

## Pengaruh *Self-Compassion* terhadap *Perfectionistic Self-Presentation* Remaja Akhir Pengguna TikTok

Ei Vidi Tiara\*, Siti Qodariah

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*eividitiara2000@gmail.com, siti.qodariah@yahoo.co.id

**Abstract.** Social media is a lot of internet platforms to present themselves including TikTok with the majority of its users are late adolescence. Late adolescence at this age often present themselves on social media as a form of search and formation of self-identity and many late adolescence have a perfectionistic self-presentation attitude. Self-presentation on this variable includes the attitude of maladaptive perfectionism and these attitudes cause impacts such as stress, anxiety, to depression. Efforts to minimize the attitude of perfectionism is to increase self-compassion. This study aims to provide empirical data and determine the effect of these two variables on late teens using TikTok. The method used in this study is causality with a total of 406 subjects. The data analysis technique used is a simple regression test. The self-compassion measuring instrument uses the Self-Compassion Scale (SCS) from Neff and the perfectionistic self-presentation variable using the Perfectionistic Self-Presentation Scale (PSPS) from Hewitt. The results showed that the majority of late adolescence using TikTok in Bandung had a low level of self-compassion with a high perfectionistic self-presentation. The results of data processing show that self-compassion has a significant effect on perfectionistic self-presentation. The hypothesis t value is obtained.  $0.000 > 0.05 (\alpha)$  and the predicted result  $Y = 192750 - 0.619X$  with a negative direction from the result  $b = -1.011$ . The magnitude of the effect is 55.7%, meaning that the influence is at moderate level. Therefore, late adolescence are expected to increase self-compassion so that they can overcome the impact of perfectionistic self-presentation.

**Keywords:** *TikTok users, Late Adolescence, Self-Compassion, Perfectionistic Self-Presentation.*

**Abstrak.** Media sosial merupakan suatu *platform* internet yang banyak untuk menampilkan diri termasuk TikTok dengan mayoritas penggunaannya adalah remaja akhir. Remaja akhir di usia ini banyak menampilkan dirinya di media sosial sebagai bentuk pencarian dan pembentukan identitas diri dan banyak remaja akhir yang memiliki sikap *perfectionistic self-presentation*. Presentasi diri pada variabel ini termasuk kepada sikap perfeksionisme yang maladaptif dan sikap tersebut menimbulkan dampak seperti stress, kecemasan, hingga depresi. Upaya untuk meminimalisir sikap perfeksionisme adalah dengan meningkatkan *self-compassion*. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan data yang empiris dan mengetahui pengaruh kedua variabel pada remaja akhir pengguna TikTok. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kausalitas dengan total subjek adalah 406 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi sederhana. Alat ukur *self-compassion* menggunakan *Self-Compassion Scale* (SCS) dari Neff dan variabel *perfectionistic self-presentation* menggunakan *Perfectionistic Self-Presentation Scale* (PSPS) dari Hewitt. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung mayoritas memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah dengan *perfectionistic self-presentation* yang tinggi. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa *self-compassion* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *perfectionistic self-presentation* diperoleh nilai *t Hipotesis*.  $0,000 > 0,05 (\alpha)$  dan hasil prediksi  $Y = 192.750 - 0.619X$  dengan arah negatif dari hasil  $b = -1.011$ . Besaran pengaruhnya adalah 55.7% artinya pengaruh berada pada tingkat moderat. Oleh karena itu, bagi remaja akhir diharapkan dapat meningkatkan *self-compassion* sehingga dapat mengatasi dampak dari *perfectionistic self-presentation*.

**Kata Kunci:** *Pengguna TikTok, Remaja Akhir, Self-Compassion, Perfectionistic Self-Presentation.*

## A. Pendahuluan

Pesatnya kemajuan teknologi saat ini memberikan banyak perubahan khususnya pada perkembangan internet, salah satunya adalah munculnya beragam *platform* yang digunakan sebagai media komunikasi dan informasi seperti media sosial [1]–[4]. TikTok menjadi media sosial populer dan terus menerus mengalami peningkatan setiap tahunnya [5]. TikTok menjadi media sosial populer dan terus menerus mengalami peningkatan setiap tahunnya [5]. TikTok menyediakan fitur-fitur menarik seperti *music video* berdurasi pendek maupun *filter* [6], berbagai *content* seperti hiburan (*entertainment*), menari, menyanyi, tutorial, *lip sync*, *foodies*, kecantikan, dan edukasi [5], [7], [8]. Saat ini TikTok digunakan untuk memenuhi beberapa motif seperti mendapatkan atau menyebarkan informasi, mendapatkan hiburan, mempromosikan sesuatu dengan menarik [10], mengembangkan beragam kreatifitas [11], serta memenuhi motif mengekspresikan diri atau presentasi diri [11], [12].

