



Pengaruh Terpaan Konten Fyp TikTok Terhadap Emosional Gen Z Pada Siswa SMK Al-Muhtadin Depok

Yunita Cahyani¹, Arina Muntazah²

Universitas Bina Sarana Informatika, Fakultas Komunikasi dan Bahasa, Program Studi Ilmu Komunikasi

e-mail : ayunitacahyani126@gmail.com , arina.rtz@bsi.ac.id

Abstract

The development of social media has had a major impact on the behavior and emotional state of Generation Z. TikTok has become one of the most popular platforms, especially through the For Your Page (FYP) feature, which presents algorithm-based content tailored to users' interests. Continuous exposure to FYP content is suspected to influence users' emotional states, such as anxiety, stress, or emotional fatigue. This study aims to determine the influence of TikTok FYP content exposure on the emotions of Gen Z students at SMK Al-Muhtadin Depok. The study uses a quantitative method with a survey approach and is based on the Uses and Gratification theory. A total of 100 respondents were selected using the Slovin formula. Data analysis was carried out using simple linear regression with SPSS. The results show a significant negative influence, with the regression equation $Y = 581.747 - 0.643X$, a correlation coefficient of -0.551 , and a significance value of $0.033 < 0.05$. The coefficient of determination ($R^2 = 0.303$) indicates that 30.3% of emotional changes are influenced by exposure to TikTok FYP content. The significant negative influence means that the more frequently students are exposed to FYP content, the more their emotional state declines, such as increased anxiety and stress. Since the t -value (2.378) $>$ t -table (1.984), the hypothesis is accepted.

Keywords : TikTok, FYP, Emotional

Abstrak

Perkembangan media sosial telah memberikan pengaruh besar terhadap perilaku dan kondisi emosional Generasi Z. TikTok menjadi salah satu platform yang paling diminati, terutama melalui fitur For Your Page (FYP) yang menampilkan konten berbasis algoritma sesuai minat pengguna. Paparan konten FYP secara terus-menerus diduga dapat mempengaruhi kondisi emosional pengguna, seperti kecemasan, stres, atau kelelahan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terpaan konten FYP TikTok terhadap emosional Gen Z pada siswa SMK Al-Muhtadin Depok. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei dan teori yang digunakan adalah Uses and Gratification. Sampel berjumlah 100 responden yang dipilih menggunakan rumus Slovin. Teknik analisis data dilakukan dengan regresi linier sederhana menggunakan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan, dengan persamaan regresi $Y = 581,747 - 0,643X$, koefisien korelasi $-0,551$, dan nilai signifikansi $0,033 < 0,05$. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,303$) menunjukkan bahwa 30,3% perubahan emosional dipengaruhi oleh terpaan konten FYP TikTok. Pengaruh negatif signifikan berarti semakin sering siswa terpapar konten FYP, semakin menurun kondisi emosional mereka, seperti meningkatnya kecemasan dan stres. Karena t hitung ($2,378$) $>$ t tabel ($1,984$), maka hipotesis dinyatakan diterima

Kata Kunci : TikTok, FYP, Emosional

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam pola komunikasi dan interaksi sosial, terutama melalui hadirnya media sosial. Di Indonesia, pengguna media sosial terus meningkat signifikan. Laporan *Digital 2025 Global Overview Report* menunjukkan bahwa pada Januari 2025 terdapat 143 juta pengguna aktif media sosial, atau sekitar 50,2% dari total populasi (Kemp, 2025). Data ini menegaskan bahwa media sosial telah menjadi bagian integral dalam kehidupan masyarakat, khususnya di kalangan generasi muda.

TikTok merupakan salah satu platform yang paling digemari Generasi Z. Keunggulannya terletak pada fitur *For Your Page* (FYP) yang menyajikan konten berdasarkan algoritma sesuai preferensi pengguna. Fitur ini memberikan pengalaman personal, namun di sisi lain berpotensi menimbulkan dampak psikologis. Paparan konten FYP secara berulang dapat memunculkan perasaan cemas, stres, bahkan menurunkan kestabilan emosi apabila tidak dikendalikan dengan baik (Rahmad Nur Munthe, 2025; Faisyaroh, 2024). Validasi sosial berupa jumlah suka, komentar, dan interaksi juga memengaruhi keseimbangan emosional, menjadikan media sosial tidak hanya sebagai sarana hiburan, tetapi juga sumber tekanan psikologis.

