

## Dampak Tiktok Terhadap Gaya Hidup Remaja Perempuan

**Risky Azizah**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

E-mail: [riskyazizah16@gmail.com](mailto:riskyazizah16@gmail.com)

**Revina Sinta Ananda**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

E-mail: [pinaananda784@gmail.com](mailto:pinaananda784@gmail.com)

**Andhita Risko Faristiana**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

E-mail: [andhitarisko@iainponorogo.ac.id](mailto:andhitarisko@iainponorogo.ac.id)

**Abstrak** Era globalisasi artinya era dimana teknologi mengalami perkembangan yang begitu pesat. Perkembangan yang dapat dirasakan oleh masyarakat di berbagai belahan dunia yaitu teknologi informasi dan komunikasi. Pesatnya perkembangan era globalisasi ini juga berdampak pada pesatnya perkembangan media sosial yang memiliki berbagai keunggulan dan fitur yang berbeda. Salah satunya adalah media sosial TikTok. Ketertarikan para remaja dalam menggunakan media sosial TikTok menyebabkan para remaja ini semakin banyak berbondong-bondong untuk berbagi hal-hal yang penting dan tidak penting seperti saling berbagi berita terbaru sedangkan hal-hal yang tidak penting seperti terjadinya rasisme atau penistaan agama antara manusia sampai pada kasus pembullying. Berdasarkan latar belakang di atas, penulis ingin membahas apa saja dampak media sosial TikTok terhadap perilaku remaja di era globalisasi. Disini penulis menggunakan metode kualitatif dimana melakukan studi pustaka terhadap beberapa jurnal.

**Kata Kunci** : Remaja, Teknologi, TikTok

**Abstract** The era of globalization means an era where technology is experiencing rapid development. Developments that can be felt by people in various parts of the world are information and communication technology. The rapid development of this globalization era also has an impact on the rapid development of social media which has various advantages and different features. One of them is social media TikTok. The interest of teenagers in using social media TikTok has caused these teenagers to flock more and more to share important and unimportant things such as sharing the latest news with each other while things that are not important such as the occurrence of racism or blasphemy between humans to cases of bullying. Based on the background above, the author wants to discuss what are the impacts of social media TikTok on adolescent behavior in the era of globalization. Here the author uses a qualitative method which conducts a literature study of several journals.

**Keywords:** *Teens, Technology, TikTok*

## **PENDAHULUAN**

<sup>1</sup>Remaja menurut Menurut WHO, usia 10-19 tahun tergolong ke dalam usia remaja (World Health Organization, 2018), dan merupakan kelompok penduduk Indonesia dengan jumlah yang cukup besar (hampir 20% dari jumlah penduduk). Menurut penjelasan Menteri Kesehatan, masa remaja melibatkan proses yang disebut dengan pertumbuhan cepat atau "growth spurt," serta memasuki masa pubertas. Pada tahap ini, terjadi pertumbuhan fisik yang disertai dengan perkembangan mental-kognitif, psikis, dan tumbuh kembang fungsi reproduksi yang mengatur seksualitas. Menteri Kesehatan mengungkapkan bahwa meskipun masa remaja sering dianggap sebagai periode kehidupan yang paling sehat, pertumbuhan fisik pada remaja tidak selalu sejalan dengan kematangan kemampuan berpikir dan emosional. Selain itu, masa remaja juga melibatkan proses pengenalan jati diri, dan kegagalan dalam proses ini dapat menyebabkan berbagai masalah.

Masa remaja bisa dianggap sebagai periode transisi yang tidak terputus atau berubah secara drastis dari masa sebelumnya, melainkan sebagai peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, pengalaman sebelumnya akan mempengaruhi masa sekarang dan masa mendatang. Ketika anak-anak memasuki masa remaja, mereka harus meninggalkan hal-hal yang terkait dengan masa kanak-kanak dan belajar mengadopsi pola perilaku dan sikap yang baru untuk menggantikan yang telah ditinggalkan. Remaja atau generasi muda adalah penerus bangsa yang akan membentuk masa depan kehidupan dan berperan dalam mewujudkan kedamaian serta kesejahteraan umat manusia di bumi. Jika generasi ini mengalami kerusakan, maka secara otomatis bangsa juga akan mengalami kerusakan. Oleh karena itu, untuk mewujudkan aspirasi kehidupan berbangsa dan bernegara, penting untuk mencetak generasi yang berkualitas sesuai harapan bangsa dan negara. Namun, disayangkan bahwa banyak remaja atau generasi

---

<sup>1</sup> "jurnal umur remaja menurut who - Penelusuran Google," 2.

muda saat ini juga menghadapi berbagai permasalahan. Perkembangan sosial dan kepribadian remaja akan mempengaruhi cara mereka merespons pengetahuan dan pengalaman yang mereka hadapi.