Dilansir dari data reportal Indonesia tahun 2022 bahwa salah satu aplikasi internet yang sangat populer saat ini adalah TikTok hingga dengan 92,07 juta pengguna [5]. TikTok menduduki peringkat keempat dari urutan media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia dengan persentase 63,1% dan mengalami peningkatan pesat pada tahun 2022 [5]. Berdasarkan kategori usia, pengguna aplikasi TikTok tertinggi adalah remaja usia 18 tahun keatas [5].

Remaja merupakan usia peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa dengan beragam perubahan fisik, kognitif, maupun psikososial dan pembentukan perkembangan diri menuju dewasa [13], [14]. Karakteristik yang paling menonjol pada masa remaja akhir berkaitan dengan pembentukan identitas diri yang dilandasi oleh berbagai nilai dan pedoman yang mereka miliki untuk menetapkan kepada identitas dewasa awal yang lebih matang [15]. Hal yang dapat menunjang kebutuhan remaja dalam membentuk identitas diri adalah dengan presentasi diri [16], [17]. Saat ini tidak sedikit remaja yang ingin tampil sempurna di hadapan orang lain [18].

Keinginan seseorang untuk tampil sempurna dalam berbagai aspek kehidupan merupakan kecenderungan seseorang memiliki presentasi diri perfeksionis [19]. Sikap perfeksionis terbagi kedalam perfeksionisme adaptif dan maladaptif [20]. *Perfectionistic self-presentation* termasuk kedalam presentasi diri yang maladaptif karena individu melakukan presentasi diri yang berlebihan dengan memiliki tuntutan yang tinggi terhadap diri sendiri [21]. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Aditomo & Retnowati (2004) dan Twenge et al. (2018) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki perfeksionisme tinggi atau maladaptif memiliki kecenderungan untuk mengalami stress dan depresi terlebih ketika menggunakan media sosial. Seseorang yang sikap *Perfectionistic Self-Presentation* seseorang akan mendahulukan emosi negatif untuk memenuhi sikap tersebut. Individu yang memiliki presentasi diri perfeksionis atau maladaptif cenderung memberikan tuntutan terhadap dirinya sendiri untuk menampilkan diri dengan sempurna tanpa memperlihatkan kekurangan, dan hal tersebut memberikan penderitaan bagi individu yang mengalaminya karena individu akan merasa frustrasi, stress, cemas, hingga depresi ketika terjadi suatu kesalahan atau kekurangan [21], [24].

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya dan teori yang menjelaskan bahwa remaja akhir cenderung menampilkan diri dengan perfeksionis dan maladaptif, didapatkan fenomena dari laman Kompasiana.com (2018), Bbc.com (2020), Kompasiana.com (2022), dan Mediaindonesia.com (2020) menjelaskan remaja akhir pengguna TikTok banyak menampilkan perilaku yang berbanding terbalik dengan presentasi diri yang perfeksionis. Remaja cenderung memposting suatu konten yang tidak bermanfaat atau bahkan konten yang tidak bermutu. Fenomena tersebut tidak selaras dengan sikap presentasi diri yang perfeksionis sikap tersebut menampilkan sikap yang ingin terlihat positif di hadapan orang lain, tidak ingin terlihat adanya kesalahan, dan menghindari adanya kritik dari orang lain (Hewitt et al., 2003).

Berdasarkan fenomena tersebut, perlunya peningkatan diri agar memahami emosi negatif tersebut baik kepada diri sendiri maupun orang lain dan mengurangi penderitaan yang dirasakan dengan *self-compassion* [25], [26]. Sikap seseorang yang optimis, bersyukur, dan menghargai keadaan merupakan komponen *self-compassion* yang dapat membantu seseorang ketika mengalami berbagai permasalahan hidup [26]. *Self-compassion* memiliki peran sebagai sifat yang dapat mengurangi perfeksionisme dengan cara menumbuhkan penghayatan positif

untuk mengurangi emosi negatif dan rasa ketakutan akan suatu penolakan sosial [27]. Seperti yang penjelasan dari Hewitt et al., (2017) bahwa seseorang yang mengembangkan sifat *self-compassion* dapat membantu berbagai permasalahan, dan seseorang yang memiliki *self-compassion* rendah cenderung akan menyertai sifat *perfectionism*. Memiliki rasa welas diri yang tinggi dapat membantu seseorang untuk mengurangi sikap presentasi diri perfeksionis yang maladaptif atau mengurangi persepsi diri terhadap kekurangan diri dan perasaan yang menyakitkan berkaitan tuntutan untuk tampil sempurna di media sosial [28], [29].

