

Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tik Tok yang Menjalani Social Distancing Wabah Covid-19

Hajriah¹, Anti Suryani², Linda Sari³, Dian Dwi Nur Rahmah⁴

¹²³⁴ Study program of psychology, Faculty of Social and Political Scienc, Mulawarman University, Indonesia
Email: hajriah13@gmail.com, suryaniyani2901@gmail.com, lindasari.tgr@gmail.com, dian.dnr@fisip.unmul.ac.id

Article Info

Article history:

Received 9 Agustus 2021

Revised 23 Agustus 2021

Accepted 6 September 2021

Keywords:

Sosial Distancing;

Strategi Coping;

Tik tok

ABSTRACT

A good coping strategy during the social distancing period of the Covid-19 outbreak is important to reduce boredom and avoid stress. For this reason, a good coping strategy for students can be done by using the Tik Tok application to get social support and as a form of self-expression and channeling feelings during saturation of online lectures and busy college assignments. This study aims to obtain information on how to describe the coping strategies of students using the Tik Tok application who undergo social distancing at Mulawarman University, Samarinda. The subjects used were four students of Mulawarman University users of the Tik Tok application using purposive sampling technique, namely the selection of research subjects based on certain characteristics or traits. The data collection used is semi-structured in-depth interviews and observation. The data collected were analyzed using data analysis techniques proposed by Miles and Huberman, namely data collection, data reduction, data presentation and drawing conclusions. The results showed that the description of the coping strategies of students using the Tik Tok application during the social distancing of the Covid-19 outbreak was more likely to use an emotional focus coping approach, namely using Tik Tok as a diversion or channeling of emotions when experiencing pressure or stress. So, using the Tik Tok application is quite effective for coping strategies during the social distancing of the Covid-19 outbreak.

ABSTRAK

Strategi Coping yang baik pada masa sosial distancing wabah Covid-19 penting untuk mengurangi kejenuhan dan rasa bosan serta menghindari terjadinya stress. Untuk itu, strategi coping yang baik bagi mahasiswa dapat dilakukan dengan menggunakan aplikasi Tik Tok untuk memperoleh dukungan sosial dan sebagai bentuk pengekspresian diri serta penyaluran perasaan di tengah kejenuhan kuliah online dan kesibukan tugas-tugas kuliah. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai bagaimana gambaran strategi coping mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok yang menjalani sosial distancing pada Universitas Mulawarman Samarinda. Subjek yang digunakan sebanyak empat orang mahasiswa Universitas Mulawarman pengguna aplikasi Tik Tok dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu pemilihan subjek penelitian didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu. Pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam semiterstruktur dan observasi. Data yang terkumpul dianalisis dengan teknik analisis data yang dikemukakan Miles dan Huberman yakni pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran strategi coping mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok selama menjalani sosial distancing wabah Covid-19 lebih cenderung menggunakan pendekatan emosional focus coping yakni menggunakan Tik Tok sebagai pengalihan atau penyaluran emosi ketika mengalami tekanan atau stres. Sehingga menggunakan aplikasi Tik Tok cukup efektif untuk strategi coping selama sosial distancing wabah Covid-19.

Kata kunci

Sosial Distancing;

Strategi Coping;

Tik tok

LATAR BELAKANG

Di tengah mewabahnya Covid-19, banyak negara menerapkan karantina wilayah (*lockdown*) dan menjaga jarak dengan tidak melakukan kegiatan berkumpul (*social distancing*). *Social distancing* merupakan strategi kesehatan publik yang direkomendasikan publik untuk mencegah, melacak dan menghambat penyebaran virus Corona dengan menjaga jarak dan tidak menghadiri pertemuan dengan jumlah banyak atau melakukan kegiatan berkumpul. Tujuannya agar virus tersebut tidak tertular ke orang yang sehat.

