

**PENGARUH KEBAHAGIAAN TERHADAP  
*EMOTIONAL WELL-BEING* PADA PENIKMAT  
TIKTOK DI KABUPATEN BEKASI**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Aditya Yoga Putra Pratama**

**202010515111**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2024**

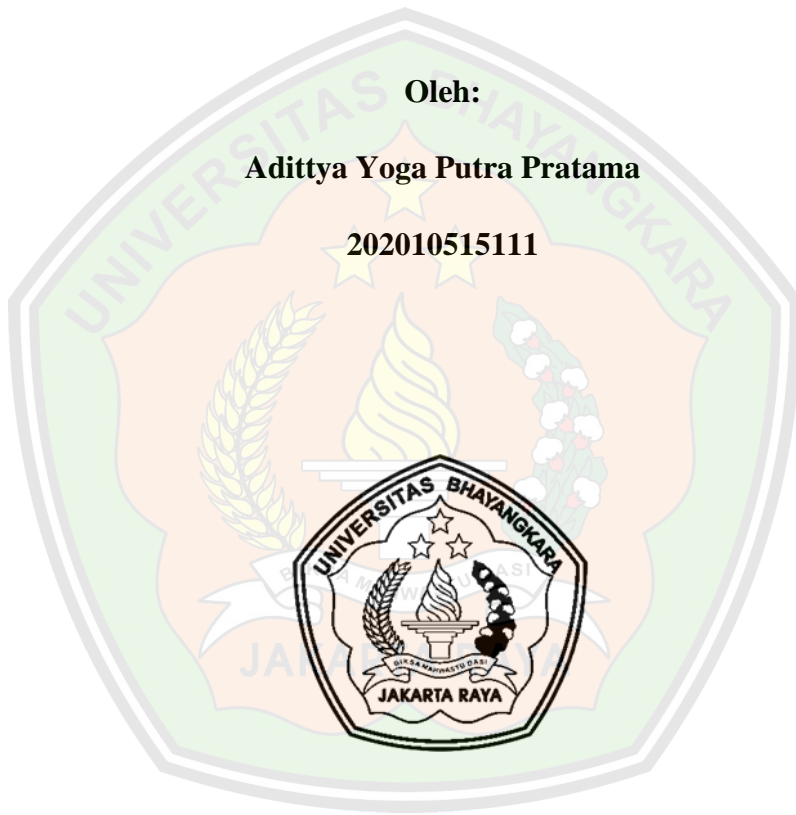
**PENGARUH KEBAHAGIAAN TERHADAP  
*EMOTIONAL WELL-BEING* PADA PENIKMAT  
TIKTOK DI KABUPATEN BEKASI**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Aditty Yoga Putra Pratama**

**202010515111**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Kebahagiaan Terhadap  
*Emotional well-being* Pada Penikmat  
TikTok di Kabupaten Bekasi

Nama Mahasiswa : Aditya Yoga Putra Pratama

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515111

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi


Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Juli 2024

Jakarta, 25 Juli 2024

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Dr. Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si

NIDN: 0324087902

  
Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi., M.Si

NIDN: 0308057406

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Kebahagiaan Terhadap *Emotional Well-Being* Pada Penikmat TikTok di Kabupaten Bekasi  
Nama Mahasiswa : Aditya Yoga Putra Pratama  
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515111  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Juli 2024

Jakarta, 22 Juli 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog  
NIDN 0326107706  
Penguji I : Dr. Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si  
NIDN 0324087902  
Penguji II : Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi., M.Si  
NIDN 0308057406

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi : Yulia Fitriani, S.Psi., M.A. Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.  
NIDN. 0314078503

Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org., Psy., S.E., Psikolog  
NIDK. 8957830022

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Pengaruh Kebahagiaan Terhadap *Emotional Well-Being* Pada Penikmat TikTok di Kabupaten Bekasi ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 1 Agustus 2024  
Yang membuat pernyataan