Penelitian mengenai kedua variabel ini telah dilakukan sebelumnya oleh peneliti terdahulu namun menampilkan hasil yang berpengaruh positif dan negatif sehingga hubungan maupun pengaruh antara kedua variabel ini masih menampilkan adanya perbedaan hasil.

Berdasarkan uraian diatas, maka identifikasi masalahnya, yaitu:

1. Bagaimana gambaran *Self-Compassion* Remaja Akhir pengguna TikTok?
2. Bagaimana gambaran *Perfectionistic Self-Presentation* Remaja Akhir pengguna TikTok?
3. Apakah terdapat pengaruh *Self-Compassion* terhadap *Perfectionistic Self-Presentation* Remaja Akhir pengguna TikTok?

Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk memberikan data yang empiris dan mengetahui bagaimana pengaruh antara *self-compassion* terhadap *Perfectionistic Self-Presentation* pada remaja akhir pengguna TikTok.

## B. Metodologi Penelitian

### *Perfectionistic Self Presentation*

*Perfectionistic self presentation* adalah bentuk presentasi diri remaja akhir yang maladaptif dengan memiliki standar yang tinggi serta keinginan untuk terlihat sempurna dihadapan orang lain dan menghindari menampilkan kekurangan yang dimiliki serta menghindari adanya penilaian buruk yang tidak diinginkan dari orang lain [21]. Perfeksionisme pada penelitian ini menggunakan teori dan alat ukur dari Hewitt et al. (2003) yang terdiri dari beberapa dimensi, yaitu:

1. *Perfectionistic Self-Promotion* : Remaja yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini diketahui bahwa akan menampilkan diri kepada orang lain maupun lingkungan dengan melakukan beberapa cara untuk menampilkan kesan sempurna, memberikan aspek diri yang dipandang positif terhadap interaksi dengan lingkungannya.
2. *Nondisplay Imperfection* : Remaja akhir dengan skor tinggi pada dimensi ini cenderung akan menghindari sikap-sikap dirinya yang memiliki kemungkinan untuk menimbulkan evaluasi yang negatif dari orang lain dengan berupaya untuk menutupi kekurangan diri.
3. *Nondisclosure Imperfection* : Dimensi terakhir ini berkaitan dengan upaya remaja untuk memendam perasaan dan mengontrol sikap yang diperlihatkan kepada orang lain. Skor yang tinggi menunjukkan bahwa remaja akhir cenderung menghindari interaksi verbal dengan orang lain yang berkaitan dengan kekurangan atau kesalahan yang dimiliki sehingga tidak menimbulkan penilaian diri yang negatif dari orang lain.

### *Self Compassion*

*Self-compassion* adalah sikap remaja akhir yang menunjukkan penerimaan dan keterbukaan kepada diri sendiri ketika menghadapi kondisi maupun situasi yang tidak diinginkan [28]. Teori dan alat ukur *self-compassion* yang digunakan pada penelitian ini adalah dari K. Neff (2003) menjelaskan bahwa *self-compassion* terdiri dari beberapa aspek yang membentuknya, yaitu:

1. *Self-Kindness* : Aspek *self-kindness* pada remaja akhir berkaitan dengan memahami kekurangan yang dimiliki tanpa adanya tindakan yang menghakimi terhadap diri sendiri ataupun orang lain secara berlebihan dan berempati terhadap diri sendiri ketika hal tersebut terjadi. Remaja akhir yang memiliki skor tinggi pada aspek ini cenderung dapat memahami keterbatasan yang dimiliki dan dapat menenangkan diri sendiri ketika menghadapi situasi terpuruk atau situasi yang tidak diinginkan.
2. *Common Humanity* : Skor tinggi pada aspek *common humanity* menunjukkan sikap remaja yang memiliki pemahaman bahwa setiap manusia memiliki kekurangan dan kesalahan atau mengalami suatu kondisi buruk dan menerimanya sebagai suatu bentuk dari

kehidupan setiap manusia.