Hal tersebut menyebabkan beberapa orang harus menghentikan kegiatan yang biasanya dilakukan di luar rumah berpindah melakukan kegiatan di rumah saja. Sama halnya dengan seorang pelajar maupun mahasiswa yang mengharuskan kuliah secara online dan mulai belajar dari rumah atau disebut pembelajaran daring. Selama berada di rumah tidak sedikit mahasiswa akan merasa bosan dan stress akan tugas-tugas yang diterima. Sesuai dengan penelitian Andiarna dan Kusumawati (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran daring mempengaruhi stress akademik selama pandemi Covid-19. Kemudian, hasil penelitian Mubin dan Basthomi (2020) menunjukkan bahwa "Tugas pembelajaran" merupakan faktor utama penyebab stress mahasiswa selama pandemi Covid-19.

Oleh karena itu, mahasiswa akan mencari hal-hal menarik dan menyenangkan di rumah sebagai bentuk strategi coping dari rasa bosan dan stress. Strategi coping merupakan berbagai upaya baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau minimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan (Lubis, dkk., 2015). Salah satu cara yang dapat digunakan yaitu dengan menggunakan atau bermain aplikasi Tik Tok. Berdasarkan fitur-fiturnya Aplikasi

Tik Tok dapat mengolah kata-kata yang mengekspresikan, menyatakan atau menyampaikan maksud, ide, gagasan, pikiran, serta perasaan yang disusun dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan penyimak. Berdasarkan data per tahun 2019, 41% pengguna aplikasi ini berumur 16-24 tahun. Tidak hanya itu, aplikasi ini juga digunakan oleh usia yang lebih tua meskipun dengan persentase yang lebih kecil (Moshin, 2020).

Melalui popularitas yang dimiliki tersebut, aplikasi Tik Tok menjadi salah satu media sosial yang diandalkan dalam mengisi kegiatan sehari-hari pada masa pandemi ini (Iqbal, 2020). Sehingga dengan menggunakan aplikasi Tik Tok dapat mengurangi perasaan bosan dan stress selama berada di rumah. Sejalan dengan hasil penelitian Putra dkk. (2021) yang menyatakan 64% orang mengatakan Tik Tok adalah media untuk mengurangi stres di era pandemi Covid-19, aplikasi Tik Tok mempengaruhi penggunaannya baik positif maupun negatif.

Berdasarkan dari pemaparan latar belakang masalah yang telah dikemukakan dijelaskan di atas, peneliti merasa perlu melakukan penelitian yang membahas tentang gambaran strategi coping mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok yang menjalani *social distancing* selama pandemi Covid-19. Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran strategi coping mahasiswa pengguna aplikasi tik tok yang menjalani *social distancing* selama pandemi Covid-19.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif atau sering juga disebut penelitian naturalistik yang dapat dilakukan dalam *natural setting*. Menurut Arifin (2011) penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian yang dilakukan secara wajar dan

natural sesuai dengan kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi, serta jenis data yang dikumpulkan terutama data kualitatif, berusaha menggambarkan fenomena yang sudah dipelajari dan diuraikan hingga mencapai sebuah kesimpulan penelitian. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode fenomenologi yaitu sudut pandang yang fokus terhadap pengalaman-pengalaman individu dan interpretasi dunia.

Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2013) subjek penelitian adalah suatu atribut, nilai atau bahkan sikap dari seseorang yang telah ditunjukkan dalam penelitian yang akan dilakukan. Subjek dalam penelitian ini adalah 4 orang mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok yang berlokasi di Universitas Mulawarman Samarinda. Pada penelitian kualitatif tidak mengenal adanya jumlah sampel minimum (sample size), umumnya menggunakan jumlah sampel kecil bahkan pada kasus tertentu menggunakan hanya 1 subjek saja. Pemilihan jumlah 4 orang subjek berdasarkan dua syarat yang harus dipenuhi dalam menentukan jumlah subjek yaitu kecukupan dan kesesuaian (Heryana, 2018).

