

Pengaruh Konten Seleb Tiktok terhadap Tingkat Stres dan Tingkat Kepercayaan Diri

Nisa Mahmudah¹, Devi Purnamasari²

Universitas Dian Nuswantoro, Indonesia^{1,2}

Email: nisamahmudah026@gmail.com

Abstract

Masalah kesehatan mental menjadi beban utama banyak individu dikarenakan oleh tekanan pekerjaan, tekanan sosial, dan pemenuhan ekspektasi dari sekitar, upaya untuk mengurangi atau mengatasinya adalah dengan *coping stress*, dukungan emosional dari berbagai media secara langsung maupun tidak, bisa dikategorikan sebagai salah satu strategi coping stres karena media sosial seringkali dijadikan wadah untuk mendapatkan dukungan emosional dan melampiaskan permasalahan yang dimiliki oleh pengguna dengan cara berkeluh-kesah di media sosial. Saat menghadapi tekanan, media sosial bisa dijadikan sebagai hiburan, sumber informasi dan alat untuk tetap terhubung dengan orang sekitar. Perkembangan remaja mengenai kepercayaan diri kini dipengaruhi oleh penggunaan aplikasi Tik Tok. Banyak perempuan yang mendukung masalah perbandingan sosial dan penampilan, khususnya pada teman sebaya. Namun, mereka mampu menampilkan literasi media yang tinggi, kepercayaan diri, penghargaan terhadap perbedaan, dan strategi yang mampu mengurangi potensi hubungan negatif antara citra tubuh dan paparan media sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konten seleb Tik Tok terhadap tingkat stres dan kepercayaan diri. Penelitian ini menggunakan teori *the circular model of some*. Data primer diperoleh dengan cara menyebarkan kuesioner melalui link google form. Data sekunder diperoleh melalui penelusuran kepustakaan seperti jurnal-jurnal penelitian, buku, dan jurnal ilmiah terkait penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kepercayaan diri berpengaruh signifikan terhadap tingkat stress (2) kepercayaan diri berpengaruh signifikan terhadap video/konten (3) tingkat stres berpengaruh signifikan terhadap video/konten.

Kata kunci: Tik Tok, tingkat stress, kepercayaan diri

Abstrak

Mental health problems are the main burden for many individuals due to work pressure, social pressure, and meeting expectations from around them, efforts to reduce or overcome them are by coping with stress, emotional support from various media directly or indirectly, can be categorized as one of the coping strategies stress because social media is often used as a place to get emotional support and vent problems that are owned by users by complaining on social media. When facing pressure, social media can be used as entertainment, a source of information and a tool to stay connected with those around you. Teenagers' development regarding self-confidence is now influenced by the use of the Tik Tok application. Many women support issues of social comparison and appearance, particularly among peers. However, they were able to display high media literacy, self-confidence, respect for differences, and strategies that were able to reduce the potential negative relationship between body image and social media exposure. The purpose of this study was to determine the effect of Tik Tok celebrity content on stress levels and self-confidence. This study uses

the circular mode of some theory. Primary data was obtained by distributing questionnaires via the Google form link. Secondary data was obtained through literature searches such as research journals, books and scientific journals related to this research. The results showed that: (1) self-confidence has a significant effect on stress levels (2) self-confidence has a significant effect on video/content (3) stress levels have a significant effect on video/content.

Keywords: Tik Tok, stress level, self confidence

PENDAHULUAN

Bulan maret 2020, pemerintah Indonesia mulai mengumumkan bahwa wabah virus corona mulai masuk ke Indonesia. Wabah ini menyerang ribuan jiwa di dunia, dan nama virus tersebut adalah Virus Covid-19 (Coronavirus Disease 2019), virus ini menyerang manusia mulai dari anak hingga dewasa, virus ini ditemukan pertama kali di negara China pada akhir tahun 2019. Saat Covid-19 sedang gencar-gencarnya dibicarakan oleh masyarakat dunia, Pemerintah di banyak negara menerapkan aturan dengan istilah yang disebut karantina wilayah (lockdown) dan juga menerapkan aturan menjaga jarak untuk tidak berkegiatan atau berkumpul dengan banyak orang (social distancing) (Adawiyah, 2020). Social distancing adalah salah satu strategi kesehatan yang dicanangkan oleh publik dan digunakan untuk mencegah dan menghambat penyebaran virus dengan cara berjarak dengan orang lain minimal 1 meter dan menghindari kegiatan berkumpul orang. Strategi ini bertujuan agar orang yang sehat tidak tertular oleh virus covid-19. Beberapa jenis coronavirus menyebabkan batuk pilek hingga Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) dan Middle East Respiratory Syndrome (MERS) (Wilder-Smith & Freedman, 2020). Berdasarkan data WHO jumlah negara yang terjangkit sebanyak 216 negara, dengan kasus positif sebanyak 8.708.008 jiwa, dengan angka kematian 461.715 jiwa, data tersebut diambil pada bulan juni 2020 (Saputra et al., 2020).