3. *Mindfulness* : Aspek terakhir pada *self compassion* berkaitan dengan individu memahami dan menyadarinya dengan penuh terhadap suatu keadaan atau kesalahan yang dimiliki kemudian menerimanya tanpa syarat. Skor tinggi pada aspek *mindfulness* menunjukkan sikap remaja yang menerima dengan penuh suatu hal yang terjadi kepada dirinya untuk mengurangi rasa sakit terhadap situasi yang tidak diinginkan.

Peneliti menggunakan metode teknik analisis regresi linear sederhana dengan pendekatan kuantitatif kausalitas. Populasi pada penelitian ini adalah remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung sebanyak 198.938 orang.

Adapun sampel yang digunakan pada penelitian ini ditentukan oleh rumus Slovin menggunakan *margin of error* sebesar 5% sehingga diperoleh jumlah sampel penelitian yaitu 406 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *convenience sampling* atau dikenal sebagai *accidental sampling* yang merupakan teknik *sampling* yang memilih subjek penelitian berdasarkan kebetulan, kesediaan, dan kemudahan sesuai dengan kecocokan subjek dijadikan sampel dalam penelitian (Azwar, 2010). Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa kuesioner yang dibagikan secara *online* melalui *google form*. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi sederhana.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Pengaruh *Self-Compassion* (X) terhadap *Perfectionistic Self-Presentation* (Y)

Hasil penelitian mengenai pengaruh *self-compassion* terhadap *perfectionistic self-presentation* remaja akhir pengguna TikTok menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Hasil pengujian dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Uji Persamaan Regresi Sederhana

<i>Coefficients<sup>a</sup></i>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	219.508	3.591		61.132	.000
	<i>Self Compassion</i>	-1.011	.045	-.746	-22.528	.000

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel di atas diketahui bahwa besarnya pengaruh *self-compassion* terhadap *perfectionistic self-presentation* adalah 0.557 atau sebesar 55.7% didapatkan dari hasil koefisien determinasi, artinya adalah pengaruh berada pada derajat keeratan sedang atau moderat [31]. Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel diatas, dapat terlihat bahwa t-hitung yang dihasilkan *Self-Compassion* adalah sebesar -22.528 dan nilai sig. sebesar 0.000. Maka hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat signifikansi sebesar  $0.000 < 0.05$  maka dinyatakan  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *Self-Compassion* terhadap *Perfectionistic Self-Presentation*. Nilai koefisien regresi *Self-Compassion* sebesar -1.011, dapat diartikan apabila *Self-Compassion* mengalami peningkatan sebesar (satu) satuan, sedangkan variabel independen lainnya dianggap konstan (bernilai 0), maka variabel dependen yaitu *perfectionistic self-presentation* mengalami penurunan sebesar 1.011. Tanda negatif pada nilai koefisien regresi menunjukkan bahwa *Self-Compassion* memiliki arah pengaruh negatif terhadap *Perfectionistic Self-Presentation*. Artinya semakin tinggi *Self-Compassion* maka semakin rendah *Perfectionistic Self-Presentation*, begitupun sebaliknya.

**Tabel 2.** Kategori *Self-Compassion*

No	Kategori	Mean	Frekuensi (n)	Presentase
1.	<i>Self Compassion</i> Rendah	<b>91.74</b>	<b>212</b>	52.2%
2.	<i>Self Compassion</i> Tinggi	65.91	194	47.8%
<b>Total</b>			406	100%

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Berdasarkan tabel 4.8, sebanyak 194 orang (47.8%) memiliki *Self Compassion* tinggi, sedangkan sebanyak 212 orang (52.2%) memiliki *Self Compassion* rendah.

**Tabel 3.** Kategori *Perfectionistic Self-Presentation*

No	Kategori	Mean	Frekuensi	Presentase
1	<i>Perfectionistic Self-Presentation</i> Rendah	98.41	49	12.1%
2	<i>Perfectionistic Self-Presentation</i> Tinggi	146.14	357	87.9%
<b>Total</b>			<b>406</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Berdasarkan tabel 4.11, sebanyak 357 orang (87.9%) memiliki *Perfectionism* tinggi dan sebanyak 49 orang (12.1%) memiliki *Perfectionism* rendah.