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan dengan pertimbangan atau ciri-ciri tertentu (Sugiono, 2013). Secara khusus, adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini bercirikan sebagai berikut :

1. Mahasiswa Universitas Mulawarman Samarinda.
2. Menggunakan aplikasi Tik Tok.
3. Menjalani sosial distancing wabah Covid-19.
4. Bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian secara utuh.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah

observasi dan wawancara secara tidak langsung atau secara *online* dengan *videocall* menggunakan aplikasi *whatsapp* dan wawancara secara langsung dengan mengikuti aturan protokol kesehatan bagi subjek yang bisa dijangkau tempat tinggalnya. Wawancara dilakukan berdasar pada pedoman wawancara (*guide interview*) yang telah disusun sebelumnya.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan model analisis data yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman. Model analisis Miles dan Huberman terdiri atas empat teknik, yaitu pengumpulan data, penyerderhaan data atau reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL PENELITIAN

Data yang dihasilkan berupa data hasil wawancara yang dilakukan untuk memperoleh secara lengkap terkait informasi yang akurat mengenai variabel penelitian, yaitu gambaran strategi coping pengguna Tik Tok. Peneliti telah melakukan wawancara pada empat subjek yang sesuai dengan karakteristik yang ingin digali yaitu mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok. Berikut adalah waktu dan tempat pelaksanaan wawancara yang dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1. Pelaksanaan Wawancara

Subjek	Tanggal	Tempat
Y	16 Juni 2021	Asrama subjek Y
SF	11 Juli 2021	Online Aplikasi Whatsapp
YSU	16 Juli 2021	Online Aplikasi Whatsapp
DM	20 Juli 2021	Online Aplikasi Whatsapp

Hasil wawancara mengenai gambaran strategi coping dengan keempat subjek diantaranya: subjek pertama berinisial Y adalah salah satu subjek yang gemar

menggunakan Tik Tok sebagai media mengurangi kejenuhan dan membantu coping stress nya. Subjek Y menjelaskan bahwa dia sudah menggunakan Tik Tok bahkan sebelum adanya pandemi namun tidak sesering sekarang. Subjek menjelaskan penggunaan Tik Tok selama masa pandemi membantu dia menghabiskan waktu dirumah karena subjek Y memang gemar membuat konten-konten di Tik Tok, dan konten yang paling sering dibuat yaitu konten masak dan game PUBG. Selama masa pandemi, banyak kegiatan masyarakat yang dibatasi bahkan tempat makanpun banyak yang tutup, hal tersebut membuat subjek Y terpikirkan membuat video masak yang mudah dibuat dirumah karena subjek Y memang suka memasak. Subjek Y juga menjelaskan dengan bermain Tik Tok dia juga bisa melihat video-video masak yang bisa dipelajari sehingga membuatnya lebih gemar belajar masak di rumah selama pandemic.

Dalam menjalani *sosial distancing* ini, subjek Y mengaku membuat tingkat stress nya memang cukup tinggi dibandingkan sebelum pandemi, hal ini dikarenakan dibatasinya segala aktivitas diluar rumah yang mana biasanya subjek Y bebas bertemu dengan siapapun dan pergi kemanapun tanpa khawatir. Subjek Y mengaku bahwa peran Tik Tok dalam menurunkan tingkat stress tersebut cukup efisien, karena ketika bosan di rumah subjek Y biasanya menonton video-video lucu di Tik Tok yang membantu memperbaiki suasana hatinya, terlebih dia juga bisa mengapresiasi diri di Tik Tok dengan mengunggah berbagai macam video dan videonya lebih banyak di tonton oleh pengguna Tik Tok lainnya. Dengan melakukan hal yang disukai dapat membantu mengurangi tingkat stress subjek Y selama menjalani *sosial distancing* pandemi Covid-19 ini.