Masalah kesehatan mental menjadi beban utama banyak individu dikarenakan oleh tekanan pekerjaan, tekanan sosial, dan pemenuhan ekspektasi dari sekitar, hal tersebut membuat perkiraan secara global 1 dari 5 individu mengalami masalah kesehatan mental setiap tahunnya dan hasil dari tingginya tingkat stress tersebut membuat kebanyakan orang melukai diri sendiri yang menjadi penyebab utama kematian, dan depresi menjadi penyebab utama kecacatan (Hairiah et al., 2021). Data Risdas Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2018 remaja di usia 15-24 tahun banyak yang mengalami gangguan emosional (kecemasan, stress, dan depresi) tertinggi sebesar 14.089 penderita. Angka gangguan mental tertinggi di Jawa Tengah sebanyak 3.540 penderita tepatnya berada di Kota Semarang (Lubis et al., 2021). Dinyatakan oleh Lazarus dan Folkman bahwa efek yang ditimbulkan oleh seseorang yang mengalami stres itu kurang baik, hal itu membuat banyak orang berusaha mencari cara mengatasinya dan berusaha untuk tidak terperangkap dalam stres.

Upaya untuk mengurangi atau mengatasi stres, mengelola situasi yang membebani, serta mencari jalan dalam memecahkan masalah merupakan pengertian dari coping. Problem-focused coping dan emotion-focused coping merupakan tipe coping utama yang biasanya mampu menurunkan stres, Problem-focused coping adalah coping yang berfokus kepada emosi dan tindakan dalam memecahkan masalah, sedangkan emotion-focused coping merupakan coping yang berfokus pada usaha menurunkan emosi negatif ketika menghadapi masalah. namun, tidak semua individu menggunakan coping stress yang sama. Menurut Folkman dan Lazarus menggunakan dukungan emosional dari berbagai media secara langsung maupun tidak, bisa dikategorikan sebagai salah satu strategi coping stres karena media sosial seringkali dijadikan wadah untuk mendapatkan dukungan emosional dan melampiaskan permasalahan yang dimiliki oleh pengguna dengan cara berkeluh-kesah di media sosial. Saat menghadapi tekanan, media sosial bisa dijadikan sebagai hiburan, sumber informasi dan alat untuk tetap terhubung dengan orang sekitar (Lubis et al., 2021). Menurut Folkman

dan Moskowitz Digunakan untuk membantu mengelola stress kini media sosial dijadikan sebagai alat coping yang didefinisikan sebagai perilaku dan pikiran yang difasilitasi oleh internet.

Saat ini penggunaan media sosial sudah tidak memandang usia dan sudah menjadi kebutuhan, dan kategori terbanyak pengguna sosial media di Indonesia adalah remaja. Penelitian Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), menyebutkan bahwa pengguna internet terbanyak di Indonesia berkisar di usia 15 hingga 19 tahun mencapai 91% dan diikuti usia 20-24 tahun di urutan kedua sebanyak 88,5%. Di peringkat pertama ada Pulau Jawa sebagai pengguna internet tertinggi sebesar 55%, sedangkan provinsi Jawa Tengah memiliki pengguna internet sebanyak 14,3%. Kebanyakan orang menggunakan internet dan membuka sosial media secara signifikan terkait dengan stressor dalam kehidupan mereka. Remaja secara khusus menggunakannya untuk mengurangi emosi negatif guna pengurangan stress. Penggunaan media sosial sebagai strategi coping stress kini kian meningkat di kalangan remaja, hal tersebut dikemukakan oleh (Husodo et al., 2021).

Jumlah unduhan sekitar 220 juta kini aplikasi TikTok menjadi aplikasi paling populer kedua setelah aplikasi WhatsApp yang tentu saja sudah banyak sekali orang yang menggunakan, tentu saja ini mengungguli aplikasi Instagram dan Facebook sebagai aplikasi non-game (Hairiah et al., 2021). Aplikasi Tik Tok ini berasal dari perusahaan Singapura, Byte Mod. Pengguna Tik Tok di Indonesia mencapai lebih dari 13 juta pengguna dan didominasi oleh anak muda rentan usia 18-24 tahun (Adawiyah, 2020). Pengguna aplikasi TikTok rata-rata masih duduk di bangku sekolah maupun perkuliahan.