**Tabel 4.** Tabulasi Silang

	Mean		<i>Perfectionistic Self-Presentation</i>				Total
			Rendah		Tinggi		
			f	%	F	%	
<i>Self Compassion</i>	65.91	Rendah	3	0.70%	209	51.50%	212
	91.73	Tinggi	46	11.30%	148	36.50%	194

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Tabel tabulasi silang diatas menunjukkan bahwa sebanyak 3 orang (0.7%) memiliki tingkat *Self-compassion* rendah dan *Perfectionistic Self-Presentation* yang rendah. Sebanyak 46 orang (11.3%) memiliki tingkat *Self-compassion* tinggi dan *Perfectionistic Self-Presentation* yang rendah. Sebanyak 209 orang (51.5%) memiliki *Self-compassion* rendah dan *Perfectionistic Self-Presentation* tinggi. Sebanyak 148 orang (36.5%) memiliki tingkat *Self-compassion* tinggi dan *Perfectionistic Self-Presentation* tinggi. Sehingga dapat diketahui pada penelitian ini didominasi oleh responden dengan tingkat *Self-compassion* rendah dan *Perfectionistic Self-Presentation* tinggi.

Berdasarkan uraian hasil penelitian diperoleh hasil yang menyatakan bahwa mayoritas remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung memiliki tingkat *Perfectionistic Self-Presentation* dengan skor tinggi atau sebanyak 87.9% remaja akhir memiliki sikap *Perfectionistic Self-Presentation* atau presentasi diri maladaptif yang tinggi dan tabel tabulasi silang menunjukan tingkat *Perfectionistic Self-Presentation* yang tinggi dengan dimensi yang mendominasi adalah *Perfectionistic Self-Promotion* dengan mean sebesar 53.32. Hal ini menjelaskan bahwa remaja akhir yang memiliki aspek ini cenderung memiliki keinginan untuk menampilkan kesempurnaan diri dan menebarkan aspek positif dirinya kepada orang lain (Hewitt et al., 2017). Artinya bahwa remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung mayoritas memiliki tuntutan untuk tampil sempurna atau perfeksionis dan menampilkan kelebihan atau aspek positif ketika menggunakan TikTok.

Hasil ini didukung oleh temuan dari data demografi bahwa sebagian besar remaja menjadi *content creator* dengan jenis *content entertainment* sebanyak 214 orang (52.7%) dan *content beauty and fashion* sebanyak 124 orang (30.5%) dengan artian bahwa kedua jenis *content* tersebut berkaitan dengan *content* yang memperlihatkan tampilan diri atau presentasi diri pada remaja yang memiliki tuntutan untuk tampil sempurna di TikTok. Remaja akhir pada penelitian ini mengalami dampak ketika melakukan presentasi diri di TikTok, dampaknya seperti stress yang dialami oleh 195 subjek, dan kecemasan yang dialami oleh 98 subjek. Oleh karena itu dapat diartikan temuan dalam penelitian ini bahwa remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung memiliki sikap presentasi diri perfeksionis kemudian merasakan dampak seperti stress dan kecemasan dari sikap tersebut ketika melakukan presentasi diri di TikTok. Dampak seperti stress dan kecemasan tersebut disebabkan oleh kurangnya aspek *self-compassion* pada diri individu.

Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa mayoritas remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung memiliki tingkat *Self-Compassion* yang rendah sebanyak 52.2% remaja akhir memiliki skor rendah. Hal ini menjelaskan bahwa remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung memiliki penghayatan diri atau *self-compassion* yang rendah dengan kata lain bahwa remaja akhir memiliki rasa penerimaan dan welas diri yang rendah didukung oleh data demografi yang menampilkan rendahnya skor tersebut dengan aspek mendominasi adalah *self-kindness vs. self-judgment* sehingga remaja cenderung melakukan evaluasi diri yang berlebihan dan mengkritik kekurangan yang dimiliki. Hal tersebut yang menyertai adanya sikap perfeksionisme ketika menampilkan diri dihadapan orang lain.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap *perfectionistic self-presentation* pada remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung, dapat disimpulkan yaitu:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah yang negatif antara variabel *self-compassion* terhadap *perfectionistic self-presentation* pada remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa semakin rendah tingkat *self-compassion* pada remaja akhir maka akan semakin tinggi tingkat *perfectionistic self-presentation* pada remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung begitupun sebaliknya.
2. Pada variabel *self-compassion* pada remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung menunjukkan gambaran hasil yang rendah yaitu sebanyak 212 subjek (52.5%) dengan dimensi yang paling dominan adalah *self-kindness* dan *self-judgement*.
3. Pada variabel *perfectionistic self-presentation* pada remaja akhir pengguna TikTok di Kota Bandung menggambarkan hasil yang tinggi yaitu sebanyak 357 subjek (87.9%). Dimensi yang paling dominan adalah *perfectionistic self-promotion*.