Harus diakui, di jaman sekarang manusia mau tidak mau harus mengikuti perkembangan yang telah ada. Jika tidak, mereka juga akan ketinggalan informasi dan mungkin juga akan terkucilkan atau teralienasi oleh keadaan. Akan tetapi jika pemakai teknologi tidak memaksimalkan fungsionalitas dan memakainya tidak sesuai dengan kebutuhan, maka kinerjanya tidak akan efektif. Dengan semakin canggihnya teknologi. Kemajuan teknologi komunikasi seperti telepon genggam, televisi, radio dan internet tidak bisa kita hindari dalam kehidupan ini, karena kemajuan teknologi berjalan sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan.

Kemajuan teknologi komunikasi apabila dilihat dari sisi positif memberikan dampak yang baik seperti memudahkan manusia untuk berinteraksi antara satu dengan yang lain tanpa bertatap muka, memudahkan manusia untuk melakukan aktivitasnya sehari-hari, dan memudahkan manusia untuk memperoleh informasi yang dibutuhkannya. Mudahnnya informasi yang diperoleh oleh masyarakat ini dapat mempengaruhi cara pandang, gaya hidup serta budaya dalam suatu masyarakat tertentu.

TikTok, sebagai sebuah platform sosial yang sering digunakan oleh generasi muda untuk berkomunikasi dan mengakses informasi dari seluruh dunia, memiliki dampak signifikan terhadap remaja, terutama dalam hal perilaku dan pola pikir. Penggunaan TikTok dapat mengubah remaja dalam kehidupan sehari-hari mereka, mempengaruhi cara mereka berbicara dan berekspresi tanpa batasan, serta menghilangkan nilai-nilai kesopanan dan rasa malu yang sebelumnya ada dalam budaya mereka.

Selain menghilangkan nilai-nilai sopan santun dan rasa malu, TikTok juga mendorong remaja untuk aktif membagikan kehidupan sehari-hari mereka melalui video di platform tersebut. Namun, hal ini mencerminkan kurangnya kejujuran karakter remaja, karena apa yang mereka tampilkan di media sosial sering kali berbeda dengan kehidupan sebenarnya. Meskipun demikian, TikTok juga memiliki sisi positif, di mana banyak remaja yang menggunakan aplikasi ini untuk

belajar. Konten di TikTok mencakup berbagai materi pendidikan yang dibagikan oleh para pembuat konten yang ahli di bidangnya. Oleh karena itu, pengaruh TikTok terhadap karakter remaja tidak dapat diabaikan, karena platform ini berperan dalam membentuk kepribadian mereka. Dalam pembentukan karakter remaja lewat media sosial TikTok dan menghasilkan sebuah karakter yang positif dan negatif. Hal ini diakibatkan remaja yang tidak mampu memilah sebuah konten untuk dijadikan sebuah tontonan dan bahkan tidak sedikit dari banyak remaja mengikuti konten tersebut bahkan mempraktikannya dengan mengekspresikan dirinya. Dari peristiwa TikTok yang mampu mempengaruhi remaja dan pembentukan karakter lewat sosial media TikTok ini bukanlah hal sepele bisa dianggap dampak yang dihasilkan sangatlah buruk ketika pembentukan karakter melalui sosial media TikTok ini mengarah pada hal yang negatif. Remaja sebagai generasi penerus yang wajib diwaspadai terpengaruh dengan pembentukan karakter buruk melalui TikTok. Pemerintah juga sebagai salah satu wadah harus siaga dan waspada akan munculnya dampak dilingkungan remaja.

Khususnya pada remaja perempuan sebagai penikmat maupun pengguna dari aplikasi TikTok. Dari konten-konten yang dilihat tersebut remaja perempuan seringkali terpengaruh dengan konten creator atau influencer yang mempromosikan suatu barang kemudian muncul rasa keinginan untuk membelinya. Bahkan meniru atau mengikuti trend yang sedang viral, yang mana tidak mempertimbangkan dampaknya apakah yang dipublish tersebut menyimpang dari agama maupun sosial. Oleh karena itu, pentingnya pengawasan orang tua terhadap anaknya dalam penggunaan media sosial. Namun pengaruh gaya hidup remaja perempuan tidak hanya berdampak buruk saja, banyak hal positif dan manfaat yang didapat dari aplikasi TikTok. Baik sebagai edukasi, tutorial maupun kajian.

