

Depresi dan Ketidakpuasan Terhadap Penampilan Tubuh di Era TikTok = Depression and Body Dissatisfaction in the TikTok Era

Nathania Suhartono, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920543500&lokasi=lokal>

Abstrak

TikTok adalah sebuah platform yang sedang meledak dalam popularitas. Salah satu fitur yang penting di aplikasi ini, halaman “For you”, telah menarik perhatian dari banyak pengguna harian setiap harinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengamati bagaimana penggunaan TikTok berkorelasi dengan kepuasan tubuh dan gejala depresi. Dengan 381 partisipan, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan TikTok berkorelasi negatif dengan kepuasan badan dan berkorelasi positif dengan gejala depresif. Oleh karena itu, studi ini dapat menjadi dasar untuk menyebarkan pemahaman tentang apa konsekuensi negatif yang berhubungan dengan konsumsi TikTok secara berlebihan. Temuan ini berkontribusi pada semakin banyaknya literatur mengenai implikasi kesehatan mental dari penggunaan media sosial, yang menekankan pada pengelolaan konsumsi digital mereka. Rekomendasi yang dapat diberikan termasuk menerapkan strategi detoks digital dan penetapan batas penggunaan untuk menurunkan dampak negatif dari penggunaan TikTok yang berlebihan. Dengan meningkatkan kesadaran dan mendorong penggunaan yang bertanggung jawab, pengguna TikTok dapat melindungi kesehatan mental mereka dengan lebih baik saat berinteraksi dengan platform media sosial tersebut.

..... TikTok is a platform that is currently exploding in popularity. A prominent feature of the app, the “For you” page, has attracted a lot of daily active users. This research aims to observe how TikTok consumption is correlated with body satisfaction and depressive symptoms. With 381 participants, the study results revealed that TikTok consumption correlated negatively with body satisfaction and correlated positively with depressive symptoms. As such, this study can serve as a basis to spread awareness of the possible negative consequences related with excessive TikTok consumption. These findings contribute to the growing body of literature on the mental health implications of social media use, emphasizing on managing their digital consumption. Recommendations include adopting digital detox strategies and setting usage limits to lower the negative effects of excessive TikTok use. By raising awareness and encouraging responsible usage, TikTok users can better protect their mental health whilst engaging with said social media platform.