, sosialisasi, dan akses ke informasi, itu juga menimbulkan risiko seperti terorisme, kegiatan kriminal, dan masalah kesehatan mental. Memahami sifat multifaset media sosial sangat penting dalam memanfaatkan manfaatnya sambil mengurangi potensi bahaya, menekankan perlunya menyeimbangkan penggunaannya untuk hasil positif. (IBG Purwa, 2022)

2. Pengertian Tiktok

TikTok merupakan aplikasi yang memberikan efek khusus yang unik dan menarik sehingga memungkinkan penggunanya dengan mudah menghasilkan film pendek keren yang mampu menarik perhatian banyak penonton. Film pendek yang dihasilkan dapat dibagikan ke teman media sosial Anda dan pengguna TikTok lainnya. Aplikasi ini juga mendukung berbagai macam musik, memungkinkan penggunanya membuat tarian, video gaya bebas, video unik, dan banyak lagi, mendorong kreativitas mereka untuk menjadi pembuat konten yang biasa dikenal dengan TikTokers. TikToker adalah orang-orang yang membuat video unik di TikTok, membangun banyak pengikut, dan menjadi terkenal karena konten mereka yang inovatif, khas, dan menginspirasi. (Armylia Malimbe dkk, 2021).

Menurut Aji Wisnu Nugroho (2018), TikTok merupakan aplikasi yang menyajikan tayangan spesial yang unik dan menarik. Efek memudahkan pengguna membuat film pendek luar biasa yang dapat menarik perhatian banyak orang. Aplikasi yang dirilis pada September 2016 ini adalah platform jejaring sosial dan video musik Tiongkok. TikTok, yang memungkinkan pengguna membuat film pendek berdurasi hingga tiga menit, populer di berbagai demografi, termasuk orang dewasa, anak-anak, dan remaja. (Erya Fahra Salsabila dkk, 2021).

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dimana dalam penelitian ini didasarkan pada perhitungan data angka-angka secara sistematis untuk menguji kebenaran dan permasalahan dalam penelitian. Tujuan penelitian untuk mengukur penggunaan media sosial TikTok dengan tingkat stres siswa. Untuk mencapai hasil penelitian ini, penulis mencari data di lapangan dengan cara penyebaran kuesioner tertutup untuk memudahkan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti mendapatkan data sebagai berikut:

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Menghabiskan waktu yang banyak di media sosial Tiktok membuat saya merasa lebih stres	Setuju	10	33%
	Tidak Setuju	20	66%
Jumlah		30	100%

1. Item pernyataan “Menghabiskan waktu yang banyak di media sosial Tik-tok membuat saya merasa lebih stress” dengan jumlah responden 30.

Pada item pernyataan ini ditemukan 10 mahasiswa menjawab setuju dan 20 mahasiswa menjawab tidak setuju. Hal ini dapat disimpulkan jika pada item pernyataan ini terdapat 33% setuju jika menghabiskan waktu yang banyak di media sosial Tik-tok membuat responden merasa lebih stress disisi lain 66% mahasiswa tidak merasa demikian.

2. Item Pernyataan “Saya sering merasa tertekan setelah membaca postingan atau komentar di media sosial Tik-tok”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Saya sering merasa tertekan setelah membaca postingan atau komentar di media sosial Tik-tok	Setuju	12	40%
	Tidak Setuju	18	60%
Jumlah		30	100%

Pada item pernyataan ini ditemukan 12 mahasiswa merasa setuju dan 18 lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa 40% mahasiswa setuju dengan statement “Saya sering merasa tertekan setelah membaca postingan atau komentar di media sosial Tik-tok”, sementara 60% lainnya tidak.

3. Item Pernyataan “Saya merasa sulit untuk mengontrol waktu penggunaan media sosial Tik-tok saya”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Saya merasa sulit untuk mengontrol waktu penggunaan media sosial Tik-tok saya	Setuju	16	53%
	Tidak Setuju	14	46%
Jumlah			100%

Pada item pernyataan ini ditemukan 16 mahasiswa setuju dan 14 lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa 53% diantara mahasiswa setuju dengan statement “Pada item pernyataan ini ditemukan” sedangkan 46% lainnya tidak.

4. Item Pernyataan “Interaksi dengan teman-teman di Tik-tok membuat saya merasa lebih santai dan terhubung”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Interaksi dengan teman-teman di Tik-tok membuat saya merasa lebih santai dan terhubung	Setuju	19	63.3%
	Tidak Setuju	11	36.6%
Jumlah		30	100%

Pada item pernyataan “Interaksi dengan teman-teman di Tik-tok membuat saya merasa lebih santai dan terhubung” ditemukan 19 mahasiswa setuju dan 11 lainnya tidak. Hal ini menunjukkan bahwa 63.3% mahasiswa setuju dengan statement “Interaksi dengan teman-teman di Tik-tok membuat saya merasa lebih santai dan terhubung”, sedangkan 36.6% tidak setuju.