Percaya pada penilaian dan kemampuan diri sendiri untuk melakukan suatu pekerjaan merupakan pengertian dari kepercayaan diri (self confidence), menurut Coleman (dalam kartini, 2019) menerangkan bahwa percaya diri adalah kesadaran diri yang kuat disertai dengan kemampuan dan harga diri yang kuat. Saat seseorang berani menunjukkan diri dengan penuh keyakinan, berani untuk berbeda pendapat, dan mampu membuat keputusan meskipun dalam keadaan yang sulit, berarti orang tersebut percaya diri. Perkembangan remaja mengenai kepercayaan diri kini dipengaruhi oleh penggunaan aplikasi Tik Tok. Banyak perempuan yang mendukung masalah perbandingan sosial dan penampilan, khususnya pada teman sebaya. Namun, mereka mampu menampilkan literasi media yang tinggi, kepercayaan diri, penghargaan terhadap perbedaan, dan strategi yang mampu mengurangi potensi hubungan negatif antara citra tubuh dan paparan media sosial. Temuan saat ini menunjukkan bahwa lingkungan sekolah dan orang tua ikut serta dalam membentuk sikap dan perilaku perempuan mengenai media sosial dan citra tubuh (Putri & Azeharie, 2021).

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, peneliti merasa harus melakukan penelitian yang membahas tentang pengaruh konten seleb Tik Tok terhadap tingkat stres dan kepercayaan diri. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konten seleb Tik Tok terhadap tingkat stres dan kepercayaan diri dikalangan remaja dengan kisaran umur 18 hingga 24 tahun. Peneliti memilih kalangan remaja dikarenakan, selain anak muda sangat mendominasi pengguna teknologi informasi, dan pengguna aplikasi Tik Tok juga sejauh ini masih didominasi oleh kalangan remaja (Husodo et al., 2021), sehingga menjadi relevan apabila peneliti mengulas pengaruh konten seleb Tik Tok terhadap tingkat stres dan kepercayaan diri. dikalangan remaja. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan masyarakat dapat menggunakan aplikasi Tik Tok sebagai media hiburan dengan tepat guna, dan diharapkan era Revolusi Industri 4.0 dapat menyongsong perkembangan masyarakat dan membawa dampak yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh aplikasi Tik Tok terhadap tingkat stress dan seberapa besar pengaruh aplikasi Tik Tok terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang.

METODE

Penelitian Deskriptif adalah jenis penelitian yang digunakan karena tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh konten/video Tik Tok (Y1) terhadap kepercayaan diri (X1) dan tingkat stress (X2). Pendekatan yang dipakai adalah kuantitatif dimana dalam penelitian ini didasarkan pada perhitungan dan angka-angka secara sistematis untuk menguji kebenaran dan permasalahan dalam penelitian.

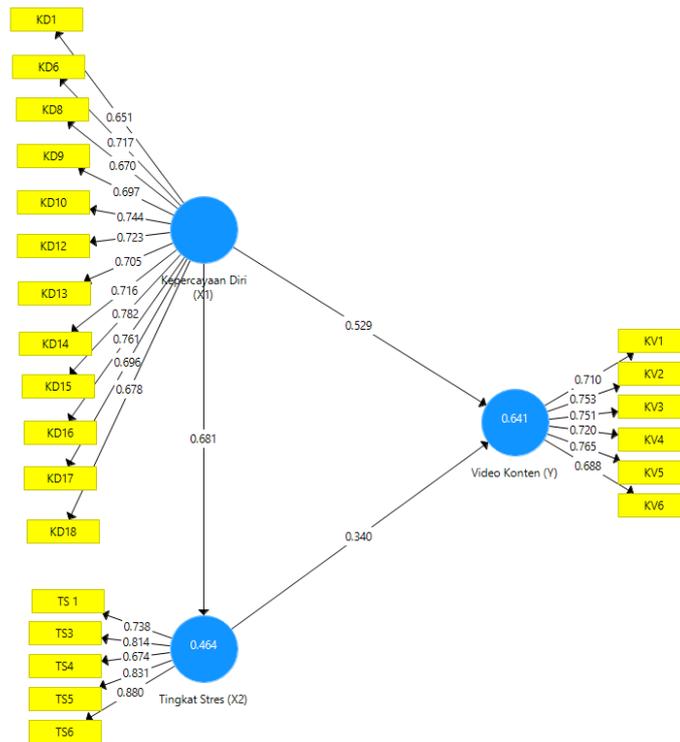
Dalam penelitian ini menggunakan populasi masyarakat pengguna Tik Tok di Kota Semarang. Alasan memilih Kota Semarang sebagai masalah populasi karena data menunjukkan Jawa Tengah merupakan salah satu provinsi yang memiliki pengguna internet terbesar di Indonesia pada tahun 2019 dengan jumlah pengguna 14,3% atau 26,5 juta dari seluruh pengguna internet di Indonesia. Dan Semarang merupakan kota yang paling berkontribusi di Jawa Tengah (Nuzuli & Natalia, 2022). Sampel adalah jumlah yang dapat mewakili populasi dan dianggap memenuhi karakteristik. Penelitian ini menggunakan 100 orang sebagai sampel, peneliti menyebarkan kuesioner dengan cara membagikan link Form kepada responden (Nuzuli & Natalia, 2022).