Subjek kedua berinisial SF adalah salah satu subjek yang gemar menggunakan Tik Tok sebagai media mengurangi rasa bosan dan

tertekannya. Subjek SF mengatakan bahwa dia mulai menggunakan aplikasi Tik Tok sekitar setahun, semenjak pandemi ini subjek SF mengaku merasa lebih tertekan karena tugas kuliah yang lebih banyak selama kuliah *online*, meskipun selama menjalani *sosial distancing* subjek SF tidak terlalu mengalami perubahan karena memang lebih suka menghabiskan waktu di rumah, namun terkadang merasa jenuh karena tidak dapat bertemu teman-teman dalam waktu yang lama. Subjek SF menambahkan konten yang biasa digunakan subjek SF adalah karakter anime dan kucingnya yang dijadikan short video serta menonton video Kpop dan makanan. Selama menggunakan aplikasi Tik Tok subjek SF merasa senang dan terhibur, terkadang juga dengan banyaknya orang yang menonton video yang subjek SF buat membuatnya lebih termotivasi dan melupakan masalahnya, sehingga membantunya mengurangi tertekan karena tugas kuliahnya.

Subjek ketiga berinisial YSU adalah salah satu subjek yang gemar menggunakan Tik Tok sebagai media coping stress nya. Selama masa pandemi saat diberlakukannya kebijakan *sosial distancing* yang menyebabkan setiap orang wajib berada dirumah lebih lama membuat subjek YSU jenuh dengan kesehariannya oleh sebab itu subjek YSU mulai sering menggunakan Tik Tok untuk media hiburan maupun pembelajaran. Tik Tok memang mulai sangat digemari dan ramai digunakan saat awal pandemi sehingga subjek YSU juga tertarik untuk menggunakan Tik Tok, semenjak itulah subjek YSU mulai menggunakan Tik Tok. Subjek YSU mengutarakan selama menggunakan Tik Tok dimasa pandemi dia merasa jauh lebih baik sebagai hiburan. Konten yang sering dilihat dalam aplikasi Tik Tok adalah tips dan trik edukasi dan juga video *dance* karena baginya itu menghibur dan menyenangkan. Subjek YSU juga sering membuat video *dance* karena seru dan juga

baginya itu adalah bagian dari olahraga karena membuat badan bergerak dan keringatan.

Selama masa pandemi subjek YSU mengatakan tingkat stress nya memang jauh lebih tinggi, karena kuliah yang dilakukan secara daring menyebabkan subjek YSU jauh lebih sibuk, di mana subjek YSU harus berkuliah sambil melakukan pekerjaan rumah juga. Subjek YSU juga mengatakan ingin kembali bisa keluar bebas bertemu dengan teman-temannya dan bisa bersosialisasi seperti biasanya, namun dikarenakan Covid-19 hal itu sulit dilakukan. Tik Tok menjadi salah satu media coping stress bagi subjek YSU karena Tik Tok banyak memperlihatkan video-video menarik, dan juga bisa bertemu orang baru meski secara online. Hal yang biasa subjek YSU lakukan ketika menggunakan Tik Tok sebagai media coping stress adalah dengan melihat artis-artis yang juga banyak menggunakan Tik Tok, video edukasi, dan juga riview barang-barang yang ingin dibeli. Subjek YSU merasa jauh lebih baik ketika menggunakan Tik Tok selama *sosial distancing* selain menghibur Tik Tok juga bisa menghasilkan uang selama menonton video dan subjek YSU juga mengatakan bahwa dia pernah mendapatkan uang dari Tik Tok karena menonton video dan membagikan kode undangan sehingga menganggap bermain Tik Tok cukup bermanfaat.

Subjek keempat berinisial DM adalah salah satu subjek yang gemar menggunakan Tik Tok sebagai media yang memotivasi dan memberi keuntungan selama subjek DM berada di rumah menjalani *sosial distancing*. Semenjak diterapkannya *sosial distancing* dan melarang berbagai kegiatan yang mengundang banyak kerumunan, subjek DM merasakan kebosanan selama di rumah dan cukup stress akibat kurangnya aktivitas di luar rumah. Subjek DM memulai menggunakan aplikasi Tik Tok sekitar setahun lebih, saat subjek DM mulai bosan selama menjalani kuliah daring. Alasan

subjek DM menggunakan aplikasi Tik Tok adalah sebagai media hiburan, subjek DM merasa konten-konten yang tersedia cukup menghibur dan menghilangkan stress yang subjek rasakan saat mengerjakan tugas-tugas kuliahnya. Selain itu alasan lain subjek DM menggunakan aplikasi Tik Tok ini adalah karena konten-konten yang disediakan cukup beragam dan mempunyai durasi yang lebih singkat serta tidak membosankan.