5. Item pernyataan “Media sosial Tik-tok membantu saya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik saya”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Media sosial Tik-tok membantu saya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik saya	Setuju	15	50%
	Tidak Setuju	15	50%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table di atas, pada pernyataan “Media sosial Tik-tok membantu saya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik saya” ditemukan 15 mahasiswa setuju dan 15 lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan jika terhadap item pernyataan “Media sosial Tik-tok membantu saya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik saya” terdapat jumlah presentase jawaban yang seimbang yakni 50%:50%.

6. Item Pernyataan “Saya merasa bahwa Tik-tok memengaruhi kualitas tidur saya”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Saya merasa bahwa Tik-tok memengaruhi kualitas tidur saya	Setuju	20	66%
	Tidak Setuju	10	33%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table di atas dapat disimpulkan jika pada item pernyataan “Saya merasa bahwa Tik-tok memengaruhi kualitas tidur saya” terdapat 20 mahasiswa setuju dan 10 mahasiswa lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 66% mahasiswa setuju item pertanyaan “Saya merasa bahwa Tik-tok memengaruhi kualitas tidur saya” sedangkan 33% lainnya tidak.

7. Item pernyataan “Terlalu banyak interaksi di Tik-tok dapat mengganggu fokus saya dalam belajar”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Terlalu banyak interaksi di Tik-tok dapat mengganggu fokus saya dalam belajar	Setuju	21	70%
	Tidak Setuju	9	30%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table di atas, terdapat 21 mahasiswa setuju dan 9 mahasiswa tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 70% mahasiswa setuju dengan item

pertanyaan “Terlalu banyak interaksi di Tik-tok dapat mengganggu fokus saya dalam belajar” sedangkan 30% lainnya tidak setuju.

8. Item pernyataan “Tik-tok sering kali menampilkan konten yang dapat mempengaruhi suasana hati saya,”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Tik-tok sering kali menampilkan konten yang dapat mempengaruhi suasana hati saya	Setuju	23	76.6%
	Tidak Setuju	7	23.3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table diatas, terdapat 23 mahasiswa setuju dan 7 lainnya tidasetuju.hal ini menunjukkan bahwa terdapat 76.6% mahasiswa setuju dengan item pernyataan “Tik-tok sering kali menampilkan konten yang dapat mempengaruhi suasana hati saya” sementara 23.3% lainnya tidak setuju.

9. Item pernyataan “Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain	Setuju	23	76.6%
	Tidak Setuju	7	23.3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table diatas, terdapat 23 mahasiswa setuju dan 7 lainnya tidasetuju. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 76.6% mahasiswa tidak setuju dengan item pernyataan “Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain” sementara 23.3% lainnya setuju.

10. Item pernyataan “Penggunaan Tik-tok memengaruhi hubungan interpersonal saya di luar platfrom tersebut”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Penggunaan Tik-tok memengaruhi hubungan interpersonal saya di luar platfrom tersebut	Setuju	12	40%
	Tidak Setuju	18	60%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table diatas, terdapat 12 mahasiswa setuju sementara 18 lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan jika terdapat 40% mahasiswa setuju dengan item pernyataan “Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain” sedangkan, 60% lainnya tidak setuju.

11. Item pernyataan “Saya merasa cemas ketika tidak dapat mengakses Tik-tok untuk jangka waktu tertentu”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Saya merasa cemas ketika tidak dapat mengakses Tik-tok untuk jangka waktu tertentu	Setuju	17	56.6%
	Tidak Setuju	13	43.3 %
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table diatas, terdapat 17 mahasiswa yang setuju dan 13 lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 56.6% mahasiswa setuju dengan item pernyataan “Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain” sementara 43.3% lainnya tidak.

12. Item pernyataan “Saya sering membandingkan kehidupan saya dengan orang lain yang terlihat di media sosial Tik-tok”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Saya sering membandingkan kehidupan saya dengan orang lain yang terlihat di media sosial Tik-tok	Setuju	15	50%
	Tidak Setuju	15	50%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table di atas, pada pernyataan “Saya sering membandingkan kehidupan saya dengan orang lain yang terlihat di media sosial Tik-tok” ditemukan 15 mahasiswa setuju dan 15 lainnya tidak setuju. Hal ini menunjukkan jika terhadap item pernyataan “Saya sering membandingkan kehidupan saya dengan orang lain yang terlihat di media sosial Tik-tok” terdapat jumlah presentase jawaban yang seimbang yakni 50%:50%

13. Item pernyataan “Saya merasa harus memperbaharui atau memeriksa Tik-tok saya secara berkala”

Item Pernyataan	Alternatif Jawaban	Frequency	Percent %
Saya merasa harus memperbaharui atau memeriksa Tik-tok saya secara berkala	Setuju	22	73.3%
	Tidak Setuju	8	26.6 %
Jumlah		30	100%

Berdasarkan table diatas, terdapat 22 mahasiswa setuju sementara 8 lainnya tidak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 73.3% mahasiswa setuju dengan item pernyataan “Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain” sementara 26.6% lainnya tidak setuju dengan item pernyataan tersebut.