Untuk penentuan jumlah sampling menggunakan teknik purposive sampling yaitu sebuah teknik pengambilan sampel melalui sumber data yang akan dipertimbangkan terlebih dahulu kriterianya. Dilakukan pemilihan purposive sampling dikarenakan jumlah pengguna aplikasi Tik Tok di Kota Semarang belum diketahui.

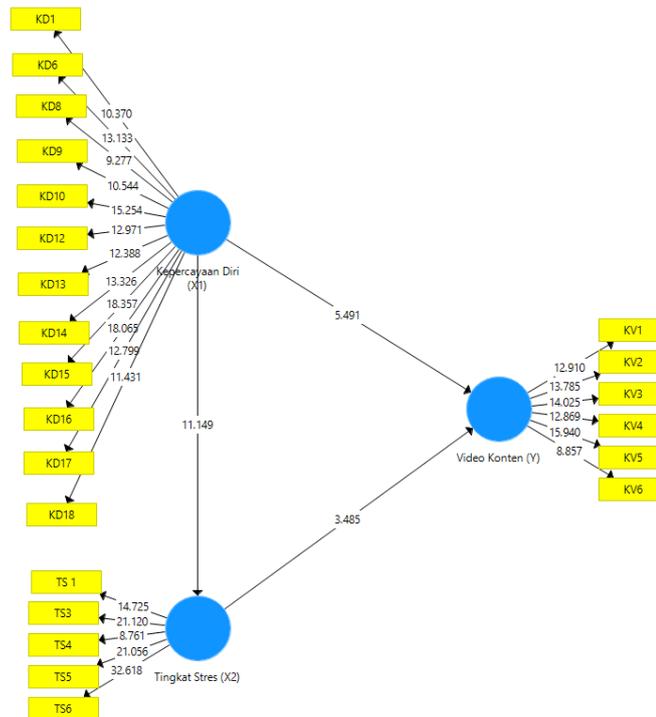
Data primer yaitu hasil dari data yang akan diperoleh oleh penulis dari jawaban para responden kuesioner yang disampaikan secara langsung atau dikirim kepada pengguna aplikasi Tik Tok berdomisili di Kota Semarang, biasa menghabiskan waktu minimal 90 menit dalam sehari untuk menggunakan aplikasi Tik Tok, dan berusia 18-24 tahun. Instrumen penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan daftar pertanyaan sebagai instrumen akumulasi data. Akumulasi data dalam penelitian ini menggunakan cara self-administered, yaitu kuesioner disebarkan kepada responden yang telah teridentifikasi kemudian jawaban responden tersebut dijawab secara mandiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan teknis analisis Partial Least Square (PLS) sebagai pengujian hipotesis dan dengan program smartPLS 3.0. Berikut skema model PLS yang diujikan:



Gambar 1. Outer Model



Gambar 2. Inner Model

Evaluasi Outer Model

1. Convergent Validity

Untuk menguji convergent validity menggunakan nilai loading factor atau outer loading. Suatu indikator dinyatakan memenuhi convergent validity dan masuk kedalam kategori baik apabila

nilai outer loading > 0,7. Berikut nilai outer loading dari masing-masing indikator pada variabel dalam penelitian:

Tabel 1. Outer Loading

Variabel	Indikator	Outer Loading
Kepercayaan Diri (X1)	KD1	0.651
	KD10	0.744
	KD12	0.723
	KD13	0.705
	KD14	0.716
	KD15	0.782
	KD16	0.761
	KD17	0.696
	KD18	0.678
	KD6	0.717
Tingkat Stres (X2)	TS1	0.738
	TS3	0.814
	TS4	0.674
	TS5	0.831
	TS6	0.880
	Konten/Video (Y1)	KV1
KV2		0.753
KV3		0.751
KV4		0.720
KV5		0.765
KV6		0.688

Berdasarkan data tabel 1. di atas, diketahui masing-masing indikator variabel dalam penelitian banyak nilai outer loading > 0,7. Menurut Chin yang dikutip oleh Imam Ghozali, bahwa nilai outer loading antara 0,5-0,6 sudah bisa dianggap cukup untuk memenuhi syarat convergent validity. Tidak ada indikator variabel yang memiliki nilai outer loading di bawah 0,5 dalam data di atas, dapat diambil kesimpulan indikator dinyatakan layak atau valid untuk digunakan dalam penelitian dan dapat dilakukan analisis lebih lanjut.

2. Discriminant Validity

Uji discriminant validity akan diuraikan menggunakan nilai cross loading. Suatu indikator dapat dikatakan memenuhi discriminant validity apabila nilai cross loading indikator pada variabelnya yaitu yang terbesar jika dibandingkan dengan variabel yang lain. Berikut nilai cross loading indikator:

Tabel 2. Cross Loading

Indikator	Variabel		
	Kepercayaan Diri (X1)_	Tingkat Stres (X2)_	Video Konten (Y)_
KD1	0.651	0.471	0.542
KD10	0.744	0.510	0.632
KD12	0.723	0.540	0.586
KD13	0.705	0.503	0.499
KD14	0.716	0.431	0.534
KD15	0.782	0.435	0.527
KD16	0.761	0.511	0.569
KD17	0.696	0.381	0.539
KD18	0.678	0.466	0.448
KD6	0.717	0.553	0.544
KD8	0.670	0.456	0.435
KD9	0.697	0.532	0.602
KV1	0.561	0.659	0.710
KV2	0.617	0.511	0.753
KV3	0.455	0.554	0.751
KV4	0.627	0.441	0.720
KV5	0.556	0.487	0.765
KV6	0.500	0.395	0.688
TS 1	0.565	0.738	0.595
TS3	0.512	0.814	0.543
TS4	0.457	0.674	0.403
TS5	0.576	0.831	0.594
TS6	0.569	0.880	0.603

Berdasarkan data pada tabel 4.2 diatas maka dapat diketahui masing-masing indikator pada variabel penelitian memiliki nilai cross loading terbesar yang nantinya akan dibandingkan dengan variabel lainnya berdasarkan cross loading. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu indikator-indikator yang digunakan memiliki discriminant validity yang menunjukkan hasil baik dalam menyusun variabelnya.

Selain menggunakan cross loading, dapat menggunakan nilai average variance extracted

(AVE) untuk masing-masing indikator dengan syarat nilai harus >0,5 untuk hasil model yang baik.

Tabel 3. Average Variance Extracted (AVE)

Variabel	AVE
Kepercayaan Diri	0,508
Tingkat Stres	0,626
Konten/Video	0,536

Berdasarkan tabel 3. di atas, diketahui nilai AVE dengan variabel kepercayaan diri, tingkat stress, konten/video >0,5. Maka dari itu, dinyatakan bahwa masing-masing variabel memiliki discriminant validity yang baik.

3. Composite Reliability

Variabel dapat dinyatakan memenuhi composite reliability jika hasil nilai >0,6. Berikut nilai composite reliability dari variabel dalam penelitian ini:

Tabel 4. Composite Reliability

Variabel	Composite Reliability
Kepercayaan Diri	0,925
Tingkat Stres	0,892
Konten/Video	0,874

Berdasarkan tabel 4. di atas, dapat dilihat bahwa nilai composite reliability semua variabel >0,6. Ini menunjukkan bahwa composite reliability dalam penelitian telah terpenuhi sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat reliabilitas yang dimiliki seluruh variabel tinggi.