Adapun konten yang biasa digunakan seperti video dance hingga video-video ceramah atau kata-kata motivasi yang juga dapat menginspirasi di kala subjek DM mendapat masalah serta subjek DM juga dapat menghasilkan uang hanya dengan menonton video Tik Tok. Subjek DM merasa saat menonton video-video Tik Tok suasana hatinya menjadi lebih baik. Pengaruh dari video-video Tik Tok ini sendiri membantu subjek DM untuk bisa berpikir positif dan membantu memotivasi untuk menyelesaikan masalahnya seperti saat subjek DM melihat video-video motivasi, subjek DM berpikir dan sadar akan bagaimana langkah-langkah selanjutnya untuk menyelesaikan masalah yang ada dan terus melanjutkan kehidupan yang lebih baik, serta dengan menggunakan aplikasi Tik Tok tidak menjadikan hubungan sosial subjek DM dengan teman-temannya menjadi jauh, justru mereka bisa saling menguntungkan baik secara materi dan non materi saat bermain Tik Tok. Bersama.

PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas tentang gambaran strategi coping pada mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok yang menjalani *social distancing* wabah Covid19. Menurut Davison (2006) mendefinisikan coping sebagai suatu cara suatu individu untuk mengatasi situasi atau masalah yang dialami, juga suatu proses dimana individu berusaha untuk menanggapi dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah

yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya. Hal tersebut terjadi pada keempat subjek dalam penelitian, dilihat dari dampak bermain aplikasi Tik Tok selama menjalani *social distancing* wabah Covid19. Di mana keempat subjek menjadikan Tik Tok sebagai media yang dapat mengurangi stres mereka.

Social distancing sendiri merupakan strategi kesehatan publik yang direkomendasikan publik untuk mencengah, melacak dan menghambat penyebaran virus Corona. Selama menjalani *social distancing* para mahasiswa melakukan kegiatan perkuliahan secara daring/online dan tugas-tugas kuliah juga lebih banyak, sementara tidak bisa pergi keluar rumah untuk menjernihkan pikiran dan berlibur serta berdiskusi dan bercerita langsung dengan teman-teman. Sehingga mahasiswa memiliki lebih banyak beban pikiran juga kejenuhan bahkan stress, seperti yang diungkapkan keempat subjek pada hasil wawancara yang menyebutkan tingkat stres mereka lebih tinggi selama masa pandemi Covid-19.

Untuk itu, mahasiswa perlu strategi coping yang efektif yang tetap bisa dilakukan selama menjalani *social distancing* ini, salah satu cara yaitu dengan bermain Tik Tok. Menurut Omar dan Dequan (2020) salah satu motivasi seseorang menggunakan aplikasi Tik Tok yaitu sebagai *self-expression* atau pengekspresian diri, melalui Tik Tok seseorang dapat mengekspresikan dirinya secara kreatif melalui video-video yang dibuat. Seperti yang diungkapkan subjek Y dan subjek SF pada hasil wawancara, di mana ketika membuat dan mengupload video memberikan perasaan senang dan terhibur, juga memperbaiki suasana hati, terlebih bisa mengapresiasi diri. Selanjutnya subjek YSU dan subjek DM juga mengungkapkan manfaat lain yaitu memberikan keuntungan materi dan menjadikan pikiran lebih positif,

dapat memperoleh informasi dan menambah motivasi.

Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Aji (2018) yang menyatakan fitur dalam aplikasi Tik Tok dapat mengolah kata-kata yang mengekspresikan, menyatakan atau menyampaikan maksud, ide, gagasan, pikiran, serta perasaan yang disusun dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan penyimak. Sehingga dengan menggunakan aplikasi Tik Tok para mahasiswa penggunaanya dapat mengekspresikan perasaan sebagai bentuk penyaluran kejenuhan dan mengurangi stress yang dialami. Sejalan dengan hasil penelitian Putra dkk. (2021) yang menyatakan 64% orang mengatakan Tik Tok adalah media untuk mengurangi stres di era pandemi Covid-19, aplikasi Tik Tok mempengaruhi penggunaanya baik positif maupun negatif.