Generasi Z merupakan kelompok pengguna terbesar TikTok dengan tingkat aktivitas yang tinggi. Hampir seluruh Gen Z menggunakan media sosial setiap hari, dan TikTok menjadi salah satu aplikasi dominan di kalangan pelajar. Siswa SMK Al-Muhtadin Depok termasuk dalam kategori ini, dengan akses internet yang luas serta intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. Kondisi tersebut menjadikan mereka kelompok yang rentan terhadap perubahan emosional akibat terpaan konten FYP TikTok.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis sejauh mana terpaan konten FYP TikTok berpengaruh terhadap kondisi emosional Generasi Z, khususnya siswa SMK Al-Muhtadin Depok. Fokus penelitian diarahkan pada hubungan antara intensitas paparan konten FYP dengan perubahan emosional, baik yang bersifat positif maupun negatif, sehingga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan literasi digital dan kesehatan mental remaja.

KAJIAN TEORITIS

Terpaan Media

Terpaan media didefinisikan sebagai intensitas keterpaparan individu terhadap pesan media, baik dalam frekuensi, durasi, maupun atensi (Effendy, 2003; Rakhmat, 2009). Terpaan yang tinggi dapat menimbulkan efek kognitif, afektif, dan perilaku. Dalam penelitian ini, terpaan konten FYP TikTok diukur melalui durasi menonton, jenis konten yang dikonsumsi, serta atensi pengguna (Severin & Tankard, 2014).

H1 : Terdapat pengaruh signifikan antara terpaan konten FYP TikTok terhadap emosional gen z.

Emosional

Emosional merujuk pada kondisi perasaan yang dipengaruhi faktor biologis dan psikologis. Lazarus (1991) mengklasifikasikan emosi ke dalam beberapa dimensi, seperti stabilitas emosi (*mood swing*), perasaan negatif (cemas, stres), dan perasaan positif (bahagia, motivasi). Media sosial, melalui konten yang dikonsumsi, dapat memicu reaksi emosional yang beragam, baik positif maupun negatif.

H2 : Jenis konten (hiburan, edukasi, negatif) memiliki dampak yang berbeda terhadap kondisi emosional.

Uses and Effects

Teori *Uses and Effects* dikemukakan oleh Sven Windahl sebagai sintesis dari teori *Uses and Gratifications* dan teori efek media. Teori ini menekankan bahwa penggunaan media oleh khalayak dapat menimbulkan efek tertentu, baik kognitif, afektif, maupun perilaku. Dengan demikian, konten FYP TikTok yang digunakan oleh Generasi Z berpotensi memunculkan efek emosional sesuai dengan intensitas dan jenis paparan konten yang mereka terima.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan paradigma positivistik dengan metode kuantitatif. Desain penelitian berupa survei deskriptif analitik yang bertujuan mengetahui pengaruh variabel independen (terpaan konten FYP TikTok) terhadap variabel dependen (emosional Gen Z). Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMK Al-Muhtadin Depok berjumlah 130 orang. Penentuan sampel dilakukan dengan rumus Slovin pada tingkat kesalahan 5%, sehingga

diperoleh 100 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan skala Likert lima poin, mulai dari sangat setuju (5) hingga sangat tidak setuju (1).

$$N = \frac{130}{1+130 (0,05^2)}$$

$$n = \frac{130}{1 + 130 (0,0025)}$$

$$n = \frac{130}{1+0,325}$$

$$n = 98,11$$

Variabel independen (X) terdiri atas tiga dimensi: durasi, jenis konten, dan atensi (Severin & Tankard, 2014). Variabel dependen (Y) yaitu emosional Gen Z, diukur melalui dimensi stabilitas emosi (mood swing), perasaan negatif, dan perasaan positif (Lazarus, 1991). Data dianalisis menggunakan uji validitas, reliabilitas, regresi linier sederhana, uji t, serta koefisien determinasi melalui SPSS versi 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Korelasi

Metode *Pearson Product Moment* dan program *IBM SPSS 25 for Windows* digunakan untuk menguji korelasi dalam penelitian ini. Pengujian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa kuat atau kuat hubungan antara dua variabel: variabel X, yang dikenal sebagai konten FYP TikTok, dan variabel Y, yang dikenal sebagai Gen Z emosional. Hasil uji korelasi peneliti adalah sebagai berikut:

Correlations			
		Terpan Konten FYP	Emosional Gen Z
	Pearson Correlation	1	-.551*

Terpaan Konten FYP	Sig. (2-tailed)		.033
	N	15	15
Emosional Gen Z	Pearson Correlation	-.551*	1
	Sig. (2-tailed)	.033	
	N	15	15
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

1. Hubungan yang signifikan antara variabel X (terpaan konten FYP TikTok) dan variabel Y (emosional Gen Z) ditunjukkan dengan signifikansi (sig.) 0,033, di bawah batas signifikansi 0,05.
2. Pedoman interpretasi derajat hubungan menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang, dengan nilai koefisien korelasi 0,551. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterkaitan antara terpaan konten FYP TikTok dan emosional Gen Z termasuk dalam kategori hubungan sedang.