4. Cronbach Alpha

Uji reliabilitas selain menggunakan composite reliability di atas, dapat diperkuat menggunakan cronbach alpha. Variabel dapat dikatakan memenuhi cronbach alpha jika memiliki nilai cronbach alpha >0,7. Berikut nilai cronbach alpha pada variabel:

Tabel 5. Cronbach Alpha

Variabel	Cronbach Alpha
Kepercayaan Diri	0,912
Tingkat Stres	0,848
Konten/Video	0,827

Berdasarkan tabel 5. di atas, dari masing-masing variabel penelitian memiliki nilai cronbach

alpha >0,7. Hal ini dapat menunjukkan bahwa variabel dalam penelitian memenuhi syarat nilai cronbach alpha, maka dapat disimpulkan seluruh variabel memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi.

Evaluasi Inner Model

Dalam penelitian ini akan dijelaskan hasil uji path coefficient, uji goodness of fit dan uji hipotesis.

1. Uji Path Coefficient

Dalam menunjukkan seberapa kuat pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen akan digunakan uji path coefficient. Sedangkan Coefficient determination (R-Square) berguna untuk mengukur banyaknya variabel dependen (endogen) yang dipengaruhi variabel lain. Disebutkan oleh Chin, hasil R2 sebesar 0,67 ke atas untuk model struktural dan variabel laten mengidentifikasi pengaruh variabel independen (yang mempengaruhi) terhadap variabel dependen (yang dipengaruhi) termasuk kategori baik. Jika hasilnya 0,33-0,67 maka termasuk kategori sedang, lalu jika memiliki hasil 0,19-0,33 maka termasuk kategori lemah.

Berdasarkan skema inner model pada gambar 2. di atas, dapat disimpulkan bahwa nilai path coefficient terbesar ditunjukkan dengan pengaruh kepercayaan diri terhadap tingkat stres sebesar 11.149. pengaruh terbesar selanjutnya yaitu pengaruh tingkat kepercayaan diri terhadap konten/video sebesar 5,491. Lalu pengaruh tingkat stres terhadap konten/video sebesar 3.485. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa keseluruhan variabel dalam model ini memiliki path coefficient dengan hasil angka positif. Jika semakin besar nilai path coefficient pada satu variabel independen terhadap variabel dependen, maka semakin kuat pengaruh antar variabel independen dan variabel dependen.

2. Uji Kebaikan Model (Goodness of fit)

Berdasarkan pengolahan data menggunakan program smartPLS 3.0, diperoleh nilai R-Square berikut:

Tabel 6. Nilai R-Square

Variabel	Nilai R-Square
tingkat stres (X2)	0,464
video/Konten (Y)	0,641

Berdasarkan tabel 6. di atas, diketahui nilai R-Square untuk variabel tingkat stres yaitu 0,464. Hasil tersebut menjelaskan bahwa persentase besar tingkat stres sebesar 46,6%. Selanjutnya untuk konten/video yaitu 0,641 menjelaskan bahwa variabel konten/video adalah sebesar 64,4%. Nilai hasil perhitungan Q-Square dalam penelitian ini yaitu:

$$\begin{aligned}
 \text{Q-Square} &= 1 - [(1 - R^2_1) \times (1 - R^2_2)] \\
 &= 1 - [(1 - 0,285) \times (1 - 0,332)] \\
 &= 1 - (0,715 \times 0,688) \\
 &= 1 - 0,491 \\
 &= 0,509
 \end{aligned}$$

Hasil perhitungan nilai 0,509. Ini menunjukkan nilai >0, maka dapat disimpulkan bahwa variabel konten/video dapat memprediksi model dengan baik atau telah memiliki goodness of fit yang baik.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan melihat P-Values and T-Statistics. Hipotesis penelitian dinyatakan diterima apabila nilai P-Values <0,05. Berikut hasil uji hipotesis melalui inner model dalam penelitian ini:

Tabel 7. T-Statistics dan P-Value

Hipotesis	pengaruh	T-Statistics	P-Values	Hasil
H1	Kepercayaan Diri (X1) => Tingkat Stres (X2)	11,339	0,000	Diterima
H2	Kepercayaan Diri (X1) => Video/Konten (Y)	5,455	0,000	Diterima
H3	Tingkat Stres => Video/Konten (Y)	3,470	0,001	Diterima

Berdasarkan tabel 4.7 di atas, diketahui bahwa tiga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, semuanya dapat diterima karena masing-masing pengaruh memiliki nilai P-Values <0,05. Maka dapat dinyatakan variabel independen ke dependennya memiliki pengaruh yang signifikan.