Berdasarkan beberapa item diatas, dapat diketahui jika rata-rata responden setuju terhadap beberapa item, di antaranya adalah:

1. Saya merasa sulit untuk mengontrol waktu penggunaan media sosial Tik-tok saya

2. Interaksi dengan teman-teman di Tik-tok membuat saya merasa lebih santai dan terhubung
3. Saya merasa bahwa Tik-tok memengaruhi kualitas tidur saya
4. Tik-tok sering kali menampilkan konten yang dapat mempengaruhi suasana hati saya
5. Terlalu banyak interaksi di Tik-tok dapat mengganggu fokus saya dalam belajar
6. Saya merasa cemas ketika tidak dapat mengakses Tik-tok untuk jangka waktu tertentu
7. Saya merasa harus memperbaharui atau memeriksa Tik-tok saya secara berkala

Selain itu, terdapat pula item pernyataan dimana rata-rata responden tidak setuju dengan item pernyataan tersebut. Diantaranya adalah:

1. Menghabiskan waktu yang banyak di media sosial Tik-tok membuat saya merasa lebih stress
2. Saya sering merasa tertekan setelah membaca postingan atau komentar di media sosial Tik-tok
3. Penggunaan Tik-tok memengaruhi hubungan interpersonal saya di luar platform tersebut
4. Tik-tok dapat menjadi sumber konflik atau perdebatan dengan orang lain

Selain itu, ditemukan pula item pernyataan dengan rata-rata jawaban sama antara setuju dan tidak setuju dengan perbandingan 50:50. Item pertanyaan tersebut yakni:

1. Media sosial Tik-tok membantu saya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik saya
2. Saya sering membandingkan kehidupan saya dengan orang lain yang terlihat di media sosial Tik-tok

KESIMPULAN

Hasil penelitian mengenai Pengaruh Antara Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Tingkat Stress Mahasiswa UIN SU Medan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Berdasarkan 13 item pernyataan yang diberikan kepada responden, terdapat 7 pernyataan dengan rata-rata responden menjawab setuju dengan rerata prosentasenya adalah 53.86%, 4 pernyataan dengan rata-rata responden menjawab tidak setuju dengan rerata prosentasenya yakni 30.76% serta 2 item pernyataan dengan responden menjawab setuju dan tidak setuju dengan perbandingan 50:50 dengan rerata prosentasenya yakni 15.38%. Sehingga dapat disimpulkan jika media sosial tiktok berpengaruh pada tingkat stress mahasiswa UIN SU Medan.

DAFTAR PUSTAKA

- Armylia Malimbe, et. al. (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)
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.3315>
- Erya Fahra Salsabila, et.a. (2021), Pengaruh Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa SMK PGRI 2 Kediri. *Jurnal Konseling Kearifan Nusantara*, 2 (2)

- Husodo, B. T., Amelia, F. D. T., & Handayani, N. (2021). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Strategi Coping Stres Pada Remaja Di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 327–333.
- IBG Purwa. (2022). Pemanfaatan Media Sosial Menuju Masyarakat Cerdas Berpengetahuan. *Jurnal MSIP*, 2 (2)
- Riaz, F., Ishaq, K., & Abbasi, A. (2018). Influence of Social Media in Developing Social Anxiety: a Study of University Students in Lahore. 8(2), 230–235. www.ijsrp.org
- Saputra, V. R., Dhuatu, C. H., & Giyato, G. (2020). Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Mood Booster (the Usage of Tiktok App To Increase Mood Level). *Indonesian Fun Science Award*, 2(1), 216–226.
- Suharismi Arikunto. (1995), *Dasar – Dasar Research*, Tarsoto:Bandung
- We Are Social, & HootSuite. (2021). *Digital 2021*. In *Global Digital Insights*.
- Wong, A., Ho, S., Olusanya, O., Antonini, M. V., & Lyness, D. (2021). The use of social media and online communications in times of pandemic COVID-19. *Journal of the Intensive Care Society*, 22(3), 255–260. <https://doi.org/10.1177/1751143720966280>
- Wawancara. (2024), Nadia Mahasiswa UIN SU MEDAN
- Wawancara. (2024), Syafa Mahasiswa UIN SU MEDAN
- Wawancara. (2024), Jannah Brutu Mahasiswa UIN SU MEDAN
- Wawancara. (2024), Washilatu Rahmi Mahasiswa UIN SU MEDAN