## **METODE PENELITIAN**

Metode merujuk pada sebuah pendekatan atau langkah-langkah yang digunakan untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam jurnal ini, digunakan metode kualitatif

yang merupakan pendekatan yang lebih condong pada analisis dan deskripsi. Terdapat beberapa jenis metode kualitatif yang tersedia, dan penulis memilih salah satunya, yakni metode kualitatif studi dokumen/teks (document study). Metode ini memberikan penekanan dan fokus pada analisis dan interpretasi bahan tertulis yang ada, yang sesuai dengan konteks yang akan dijelaskan. Materi yang digunakan dalam penelitian ini meliputi artikel dan jurnal yang telah dipublikasikan.

## **PEMBAHASAN**

### **Peran TikTok dalam Kehidupan Remaja Perempuan**

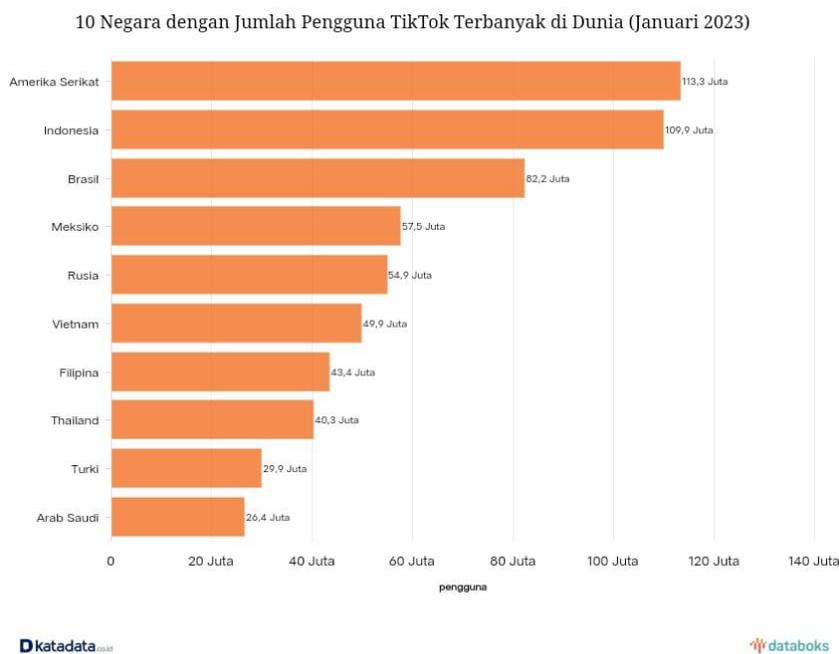
<sup>2</sup>Awal mulanya TikTok diluncurkan dengan nama douyin oleh perusahaan asal Tiongkok, China, ByteDance. Douyin dalam sejarahnya telah mencapai 100 juta pengguna hanya dalam kurun waktu satu tahun dan 1 milyar penayangan setiap harinya. popularitas douyin membuat aplikasi ini mengalami perkembangan untuk bisa digunakan oleh masyarakat luar cina dengan nama TikTok. Di indonesia hadirnya TikTok dimulai september 2017, kehadiran TikTok di Indonesia diterima sangat baik terutama kalangan para remaja.

Dari beberapa media sosial yang kita gunakan, penggunaan aplikasi TikTok yang paling banyak digandrungi oleh masyarakat karena praktis dan mudah dalam penggunaannya. Dari data dibawah pada Januari 2023, Indonesia menempati peringkat kedua mencapai angka 109,9 juta setelah Amerika Serikat dari jumlah pengguna TikTok dari berbagai dunia.

---

<sup>2</sup> "Media Sosial 'TikTok' Dan Pembentukan Karakter Remaja.," 3.

## Dampak Tiktok Terhadap Gaya Hidup Remaja Perempuan



Masa pandemi virus corona yang melanda pada awal tahun 2020 telah berdampak pada aktivitas serta interaksi masyarakat. Masyarakat diwajibkan untuk berada di rumah guna melakukan pembatasan sosial. Pembatasan tersebut mengakibatkan peningkatan terhadap intensitas penggunaan media sosial salah satunya media TikTok. Aplikasi pembuat video pendek yang berasal dari Republik Rakyat Tiongkok (RRT) ini menunjukkan peningkatan penggunaan yang signifikan di beberapa negara termasuk Indonesia.