Aditty Yoga Putra Pratama  
202010515111

## ABSTRAK

Adittyta Yoga Putra Pratama. 202010515111. Pengaruh Kebahagiaan terhadap *Emotional well-being* pada penikmat TikTok di Kabupaten Bekasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh kebahagiaan terhadap *Emotional well-being* pada penikmat TikTok di Kabupaten Bekasi. Kebahagiaan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *Emotional well-being*, dan penggunaan media sosial, khususnya TikTok, telah menjadi fenomena signifikan di kalangan masyarakat Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi dan regresi untuk menganalisis hubungan dan pengaruh antara kebahagiaan dan *Emotional well-being*. Populasi penelitian ini adalah individu yang aktif menggunakan TikTok. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *non-probability* sampling dan *purposive sampling*, dengan total 140 responden yang ditentukan melalui perhitungan GPower. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mencakup variabel kebahagiaan dan *Emotional well-being*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebahagiaan dan *Emotional well-being* pada penikmat TikTok. Individu yang merasa lebih bahagia cenderung memiliki kesejahteraan emosional yang lebih baik. Penelitian ini juga menemukan bahwa penggunaan TikTok yang berlebihan dapat berdampak negatif pada kesejahteraan emosional, namun kebahagiaan yang diperoleh dari konten positif dapat mengimbangi dampak tersebut. Penelitian ini memiliki kebaruan pada fokus populasi dan lokasi yang belum pernah diteliti sebelumnya, yaitu penikmat TikTok di Kabupaten Bekasi. Temuan ini diharapkan dapat memberikan wawasan lebih dalam tentang pentingnya kebahagiaan dalam meningkatkan *Emotional well-being* di era digital.

**Kata kunci:** Kebahagiaan, *Emotional well-being*, TikTok

## ABSTRACT

Adittyta Yoga Putra Pratama. 202010515111. *The Influence of Happiness on Emotional well-being on TikTok Connoisseurs in Bekasi Regency*

*This study aims to identify the influence of happiness on Emotional well-being in TikTok connoisseurs in Bekasi Regency. Happiness is one of the factors that affect Emotional well-being, and the use of social media, especially TikTok, has become a significant phenomenon among Indonesian people. This study uses a quantitative method with a correlation and regression approach to analyze the relationship and influence between happiness and Emotional well-being. The population of this study is individuals who are actively using TikTok. The research sample was taken using non-probability sampling and purposive sampling techniques, with a total of 140 respondents determined through GPower calculations. Data was collected through questionnaires that included variables of happiness and Emotional well-being. The results of the study show that there is a significant positive relationship between happiness and Emotional well-being in TikTok connoisseurs. Individuals who feel happier tend to have better Emotional well-being. The study also found that excessive use of TikTok can have a negative impact on Emotional well-being, but the happiness gained from positive content can offset the impact. This research has a novelty on the focus of population and location that has never been studied before, namely TikTok connoisseurs in Bekasi Regency. This finding is expected to provide deeper insights into the importance of happiness in improving Emotional well-being in the digital era.*

**Keywords:** *Happiness, Emotional well-being, TikTok*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena dengan Rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan di waktu yang tepat dengan judul “Pengaruh Kebahagiaan Terhadap *Emotional well-being* Pada Penikmat TikTok Di Kabupaten Bekasi” untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

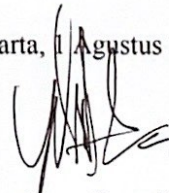
Dalam penyusunan skripsi ini banyak hal yang dihadapi oleh peneliti, oleh sebab itu peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, karena telah memberikan saya kelancaran dan kesehatan secara psikis maupun fisik sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org.,Psy., S.E.,Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memimpin dan membimbing seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
3. Ibu Wahyu Aulizalsini, M.Psi.,Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan yang sangat berharga.
4. Dr. Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si selaku Dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, membantu, serta membagikan ilmu dengan sabar dalam menyelesaikan skripsi ini, saya ucapkan banyak terima kasih.
5. Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan saran serta kritik terhadap skripsi ini sehingga dapat menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik.
6. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Ketua Program Studi Psikologi telah membimbing seluruh mahasiswa Psikologi khususnya angkatan 2020

7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membagikan ilmunya serta seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam pengurusan administrasi dan akademik selama perkuliahan.
8. Terimakasih untuk panutanku, Ayahanda Cahyono (Alm). Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi serta memberi dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
9. Pintu surgaku, Ibunda Omega. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program studi penulis, beliau juga tidak sempat merasakan pendidikan sampai di bangku perkuliahan, namun semangat, rasa kasih sayangnya serta sujudnya selalu menjadi doa untuk kesuksesan anaknya.
10. Kepada teman seperjuangan “8 VS EVERYBODY” dan teman-teman terbaik “Maju Bersama EVO”. Terimakasih atas segala bentuk support, canda tawa, dan tangis air mata yang kita lalui bersama-sama dalam menempuh pendidikan di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
11. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Veronika Devi Yunike Putri. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Telah mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah, dan memberikan semangat untuk pantang menyerah.
12. Adittyta Yoga Putra Pratama, ya! Diri saya sendiri. Terimakasih sudah selalu berjuang untuk menjadi lebih baik, bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu peneliti sangat menerima kritik dan saran yang diberikan. Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi bidang ilmu psikologi maupun berbagai pihak.