Analisis Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan guna menjawab hipotesis yang diajukan, telah diketahui semua hipotesis diterima. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa antara variabel independen dan dependen memiliki pengaruh yang signifikan. Berikut analisis pengaruh antar variabel berdasarkan hipotesis yang diajukan:

1. Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Tingkat Stres

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan nilai P-Values yang membentuk pengaruh kepercayaan diri terhadap tingkat stres yaitu sebesar 0,000 ditambah dengan nilai T-Statistic positif, maka dapat dinyatakan kepercayaan diri berpengaruh positif terhadap tingkat stres. Evaluasi skema inner model dalam uji path coefficient menjelaskan bahwa pengaruh kepercayaan diri memiliki nilai terkuat pertama dari tiga pengaruh antar variabel dengan nilai T-Statistic sebesar 11,339. Maka hal ini sesuai dengan pendapat Hilgard dan Atkinson yang menyebutkan bahwa kepercayaan diri (perasaan mampu) merupakan salah satu hal yang mempengaruhi tingkat stress. Faktor utama untuk menentukan seberapa stres seseorang bisa dilihat dari kepercayaan diri individu tentang bagaimana cara individu tersebut menanggulangi stress, dan disebutkan bahwa semakin rendah tingkat stres yang dialami seseorang, maka akan semakin tinggi kepercayaan diri individu tersebut (CASBEE Technical Manual, 2014).

Hasil uji hipotesis diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Burso yang menulis kesimpulan bahwa rasa percaya diri yang tinggi dipercaya mampu membuat individu melawan stres. Kepercayaan diri merupakan sikap positif dari seorang individu untuk berani dalam mengambil risiko, mampu menerima diri sendiri, dan percaya akan potensi yang dimiliki (burso, 2018).

2. Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Video/Konten

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan nilai P-Values yang membentuk pengaruh kepercayaan diri terhadap tingkat stres yaitu sebesar 0,000 ditambah dengan nilai T-Statistic positif,

maka dapat dinyatakan kepercayaan diri berpengaruh positif terhadap video/konten. Evaluasi skema inner model dalam uji path coefficient menjelaskan bahwa pengaruh kepercayaan diri memiliki nilai terkuat pertama dari tiga pengaruh antar variabel yang lain dengan nilai T-Statistic sebesar 5,455. Hal ini sesuai dengan pendapat Adawiyah yang menjelaskan bahwa kepercayaan diri seseorang akan dengan mudah meningkat saat orang tersebut percaya dengan kemampuannya, dengan adanya role model (seleb Tik Tok) sebagai panutan dan terciptanya proses pembentukan akan mempermudah diri seseorang untuk lebih berkembang dengan segala inovasi dan aspek yang baru (Adawiyah, 2020).

3. Pengaruh Tingkat stres terhadap video/konten

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan nilai P-Values yang membentuk pengaruh kepercayaan diri terhadap tingkat stres yaitu sebesar 0,001 ditambah dengan nilai T-Statistic positif, maka dapat dinyatakan kepercayaan diri berpengaruh positif terhadap video/konten. Evaluasi skema inner model dalam uji path coefficient menjelaskan bahwa pengaruh kepercayaan diri memiliki nilai terkuat pertama dari tiga pengaruh antar variabel yang lain dengan nilai T-Statistic sebesar 3,470.

Hal ini sesuai dengan keterangan Media Indonesia (2019) pada tahun 2018 Tik Tok terpilih sebagai aplikasi hiburan nomor 1 di App Store Indonesia dan mendapatkan penghargaan “Aplikasi terbaik” dan “Aplikasi paling menghibur” dari Google Play, Konten video hiburan dipercaya mampu motivasi hiburan, dapat menghilangkan rasa jenuh, bosan, menurunkan tingkat stress, di kalangan pengguna media sosial dan bagi pembacanya bisa menambah wawasan. (Patricia, 2021). Salah satu cara menghadapi stres yaitu dengan masuk ke dunia media sosial, karena di media sosial para pengguna dapat memperoleh hiburan (Sholehah et al., 2022).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Variabel kepercayaan diri (X1) memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat stress (X2), dan Uji hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai P-Value sebesar 0,000 dan nilai T-Statistic sebesar 11,339.
2. Variabel kepercayaan diri (X1) memiliki pengaruh signifikan terhadap video/konten (Y), dan Uji hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai P-Value sebesar 0,000 dan nilai T-Statistic sebesar 5,455.
3. Variabel kepercayaan diri (X1) memiliki pengaruh signifikan terhadap video/konten (y), dan Uji hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini dapat dilihat dari nilai P-Value sebesar 0,001 dan nilai T-Statistic sebesar 3,470.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang. *Jurnal Komunikasi*, 14(2), 135–148. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v14i2.7504>
- Ambarwati, D. D., Utina, U. T., Pendidikan, J., Drama, S., Bahasa, F., & Semarang, N. (2022). JURNAL SENI TARI Pengaruh Dance Challenge Pada Media Sosial TikTok Terhadap Minat Menari Remaja Kabupaten Blora di Era Pandemi Covid-19. 11, 22–35.
- Bao, H., Cao, B., Xiong, Y., & Tang, W. (2020). Digital media's role in the COVID-19 pandemic. *JMIR MHealth and UHealth*, 8(9), 19–21. <https://doi.org/10.2196/20156>
- burso, muhammad. (2018). Teori-teori Manajemen Sumber Daya Manusia. *prenada media*.
- Chalmers, D. (2015). Express your feelings. *Early Years Educator*, 17(7), v–vii.