<sup>3</sup>Masa pandemi virus corona yang melanda di tahun baru 2020 berdampak besar pada aktivitas serta interaksi warga. Sehingga masyarakat diharuskan berada di rumah guna melakukan pembatasan sosial (Social Distancing). Pembatasan tersebut menyebabkan peningkatan terhadap intensitas penggunaan media sosial TikTok. Perangkat lunak yang berasal dari Republik Rakyat Tiongkok (RRT) dengan produsen video yang berdurasi pendek ini memberikan peningkatan penggunaan yang signifikan pada beberapa negara termasuk Indonesia.

Setelah penulis melakukan wawancara kepada narasumber yang berumur 18 tahun, dapat disimpulkan bahwa alasan menggunakan aplikasi TikTok adalah

<sup>3</sup> Massie, "Kehadiran TikTok Di Masa Pandemi (The Presence of TikTok in the Pandemic)," 6.

untuk mencari hiburan karena pada saat pandemi sering berada di rumah, sehingga untuk menghilangkan rasa bosan remaja tersebut lebih sering menggunakan aplikasi TikTok sampai sekarang. Seiring berkembangnya zaman, kini TikTok banyak mengeluarkan banyak fitur seperti penambahan musik, filter pada video, filter *sticker* dan efek video, filter *voice changer*, filter *beautify*, filter *auto caption*, dan fitur komen pada dasarnya aplikasi TikTok dibuat agar seseorang dapat bebas membuat konten dan berekspresi sesuai dengan apa yang disukai.<sup>4</sup>

### Demografi usia dunia TikTok 2022 (%)

Kelompok usia	Persentase pengguna
13-17	14.4
18-24	34.9
25-34	28.2
35-44	12.8
45-54	6.3
55+	3.4

Catatan: Demografi masing-masing negara tersedia di [Laporan TikTok](#). Sumber: [App Ape](#)

Demam TikTok saat ini sedang mencuri perhatian banyak orang, terutama remaja yang sedang dalam fase perkembangan menuju kedewasaan. Aplikasi TikTok menampilkan berbagai video dengan musik yang menarik dan kalimat-kalimat yang mengundang rasa penasaran serta menghibur para penggunanya. Di dalam aplikasi ini, tersedia beragam jenis video, mulai dari yang lucu, berita terkini, hingga beberapa konten yang terkadang melanggar norma-norma hukum atau nilai-nilai manusia.

---

<sup>4</sup> "Kustiawan, Winda, dkk. (2022). 'Dampak Media Sosial TikTok terhadap Perilaku Remaja pada Era Globalisasi'. JIKEM: Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi dan Manajemen, 2(1), 2110 - Penelusuran Google," 7.

Ekspresi Kreativitas TikTok menyediakan platform di mana remaja perempuan dapat mengekspresikan kreativitas mereka melalui video pendek. Mereka dapat membuat konten yang unik, menari, menyanyi, berakting, atau menunjukkan bakat lainnya. Ini dapat memberikan kesempatan bagi remaja perempuan untuk mengasah keterampilan mereka, menemukan minat baru, dan merasa dihargai untuk ekspresi kreatif mereka. Membangun Komunitas TikTok adalah tempat di mana remaja perempuan dapat terhubung dengan orang lain yang memiliki minat yang sama. Mereka dapat bergabung dalam kelompok atau komunitas dengan hobi atau minat yang serupa, dan berinteraksi dengan pengguna lain melalui kolaborasi atau komentar. Ini dapat membantu remaja perempuan merasa diterima, mendapatkan dukungan, dan mengembangkan hubungan sosial positif. Sumber Inspirasi TikTok adalah sumber inspirasi yang melimpah bagi remaja perempuan. Mereka dapat menemukan tren terbaru dalam mode, kecantikan, seni, atau gaya hidup yang dapat menginspirasi mereka untuk mencoba hal-hal baru. Konten TikTok juga dapat memberikan inspirasi dalam hal keberagaman, inklusi, kemandirian, dan pemecahan masalah. Pembelajaran dan Informasi: TikTok juga dapat berperan sebagai platform pembelajaran. Banyak konten TikTok berfokus pada topik-topik pendidikan, kesehatan mental, keuangan, sains, dan banyak lagi. Remaja perempuan dapat memanfaatkan konten ini untuk memperluas pengetahuan mereka, mendapatkan wawasan baru, atau bahkan mempelajari keterampilan baru. Pengaruh Terhadap Kesehatan Mental: Sementara TikTok dapat menjadi sumber inspirasi dan kegembiraan, penggunaan yang berlebihan atau paparan terhadap tren yang tidak realistis juga dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan mental remaja perempuan. Mereka mungkin merasa tertekan untuk memenuhi standar kecantikan yang tidak realistis, merasa kurang dihargai jika video mereka tidak mendapatkan pengakuan yang cukup, atau mengalami perundungan online.