Uji Regresi Linier Sederhana

Uji regresi linier sederhana dilakukan dalam penelitian ini menggunakan IBM SPSS 25 for Window. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	581.747	97.433		971	000

	Terpaan Konten FYP	-.643	.270	-.551	.378	033
a. Dependent Variable: Emosional Gen Z						

Dari Nilai konstanta (α) adalah 581,747 dan koefisien regresi (α) adalah -.643, berdasarkan tabel di atas. Karena nilai α menunjukkan arah peningkatan, koefisien ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satuan pada variabel X akan diikuti oleh perubahan rata-rata sebesar -.643 pada variabel Y.

Uji Koefisien Determinasi

Uji Determinasi (Uji R^2) berguna untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel terpaan konten FYP TikTok (X) terhadap variabel emosional Gen Z (Y). Hasil uji koefisien determinasi peneliti adalah sebagai berikut:

Model Summary				
model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.551 ^a	.303	.250	39.297
a. Predictors: (Constant), Terpaan Konten FYP				

Koefisien determinasi, atau nilai R Square, adalah 0,303, seperti yang ditunjukkan oleh data di atas. Hal ini dapat dianggap sebagai kontribusi sebesar 30,3% dari variabel terpaan konten FYP TikTok (X) terhadap variabel emosional Gen Z (Y). Dengan kata lain, terpaan konten FYP TikTok bertanggung jawab atas 30,3% perubahan emosional Gen Z, dan komponen tambahan yang tidak dibahas dalam penelitian ini bertanggung jawab atas 69,7% perubahan emosional terakhir

Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H1 = tidak adanya pengaruh terpaan konten fyp tiktok terhadap emosional gen z.

Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	sig.

		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	581.747	97.433		971	000
	Terpaan Konten FYP	-.643	.270	-.551	.378	.033

a. Dependent Variable: Emosional Gen Z

H1 = adanya pengaruh terpaan konten fyp tiktok terhadap emosional gen z.

Dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

1. Apabila nilai sig. < 0, 05 maka H0 ditolak dan Ha diterima.
2. Apabila nilai sig. > 0,05 maka H0 diterima dan Ha ditolak.

Pada Hasil tabel menunjukkan uji signifikan antara terpaan konten fyp tiktok (X) dan emosional gen z (Y), yang menghasilkan nilai thitung 2,378 . Uji hipotesis dilakukan dengan membandingkan nilai t tabel dengan t hitung. Untuk mengetahui T tabel dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$df = n - f$$

keterangan:

$$= 100 - 2 = 98$$

Dalam hal ini, n merupakan jumlah responden dan f adalah jumlah variabel yang dianalisis. Dengan demikian, nilai t tabel pada derajat kebebasan (df) 98 dan taraf signifikansi 0,05 ditentukan sebesar 1,984. Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui bahwa nilai t hitung sebesar 2,378, yang lebih besar dari nilai t tabel ($2,378 > 1,984$).

Hal ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan layak untuk memprediksi pengaruh terpaan konten FYP TikTok terhadap emosional Gen Z. Hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara terpaan konten FYP TikTok terhadap emosional Gen Z.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif signifikan antara terpaan konten FYP TikTok terhadap emosional Gen Z pada siswa SMK Al-Muhtadin Depok. Semakin sering siswa terpapar konten FYP TikTok, semakin menurun kondisi emosional mereka,

seperti meningkatnya kecemasan dan stres. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran generasi muda untuk menggunakan media sosial secara bijak, serta menjadi masukan bagi orang tua dan pendidik dalam membimbing remaja menghadapi dampak digital.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap emosional Gen Z, seperti dukungan sosial, kondisi lingkungan, serta jenis konten spesifik yang paling berpengaruh. Dengan demikian, hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Effendy, O. U. (2003). *Ilmu, Teori dan Filsafat Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Faisyaroh. (2024). Ketergantungan digital pada remaja pengguna TikTok. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(2), 101–112.
- Kemp, S. (2025). *Digital 2025: Global Overview Report*. We Are Social & Meltwater. Retrieved from <https://datareportal.com>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Munthe, R. N. (2025). Algoritma TikTok dan dampak emosional Generasi Z. *Jurnal Psikologi Komunikasi*, 9(1), 88–97.
- Rakhmat, J. (2009). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ramby, A. (2022). Analisis algoritma TikTok dalam penyajian konten FYP. *Jurnal Media dan Komunikasi*, 4(2), 133–142.
- Severin, W. J., & Tankard, J. W. (2014). *Communication Theories: Origins, Methods, and Uses in the Mass Media* (5th ed.). New York: Longman.
- Kamal, A. (2025). Inovasi media digital dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Sinergi: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(1), 1–11. Retrieved from <https://publikasi.ahlalkamal.com/index.php/sinergi/article/view/2>
- Windahl, S. (1981). *Uses and Effects of Mass Media*. London: Academic Press.