<https://doi.org/10.12968/eyed.2015.17.7.v>

- Dewi, D. ratna. (2014). Optimalisasi penerapan keberanian mengambil resiko berbicara dalam upaya meningkatkan kemampuan berbicara bahasa inggris siswa madrasah ibtidiyah. *Jurnal Ilmiah PGSD*, IV(2), 1–9.
- Gaol N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, 24, 1–11.
- Hajriah, H., Suryani, A., Sari, L., & Rahmah, D. D. N. (2021). Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tik Tok yang Menjalani Social Distancing Wabah Covid-19. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 685. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6509>
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., Helmi, A. F., & Mada, U. G. (2015). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi (Yogyakarta)*, 25(2), 47–55. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7504>
- Husodo, B. T., Amelia, F. D. T., & Handayani, N. (2021). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Strategi Coping Stress Pada Remaja Di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 327–333.
- Juliandi, A. (2018). Structural Equation Model Partial Least Square (Sem-Pls) Dengan SmartPLS. *Modul Pelatihan*, 1–4.
- Khairil, M. (2018). Analisis Pemanfaatan New Media Melalui Jaringan Media Sosial. *National Conference of Creative Industry*, September, 5–6. <https://doi.org/10.30813/ncci.v0i0.1293>
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Nugraha, A. (2018). Fakultas ilmu sosial dan ilmu politik universitas muhammadiyah sumatera utara medan 2018. 1–87.
- Nuzuli, A. K., & Natalia, W. K. (2022). Motif Penggunaan Aplikasi Tik Tok di Kota Semarang. *Jurnal InterAct*, 10(2), 47–58. <https://doi.org/10.25170/interact.v10i2.3151>
- Palu, D. I. K. (2019). Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Smp Islam. 2(2).
- Patricia, C. O. S. (2021). No Analisis Struktur Kovarian Indeks Terkait Kesehatan untuk Lansia di Rumah, Berfokus pada Perasaan Subjektif tentang Kesehatan Title. 3(2), 6.
- Putri, S. D., & Azeharie, S. (2021). Strategi Pengelolaan Komunikasi dalam Membentuk Personal Branding di Media Sosial Tiktok. *Koneksi*, 5(2), 280. <https://doi.org/10.24912/kn.v5i2.10300>
- Rohmawati, I. E., & Arfa, M. (2022). Perilaku Pencarian Informasi mahasiswa Fakultas Ilmu Budaya Undip dalam Aplikasi TikTok. 6(4), 505–518.
- 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. <https://proceedings.sgu.ac.id/ifsj/index.php/ifsj/article/view/53>
- Sholehah, S., Harina, Y., & ... (2022). Intensitas Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Coping Stres Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. ... *Nasional Psikologi UAD*. <http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/SNFP/article/view/9576%0Ahttp://www.seminar.uad.ac.id/index.php/SNFP/article/viewFile/9576/2220>
- Southwick, L., Guntuku, S. C., Klinger, E. V., Seltzer, E., McCalpin, H. J., & Merchant, R. M. (2021). Characterizing COVID-19 Content Posted to TikTok: Public Sentiment and Response During the First Phase of the COVID-19 Pandemic. *Journal of Adolescent Health*, 69(2), 234–241. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.05.010>
- Wang, Y. (2020). Humor and camera view on mobile short-form video apps influence user experience and technology-adoption intent, an example of TikTok (DouYin). *Computers in Human Behavior*, 110. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106373>
- 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>