#### Acknowledge

Dukungan serta doa dari berbagai pihak sangat membantu peneliti untuk menyelesaikan. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Siti Qodariah, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan waktu, ilmu, arahan, dorongan, masukan, dan semangat kepada peneliti sehingga skripsi yang dikerjakan dapat selesai dan kepada responden penelitian ini yaitu Remaja Akhir pengguna TikTok di Kota Bandung.

#### Daftar Pustaka

- [1] A. S. Cahyono, "PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN SOSIAL MASYARAKAT DI INDONESIA," *J. Publiciana*, vol. 9, no. 1, pp. 140–157, 2016.
- [2] F. Syarief, "Pemanfaatan Media Sosial Dalam Proses Pembentukan Opini Publik (Analisa Wacana Twitter Sby)," *J. Komun.*, vol. VIII, no. 3, pp. 2579–329, 2017.
- [3] S. Wulandari, "MEDIA SOSIAL DAN PERUBAHAN PERILAKU BAHASA," vol. 2, no. 1, pp. 181–188, 2018.

- [4] D. Setiawan, "Dampak Perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi Terhadap Budaya," *J. SIMBOLIKA Res. Learn. Commun. Study*, vol. 4, no. 1, p. 62, 2018, doi: 10.31289/simbollika.v4i1.1474.
- [5] K. Simon, "Digital 2022: Indonesia — DataReportal – Global Digital Insights," 2022. <https://datareportal.com/reports/digital-2022-indonesia> (accessed Mar. 30, 2022).
- [6] D. P. R. Adawiyah, "Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang," *J. Komun.*, vol. 14, no. 2, pp. 135–148, 2020, doi: 10.21107/ilkom.v14i2.7504.
- [7] P. M. Pellondou and F. Rusdi, "Aktualisasi Diri Generasi Milenial Melalui Aplikasi Tiktok," *Koneksi*, vol. 5, no. 2, p. 387, 2021, doi: 10.24912/kn.v5i2.10388.
- [8] F. I. R. Firamadhina and H. Krisnani, "PERILAKU GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK: TikTok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme," *Share Soc. Work J.*, vol. 10, no. 2, p. 199, 2021, doi: 10.24198/share.v10i2.31443.
- [9] S. D. Putri and S. Azeharie, "Strategi Pengelolaan Komunikasi dalam Membentuk Personal Branding di Media Sosial Tiktok," *Koneksi*, vol. 5, no. 2, p. 280, 2021, doi: 10.24912/kn.v5i2.10300.
- [10] M. Agisna and A. B. Mahadian, "Analisis Humor Dalam Konten Tiktok @fadlanholao," *J. Interak. J. Ilmu Komun.*, vol. 6, no. 1, pp. 19–30, 2022, doi: 10.30596/interaksi.v6i1.7536.
- [11] Y. N. Bulele and T. Wibowo, "Analisis Fenomena Sosial Media dan Kaum Milenial: Studi Kasus Tiktok," *Conf. Business, Soc. Sci. Innov. Technol.*, vol. 1, pp. 565–572, 2020, [Online]. Available: <http://journal.uib.ac.id/index.php/cbssit>.
- [12] D. Ruth and D. A. Candraningrum, "Pengaruh Motif Penggunaan Media Baru Tiktok terhadap Personal Branding Generasi Milenial di Instagram," *Koneksi*, vol. 4, no. 2, p. 207, 2020, doi: 10.24912/kn.v4i2.8093.
- [13] K. Zulfa and E. Purwandari, "Pola Keluarga Remaja Berisiko Penyalahgunaan Napza," *Indig. J. Ilm. Psikol.*, vol. 1, no. 1, p. 74, 2016, doi: 10.23917/indigenous.v1i1.3716.
- [14] N. Mafazi and F. L. Nuqul, "Perilaku Virtual Remaja: Strategi Coping, Harga Diri, Dan Pengungkapan Diri Dalam Jejaring Sosial Online," *J. Psikol.*, vol. 16, no. 2, p. 128, 2017, doi: 10.14710/jp.16.2.128-137.
- [15] M. S. Pratiwi and M. G. Adiyanti, "Studi Pendahuluan : Emosi Moral Pada Remaja," *J. Psikol. Perseptual*, vol. 2, no. 2, pp. 69–87, 2017, doi: 10.24176/perseptual.v2i2.2672.
- [16] A. H. Faadhilah, M. Baihaqi, and L. F. Damaianti, "Efek Moderasi Efikasi Diri Terhadap Hubungan Umpan Balik Positif Dari Teman Sebaya Dan Presentasi Diri Pada Remaja Akhir Pengguna Instagram," *J. Psychol. Sci. Prof.*, vol. 4, no. 3, p. 146, 2021, doi: 10.24198/jpsp.v4i3.28991.
- [17] C. chen Yang and B. Bradford Brown, "Online Self-Presentation on Facebook and Self Development During the College Transition," *J. Youth Adolesc.*, vol. 45, no. 2, pp. 402–416, 2016, doi: 10.1007/s10964-015-0385-y.
- [18] G. Livazović and K. Kuzmanović, "Predicting adolescent perfectionism: The role of socio-demographic traits, personal relationships, and media," *World J. Clin. Cases*, vol. 10, no. 1, pp. 189–204, 2022, doi: 10.12998/wjcc.v10.i1.189.
- [19] L. E. Damian, O. Negru-Subtirica, E. I. Pop, and J. Stoeber, "Becoming a perfectionistic adolescent: Perceived parental behaviors involved in developmental trajectories of perfectionism," *Eur. J. Pers.*, vol. 36, no. 1, pp. 24–46, 2022, doi: 10.1177/08902070211012902.
- [20] T. N. Dayo and S. Faradina, "Perfeksionisme pada Penari: Adaptif atau Maladaptif?," *Gadjah Mada J. Psychol.*, vol. 6, no. 1, p. 43, 2020, doi: 10.22146/gamajop.52696.
- [21] P. L. Hewitt *et al.*, "The Interpersonal Expression of Perfection: Perfectionistic Self-presentation and Psychological Distress," *J. Pers. Soc. Psychol.*, vol. 84, no. 6, pp. 1303–