Sebagian besar remaja menggunakan aplikasi TikTok untuk menghilangkan rasa bosan atau penat serta sebagai hiburan di waktu luang. Dengan adanya berbagai fitur dalam aplikasi TikTok memudahkan bagi remaja dalam mengeksplorasi diri dan mengekspresikan diri melalui membuat video

maupun melihat video-video TikTok yang muncul berdasarkan algoritme yang diinginkan.

### **Dampak TikTok Terhadap Gaya Hidup Remaja Perempuan**

Berdasarkan data penelitian pengguna TikTok mayoritas adalah perempuan. Hal ini menunjukkan perempuan lebih aktif dalam penggunaan aplikasi TikTok dikarenakan banyaknya trend yang lebih condong mengarah ke gaya hidup perempuan.

### **Demografi gender dunia TikTok 2022 (%)**

Jenis kelamin	Persentase pengguna
Pria	43%
Perempuan	55%
Lainnya	2%

Sumber: [App Ape](#), [Bloomberg](#)

Tentunya pada era globalisasi ini, remaja perempuan lebih banyak menghabiskan waktunya di dalam media sosial, terkhusus media sosial TikTok. Penggunaan ini bukanlah penggunaan sebentar, melainkan mereka bisa menghabiskan waktu seharian hanya untuk melihat atau menonton video yang ada di TikTok. Hal itu berdampak pada perubahan sosial pada remaja tersebut yang sudah kecanduan oleh aplikasi TikTok. Bahkan video yang disajikan dalam aplikasi tersebut yang hanya berdurasi pendek membuat remaja perempuan tidak gampang bosan karena banyak konten yang menarik dan menghibur.

Banyaknya content creator TikTok yang meniru gaya orang Barat baik secara gaya bahasa maupun pakaiannya menggunakan baju-baju sexy serta berjoget dengan gerakan yang tidak pantas dan terlihat erotis yang bahkan dijadikan

sebuah trend.<sup>5</sup> Sehingga banyak orang yang ikut melakukan hal tersebut demi mengikuti trend yang ada dan mendapat pengakuan dari para pengguna social media lainnya terutama pengguna sosial media TikTok. Tidak hanya trend berjoget, pada aplikasi TikTok juga banyak konten ‘racun’ yang banyak di minati remaja. Konten ‘racun’ ini adalah konten dimana para influencer merekomendasikan barang-barang yang menurutnya bagus sehingga menarik perhatian terutama pada remaja perempuan yang gampang tergiur oleh produk bagus dan murah setelah melihat konten review di aplikasi TikTok berupa barang – barang yang disukai dan dibutuhkan. Sehingga dorongan tersebut berubah menjadi aksi dan menjadi suatu rutinitas untuk membeli barang secara online. Konten ini juga diperkuat dengan adanya program affiliate. Program affiliate fitur yang bisa dimanfaatkan pengguna untuk memasarkan berbagai produk melalui konten video. Hal tersebut juga memicu terjadinya perubahan gaya hidup yang konsumtif kepada remaja.

Remaja perempuan lebih memilih belanja secara online dikarenakan efisiensi dan perbandingan harga yang murah dibandingkan berbelanja di toko secara langsung. Efisiensi waktu dan kemudahan yang dimaksud berupa adanya fitur pembayaran secara virtual dan adanya ekspedisi untuk pengiriman. Perubahan perilaku merupakan sebuah respon karena adanya pengaruh dari luar. Perubahan perilaku pada remaja Perempuan banyak disebabkan oleh faktor dari luar yang dijadikan contoh kemudian diterapkan dalam kesehariannya. Pada penggunaan TikTok, remaja terlalu banyak berkomunikasi di dunia maya. Situs jejaring sosial akan membuat remaja lebih mementingkan diri sendiri. Mereka menjadi tidak sadar akan lingkungan di sekitar mereka, karena kebanyakan menghabiskan waktu di internet. Hal ini dapat mengakibatkan menjadi kurang berempati di dunia nyata. Bagi anak dan remaja, tidak ada aturan ejaan dan tata bahasa di situs jejaring sosial. Hal ini membuat mereka semakin sulit untuk membedakan antara berkomunikasi di situs jejaring sosial dan di dunia nyata.