Jakarta, 1 Agustus 2024



Adittyta Yoga Putra Pratama

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
2.1 Uraian Variabel.....	8
2.1.1 <i>Emotional well-being</i> .....	8
2.1.2 Kebahagiaan.....	12
2.2 Pengaruh Antar Variabel .....	16
2.3 Hipotesis Penelitian .....	17
2.4 Model atau Kerangka Berfikir Penelitian .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	19
3.1 Tipe Penelitian .....	19
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian .....	19
3.3 Definisi Operasional .....	20
3.3.1 Definisi Operasional Emotional-Well Being .....	20
3.3.2 Definisi Operasional Kebahagiaan.....	20
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	20

3.4.1	Populasi.....	20
3.4.2	Sampel dan Sampling.....	21
3.5	Teknik Pengumpulan Data .....	22
3.5.1	Instumen Penelitian.....	22
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	24
3.6	Analisis Data.....	26
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>27</b>
4.1	Profil Responden Penelitian .....	27
4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	30
4.2.1	Persiapan Penelitian .....	30
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	31
4.2.3	Validitas dan Reabilitas Alat Ukur Penelitian .....	31
4.3	Hasil Penelitian.....	35
4.3.1	Profil Demografis.....	35
4.3.2	Uji Asumsi Penelitian .....	37
4.3.3	Kategorisasi Penelitian.....	37
4.3.4	Uji Hipotesis .....	40
4.4	Diskusi Dan Pembahasan .....	42
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>44</b>
5.1	Kesimpulan.....	44
5.2	Saran .....	44
5.2.1	Saran Teoritits.....	44
5.2.2	Saran Praktis .....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>46</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>52</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pemberian Skor pada Skala.....	22
Tabel 3.2 Skala <i>Emotional well-being</i> .....	23
Tabel 3.3 Blue Print Kebahagiaan .....	24
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem .....	25
Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas .....	26
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian.....	28
Tabel 4.2 Validitas Skala Kebahagiaan .....	32
Tabel 4.3 Validitas Skala <i>Emotional well-being</i> .....	33
Tabel 4.4 Reliabilitas Skala Penelitian.....	34
Tabel 4.5 Profil Demografis.....	35
Tabel 4.6 Perbedaan Profil Demografis .....	35
Tabel 4.7 Hasil Uji Asumsi.....	37
Tabel 4.8 Deskripsi Statistik <i>Emotional well-being</i> .....	37
Tabel 4.9 Kategorisasi Data Penelitian .....	38
Tabel 4.10 Deskripsi Statistik Kebahagiaan .....	39
Tabel 4.11 Kategorisasi Data Penelitian .....	40
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi.....	40
Tabel 4.13 Uji Regresi .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian .....	18
Gambar 4.1 Jenis Kelamin .....	27
Gambar 4.2 Usia.....	28
Gambar 4.3 Durasi Menonton.....	29



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 - GPower.....	53
Lampiran 2 - Aitem Skala Kebahagiaan .....	54
Lampiran 3 - Aitem Skala <i>Emotional well-being</i> .....	55
Lampiran 4 - Screenshot Google Formulir Pengambilan Data.....	56
Lampiran 5 - Screenshot Bukti Penyebaran Skala.....	63
Lampiran 6 - Tabel Coding Skala Kebahagiaan .....	65
Lampiran 7 - Tabel Coding Skala <i>Emotional well-being</i> .....	72
Lampiran 8 - Tabel Coding Hipotesis.....	77
Lampiran 9 - Hasil Uji Validitas.....	82
Lampiran 10 - Hasil Uji Validitas <i>Emotional well-being</i> .....	83
Lampiran 11 - Hasil Uji Reliabilitas Skala Kebahagiaan .....	84
Lampiran 12 - Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Emotional well-being</i> .....	85
Lampiran 13 - Hasil Uji Asumsi .....	86
Lampiran 14 - Tabel Uji Normalitas.....	87
Lampiran 15 - Tabel Uji Korelasi .....	88
Lampiran 16 - Tabel Berdasarkan Usia .....	89
Lampiran 17 - Tabel Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	90
Lampiran 18 - Lembar Bimbingan.....	91