Jadi dinamika dari gambaran strategi coping mahasiswa pengguna Tik Tok yang sedang menjalani *social distancing* yaitu menggunakan aplikasi Tik Tok sebagai wadah untuk pengalihan masalah dan sebagai media hiburan serta berkreatifitas, cenderung lebih menggunakan pendekatan *emosional focus coping* dalam strategi coping. Sehingga aplikasi Tik Tok dapat dikatakan cukup efektif untuk strategi coping selama *social distancing* wabah Covid-19.

SIMPULAN DAN SARAN

Gambaran strategi coping mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok yang menjalani *social distancing* lebih cenderung menangani masalah dengan optimis dan berpikir positif. Strategi coping menggunakan pendekatan *emosional focus coping*, di mana mahasiswa menggunakan aplikasi Tik Tok sebagai wadah untuk pengalihan masalah dan sebagai media hiburan serta berkreatifitas yang berguna untuk mengurangi kejenuhan dan stress yang dialami. Sehingga menggunakan aplikasi Tik Tok cukup efektif

untuk strategi coping selama menjalani *social distancing* wabah Covid-19.

Dengan banyaknya mahasiswa pengguna aplikasi Tik Tok saat ini, semoga dapat menggunakan aplikasi Tik Tok sebagai salah satu cara strategi coping selama menjalani *social distancing*, agar dapat membantu mengurangi kejenuhan, rasa bosan dan stress selama di rumah. Sehingga mampu menjaga dan meningkatkan kesehatan baik fisik dan psikis dalam menghadapi wabah Covid-19 ini.

Bagi para pembaca umumnya, agar dapat berpikir lebih mendetail dan bijaksana dalam membaca agar mampu meningkatkan pengetahuan melalui karya ilmiah yang penulis buat ini. Juga bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mendalam dan lebih menyeluruh dalam menggali informasi untuk penelitian selanjutnya. Menyadari bahwa penulisan karya ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan serta kesalahan, penulis memohon maaf karena sesungguhnya manusia tidak luput dari kesalahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiarna, F., dan Kusumawati, E. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139-149.
- Arifin, Z. (2011). *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: Rosda karya.
- Fatoni, A. (2011). *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Heryana, A., & Unggul, U. E. (2018). Informan dan pemilihan informan dalam penelitian kualitatif. *Universitas Esa Unggul*, 25.
- Iqbal, M. (2020). *Tik Tok Revenue and Usage Statistics* (2020). URL: <https://www.businessofapps.com/data/tik-tokstatistics/>. Diakses tanggal 12 Februari 2021.
- Lubis, R., Irma, N. H., Wulandari, R., Siregar, K., Tanjung, N. A., Wati, T. A., dan Syahfitri, D. (2015). Coping Stress pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Diversita*, 1 (2).
- Moshin, M. (2020). *Tik Tok Statistics That You Need to Know in 2020*. URL: <https://www.oberlo.com/blog/Tik-Tok-statistics>. Diakses tanggal 12 Februari 2021.
- Mubin, M. F., dan Basthomi, Y. (2020). "Tugas Pembelajaran" Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3 (2), 203-208.
- Omar, B., dan Dequan, W. (2020). Watch, Share or Create: The Influence of Personality Traits and User Motivation on Tik Tok Mobile Video Usage. *International Association of Online Engineering*, 121-137.
- Putra, K. A. S. U., Permana, G. W., Sephiani, P. Y., & Sutriyanti, N. K. (2021). Persepsi masyarakat terhadap aplikasi tik tok sebagai media menurunkan tingkat stres di era pandemi covid-19. *Widya Duta: Jurnal Ilmiah Ilmu Agama dan Ilmu Sosial Budaya*, 16(1), 67-73.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta CV.
- Yusuf, A.M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.