---

<sup>5</sup> Khansa dan Putri, “PENGARUH SOSIAL MEDIA TIKTOK TERHADAP GAYA HIDUP REMAJA,” 9.

Dapat disimpulkan bahwa perubahan sosial terjadi sebagai hasil dari penemuan-penemuan baru atau modifikasi dalam masyarakat, termasuk perkembangan teknologi yang semakin pesat dan pengaruh media sosial dalam kehidupan remaja. Perubahan ini memiliki dampak besar pada kehidupan sehari-hari para remaja. Sebagai contoh, dahulu untuk berkomunikasi atau bercerita, kita perlu bertemu secara langsung, tetapi dengan adanya media sosial, kita dapat berkomunikasi melalui fitur chatting di platform seperti Instagram, Line, WhatsApp, termasuk TikTok yang memungkinkan berbagi video ke seluruh dunia. Banyak remaja <sup>6</sup>mengakui bahwa mereka lebih suka berkomunikasi melalui media sosial karena lebih efisien dan tidak perlu bertatap muka. Hal ini secara tidak langsung mengubah gaya berkomunikasi dan interaksi sosial.

Selain perubahan dalam gaya berkomunikasi, gaya bahasa juga ikut berubah. Meskipun bahasa sehari-hari tetap menggunakan bahasa Indonesia, penggunaan bahasa asing dalam media sosial tidak dapat dihindari. Sebagai contoh, remaja perempuan sering mengunggah foto dengan deskripsi dalam bahasa Inggris, dan bahasa Inggris juga digunakan dalam pergaulan sehari-hari. Menurut remaja, penggunaan bahasa Inggris membuat mereka terlihat keren atau trendi. Selain itu, media sosial juga menciptakan bahasa-bahasa yang unik, seperti bahasa "alay" dengan ungkapan seperti "cemungud" dan sebagainya

Remaja perempuan mengakui bahwa internet membuka wawasan dan memperluas pergaulan serta pertemanan mereka. Mereka dapat berteman dengan siapa saja dari berbagai tempat tanpa harus bertemu langsung, melalui akun media sosial mereka. Namun, perlu diwaspadai bahwa dalam era ini, banyak kejahatan cyber terjadi. Banyak yang menjadi korban pembunuhan, penculikan, dan kejahatan lainnya karena mengenal orang melalui media sosial. Oleh karena itu, penting bagi kita semua untuk lebih berhati-hati dan tidak mudah percaya pada orang yang baru dikenal melalui media sosial. Terutama bagi remaja perempuan, harus lebih waspada dalam memilih teman di aplikasi TikTok.

---

<sup>6</sup> Mulyono, Fany. (2021) "*Dampak Media Sosial Bagi Remaja*". Jurnal Simki Economic, 4(1), 58

Ada beberapa dari remaja perempuan yang bergaya dengan rambut mereka yang dicat beraneka warna mengikuti kebudayaan barat yang mayoritas orang-orang disana adalah berambut pirang. Bahkan berpakaian minim didepan umum, mengikuti style dari korea yang banyak digandrungi oleh para remaja sekarang ini dan mengikuti gaya dari para KPOP idola mereka. Sehingga tidak banyak remaja yang mau melestarikan budaya bangsa dengan mengenakan pakaian yang sopan sesuai dengan kepribadian bangsa. Bahkan banyak remaja yang juga malu untuk memakai pakaian budaya kita seperti misalnya “Batik”, dalam keseharian banyak anak muda yang tidak mau memakai batik karena mungkin dianggap tidak modis, padahal batik merupakan ciri khas bangsa indonesia.