- 1325, 2003, doi: 10.1037/0022-3514.84.6.1303.
- [22] J. M. Twenge, T. E. Joiner, M. L. Rogers, and G. N. Martin, "Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time," *Clin. Psychol. Sci.*, vol. 6, no. 1, pp. 3–17, 2018, doi: 10.1177/2167702617723376.
- [23] A. Aditomo and S. Retnowati, "Pada Remaja Akhir," *Perfeksionisme, Harga Diri, Dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir*, no. 1, pp. 1–14, 2004, doi: 10.22146/jpsi.7033.
- [24] P. L. Hewitt, G. L. Flett, and S. F. Mikail, *Perfectionism: A relational approach to conceptualization, assessment, and treatment*. 2017.
- [25] E. R. Albertson, K. D. Neff, and K. E. Dill-Shackleford, "Self-Compassion and Body Dissatisfaction in Women: A Randomized Controlled Trial of a Brief Meditation Intervention," *Mindfulness (N. Y.)*, vol. 6, no. 3, pp. 444–454, 2015, doi: 10.1007/s12671-014-0277-3.
- [26] K. Neff, "The Proven Power Of Being Kind To Yourself," *Harper Collins Publ.*, pp. 47–48, 2011.
- [27] A. A. Repi, "Self Compassion Versus Self Esteem terhadap Pembentukan Self Concept Remaja: Mana yang Lebih Baik?," *J. Psikol. Talent.*, vol. 4, no. 2, p. 167, 2019, doi: 10.26858/talenta.v4i2.8242.
- [28] K. Neff, "Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself," *Psychol. Press*, vol. 2, no. 2, pp. 85–101, 2003, doi: 10.1080/15298860390129863.
- [29] K. Neff, "Self-Compassion: Stop Beating Yourself Up and Leave Insecurity Behind," *Texas Harper Collins Publ.*, 2011.
- [30] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Cetakan Ke. Alfabeta Bandung, 2013.
- [31] S. Azwar, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- [32] Halimah, Dzar Nurul, Nawangsih, Endah. (2021). Studi Deskriptif Mengenai *Happiness* pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 7-11.