Wanita identik dengan sesuatu yang indah. Dan hampir semua wanita menginginkan dirinya terlihat menarik, cantik dan seksi. Standar kecantikan tersebut mempengaruhi psikologis seorang wanita. Biasanya saat seseorang melihat dirinya cantik dan diakui oleh orang lain, maka ia akan merasa diterima dan secara otomatis harga dirinya meningkat. Dengan fenomenal tersebut dapat mempengaruhi seorang wanita untuk tampil lebih baik, sehingga adanya identitas itu seakan-akan menjadi sebuah syarat seseorang dapat dihargai lebih. Orang menilai orang dengan apa yang dilihat saja. Dalam trend Glow Up pada aplikasi Tiktok ini memberikan pandangan seorang wanita untuk sebuah penampilan yang baik. Maka dengan itu menimbulkan asumsi seorang wanita merasa dirinya insecure. Insecure menimbulkan rasa tidak percaya diri dan memandang rendah pada apa yang ada pada diri kita. Yang selalu menyalahkan diri sendiri karena sesuatu yang tidak sempurna. Jika terus menerus selalu menyalahkan diri sendiri karena sesuatu yang tidak sempurna maka kita tidak akan pernah merasa bersyukur. Ketika melihat seseorang yang cantik, remaja perempuan sangat terobsesi untuk menjadi cantik dengan melakukan berbagai cara mulai dari mencari skincare yang diriview oleh banyak orang hingga mencoba skincare tersebut. Sehingga dengan adanya trend tersebut tingkat kecantikan di Indonesia diukur dari kulit yang putih dan glowing dan remaja perempuan sangat ingin memiliki wajah yang cantik dan penampilan yang menarik. Dampak buruk dari trend tersebut terjadinya pembullyan kepada remaja yang dirasa tidak masuk pada

kriteria cantik menurut trend TikTok tersebut bahkan sampai ada yang trauma akibat pembullying tersebut. Tak sedikit para content creator yang speak up mengenai hal tersebut bahwasanya kecantikan wanita tidak diukur dari putih kulitnya dan mulus wajahnya, karena semua wanita memiliki kecantikan versinya masing-masing.

Aplikasi TikTok juga dapat digunakan sebagai wadah untuk menyalurkan hobi dan Kreativitas TikTok juga dapat menginspirasi remaja perempuan untuk mengeksplorasi hobi baru atau mengembangkan kreativitas mereka. Mereka mungkin tertarik untuk belajar menari, bernyanyi, membuat seni, atau mengedit video setelah melihat konten-konten tersebut di TikTok nantinya dapat mengasah kemampuan yang dapat di-upload di TikTok. Misalnya, remaja perempuan yang mempunyai bakat memasak bisa disalurkan melalui postingan di TikTok. Apabila rajin mengupload konten tersebut nantinya bisa dikenal banyak orang dan banyak diapresiasi maupun dikritik oleh penonton. Hasil dari kritikan tersebut bisa memperkembangkan kemampuan yang dimiliki. Dan juga sebagai penikmat aplikasi TikTok, remaja perempuan dapat belajar dari konten-konten yang membuat berbagai tutorial yang mengandung edukasi. Remaja perempuan sekarang kerap sekali mengekspresikan dirinya dengan membuat konten random, seperti yang sedang ramai membuat “a day in my life” isi dari konten tersebut mengenai kegiatan yang dilakukan selama 24 jam. Ada juga seorang content creator yang memiliki nama akun Bella Tobing yang sering mengunggah konten beres-beres, kemudian banyak para remaja perempuan yang termotivasi bahkan sampai ikut membuat konten beres-beres tersebut.

Pola Makan dan Gaya Hidup Sehat di TikTok, terdapat banyak konten terkait makanan sehat, resep, dan gaya hidup yang aktif dan sehat. Hal ini dapat mempengaruhi remaja perempuan untuk mengadopsi pola makan yang lebih sehat atau mencoba olahraga atau rutinitas kebugaran yang diinspirasi oleh TikTok. Penggunaan Media Sosial TikTok adalah platform media sosial yang intensif, dan penggunaan yang berlebihan dapat mempengaruhi gaya hidup remaja perempuan. Mereka mungkin menghabiskan waktu yang lebih banyak untuk menonton dan membuat konten di TikTok daripada melakukan kegiatan lain, seperti belajar,

berinteraksi sosial di dunia nyata, atau menjaga kesehatan fisik dan mental mereka.

## **Kesimpulan**

Dari berbagai media sosial aplikasi TikTok yang paling banyak digandrungi oleh masyarakat karena praktis dan mudah dalam penggunaannya. Sehingga dari data pada Januari 2023, Indonesia menempati peringkat kedua mencapai angka 109,9 juta setelah Amerika Serikat. Hal ini menunjukkan perempuan lebih aktif dalam penggunaan aplikasi TikTok dikarenakan banyaknya trend yang lebih condong mengarah ke gaya hidup perempuan. Penggunaan ini bukanlah penggunaan sebentar, melainkan mereka bisa menghabiskan waktu sehari-hari hanya untuk melihat atau menonton video yang ada di TikTok. Hal itu berdampak pada perubahan sosial pada remaja tersebut yang sudah kecanduan oleh aplikasi TikTok. Banyaknya content creator TikTok yang meniru gaya orang Barat baik secara gaya bahasa maupun pakaiannya menggunakan baju-baju sexy serta berjoget dengan gerakan yang tidak pantas dan terlihat erotis yang bahkan dijadikan sebuah trend. Remaja perempuan lebih memilih belanja secara online dikarenakan efisiensi dan perbandingan harga yang murah dibandingkan berbelanja di toko secara langsung. Efisiensi waktu dan kemudahan yang dimaksud berupa adanya fitur pembayaran secara virtual dan adanya ekspedisi untuk pengiriman. Perubahan perilaku merupakan sebuah respon karena adanya pengaruh dari luar.

Perubahan perilaku pada remaja Perempuan banyak disebabkan oleh faktor dari luar yang dijadikan contoh kemudian diterapkan dalam kesehariannya. Sehingga secara tidak langsung hal ini telah merubah gaya berkomunikasi dan berinteraksi. Tidak hanya merubah gaya berkomunikasi, gaya bahasa juga ikut berubah walaupun tetap berbahasa Indonesia dalam kesehariannya. Dalam trend Glow Up pada aplikasi TikTok ini memberikan pandangan seorang wanita untuk sebuah penampilan yang baik. Maka dengan itu menimbulkan asumsi seorang wanita merasa dirinya insecure. Insecure menimbulkan rasa tidak percaya diri dan

memandang rendah pada apa yang ada pada diri kita. Yang selalu menyalahkan diri sendiri karena sesuatu yang tidak sempurna. Jika terus menerus selalu menyalahkan diri sendiri karena sesuatu yang tidak sempurna maka kita tidak akan pernah merasa bersyukur. Ketika melihat seseorang yang cantik, remaja perempuan sangat terobsesi untuk menjadi cantik dengan melakukan berbagai cara mulai dari mencari skincare yang diriview oleh banyak orang hingga mencoba skincare tersebut. Dampak buruk dari trend tersebut terjadinya pembullying kepada remaja yang dirasa tidak masuk pada kriteria cantik menurut trend TikTok tersebut bahkan sampai ada yang trauma akibat pembullying tersebut.

### **Daftar Pustaka**

- Astuti, A. P., & Rps, A. N. (2018). Teknologi komunikasi dan perilaku remaja. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 3(1), 91-111.
- Feronika Winda. (2019). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Sikap Remaja*. Fak. Ilmu Pendidik. Univ. Negeri Padang Email, 1-15.
- Haenlein, Michael. (2010) “*Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media*”. Business Horizons, hal. 59–68
- Islam, J. K. D. P. (2022). PENGGUNAAN APLIKASI TIK-TOK SEBAGAI AJANG KEPERCAYAAN DIRI WANITA MENJADI GLOW UP.
- Khansa, S. D., & Perempuan, K. Y. S. (2022). Pengaruh Sosial Media TikTok Terhadap Gaya Hidup Remaja. *Ekspresi Dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(1), 133-141.
- Kustiawan, Winda, dkk. (2022). “*Dampak Media Sosial TikTok terhadap Perilaku Remaja pada Era Globalisasi*”. JIKEM: Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi dan Manajemen, 2(1), 2110
- Marwoko, G. (2019). Psikologi Perkembangan Masa Remaja. *Tasyri: Jurnal Tarbiyah-Syariah-Islamiah*, 26(1), 60-75.
- Massie, A. (2020). Kehadiran TikTok di masa pandemi (the presence of TikTok in the pandemic).
- Mulyono, Fany. (2021) “*Dampak Media Sosial Bagi Remaja*”. Jurnal Simki Economic, 4(1), 58
- Nugroho Aji, Wisnu. “*Aplikasi Tik-Tok sebagai Media Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia*”. Pertemuan Ilmiah Bahasa dan Sastra Indonesia (PIBSI) XL, 431
- Tim Pusat Humas Kementerian Perdagangan RI. (2014). *Panduan Optimalisasi Media Sosial Untuk Kemantrian Perdagangan RI*, (Jakarta : Pusat Humas Kementerian Perdagangan RI. 26

Perempuan, Nurwati,dkk. (2016). “*Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja*” (Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1).

Siahaan, C., Laia, A. P., & Adrian, D. (2022). Studi Literatur: Media Sosial “TikTok” Dan Pembentukan Karakter Remaja. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(4), 4939-4950.