

BAB IV

FENOMENA KECANDUAN TIKTOK TERHADAP REMAJA DI DESA TANJUNG LALAK SELATAN

A. Bentuk Kecanduan TikTok Pada Remaja di Desa Tanjung Lalak Selatan

Perkembangan teknologi digital di Desa Tanjung Lalak Selatan telah membawa perubahan yang cukup besar terhadap pola penggunaan teknologi di kalangan remaja. Telepon pintar yang sebelumnya lebih sering digunakan sebagai alat komunikasi, seperti untuk menelepon, berkirim pesan, dan mengakses media sosial, kini juga dimanfaatkan sebagai sarana hiburan melalui aplikasi TikTok. Perubahan tersebut mendorong meningkatnya intensitas penggunaan TikTok di kalangan remaja. Kondisi ini terlihat dari lamanya waktu yang dihabiskan untuk menggunakan aplikasi serta kecenderungan untuk terus membuka berbagai fitur yang tersedia. Kemudahan dalam mengakses TikTok, ditambah dengan sistem yang secara terus-menerus menampilkan konten sesuai minat pengguna, membuat remaja terdorong untuk menggunakan aplikasi tersebut dalam waktu yang semakin lama.¹

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, keenam narasumber dalam penelitian ini menunjukkan penggunaan TikTok yang cukup tinggi dengan durasi penggunaan harian yang berbeda-beda. Meskipun seluruh narasumber menggunakan fitur Live, halaman For You Page (FYP), dan pembuatan konten, bentuk penggunaan yang paling sering dilakukan tidak sama pada setiap

¹Bima Arjuna, dkk., "Pengaruh Algoritma Rekomendasi terhadap Personalisasi Konten Digital di tiktok pada Mahasiswa Sistem Informasi Unnes," *Jurnal Potensial* 3, no. 1 (2024): 117–127.

narasumber. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh kebutuhan, lingkungan pergaulan, serta alasan masing-masing dalam menggunakan TikTok.

Tabel 4. 1. Karakteristik Informan dan Aktivitas Dominan di TikTok

No	Inisial Informan	Usia	Jenis Kelamin	Status	Durasi TikTok/Hari	Lama Pakai	Aktivitas Dominan di TikTok
1	NZ	18	Perempuan	Pelajar	5 Jam/Hari	6 Tahun	Live TikTok (rutinitas pagi & malam hari)
2	HN	18	Perempuan	Pelajar	5 Jam/Hari	5 Tahun	Scrolling FYP tanpa batas hingga larut malam
3	AN	18	Perempuan	Pelajar	9 Jam/Hari	6 Tahun	Dance challenge & mengikuti tren viral di FYP
4	SA	18	Perempuan	Pelajar	7 Jam/Hari	6 Tahun	Nonton FYP sebagai selingan saat belajar
5	AF	16	Perempuan	Pelajar	6 Jam/hari	6 Tahun	Live TikTok yang beririsan dengan waktu ibadah
6	MA	18	Perempuan	Pelajar	6 Jam/Hari	6 Tahun	Membuat konten untuk memperoleh pengakuan sosial

Berdasarkan hasil wawancara terhadap enam narasumber, yaitu NZ, HN, AN, SA, AF, dan MA, diketahui bahwa seluruh narasumber aktif menggunakan fitur Live, halaman For You Page (FYP), dan pembuatan konten di TikTok. Namun, aktivitas yang paling sering dilakukan oleh masing-masing narasumber berbeda-beda. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan TikTok secara berlebihan tidak selalu tampak dalam bentuk yang sama, tetapi dipengaruhi oleh kebutuhan, kebiasaan, dan kondisi yang dialami oleh setiap narasumber.

Pada narasumber NZ, kegiatan Live di TikTok telah menjadi bagian dari rutinitas harian yang dilakukan pada pagi dan malam hari. Sementara itu, narasumber HN lebih banyak menghabiskan waktu dengan melihat berbagai video pada halaman For You Page (FYP), terutama pada malam hingga larut malam, sehingga memengaruhi waktu istirahatnya. Berbeda dengan keduanya, narasumber AN lebih sering mengikuti dance challenge dan berbagai tren yang sedang populer karena terdorong untuk tetap mengikuti perkembangan di lingkungan pertemanannya.

Pada narasumber SA, TikTok lebih sering digunakan sebagai selingan ketika belajar. Akan tetapi, kebiasaan tersebut justru membuat konsentrasi belajar menjadi terganggu. Sementara itu, narasumber AF sering menggunakan fitur Live hingga bertepatan dengan waktu pelaksanaan ibadah, sehingga penggunaan TikTok kerap memengaruhi pelaksanaan kegiatan tersebut. Adapun pada narasumber MA, aktivitas yang paling sering dilakukan adalah membuat konten sebagai upaya untuk memperoleh perhatian dan pengakuan dari pengguna lain. Perbedaan pola penggunaan TikTok pada setiap narasumber menjadi dasar untuk memahami faktor-

faktor yang memengaruhi munculnya perilaku penggunaan TikTok secara berlebihan.

B. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Desa Tanjung Lalak Selatan merupakan salah satu desa yang berada di wilayah Kecamatan Pulau Laut Kepulauan, Kabupaten Kotabaru, Provinsi Kalimantan Selatan. Kecamatan Pulau Laut Kepulauan memiliki luas wilayah sekitar 107,12 km². Sementara itu, Desa Tanjung Lalak Selatan memiliki luas wilayah sebesar 23,84 km² dengan jarak kurang lebih 160 km dari ibu kota Kabupaten Kotabaru. Selain Desa Tanjung Lalak Selatan, wilayah Kecamatan Pulau Laut Kepulauan juga mencakup beberapa desa lainnya, yaitu Tanjung Lalak Utara, Pulau Kerasian, Pulau Kerayaan, Pulau Keremputan, Teluk Aru, Oka-Oka, dan Teluk Kemuning. Dibandingkan dengan desa-desa lain di wilayah tersebut, Desa Tanjung Lalak Selatan memiliki posisi yang cukup strategis karena menjadi salah satu wilayah yang memiliki perkembangan aktivitas masyarakat yang lebih baik.²

Secara astronomis, Desa Tanjung Lalak Selatan berada pada koordinat 116°10'54"–116°19'30" Bujur Timur (BT) dan 3°43'56"–4°06'48" Lintang Selatan (LS). Desa ini berbatasan dengan Desa Oka-Oka di sebelah utara, Teluk Aru di sebelah selatan, Kecamatan Pulau Laut Barat di sebelah barat, dan Laut Sulawesi di sebelah timur. Sebagian besar wilayah Desa Tanjung Lalak Selatan merupakan kawasan pesisir sehingga mayoritas penduduk menetap di sepanjang pantai.

²Kantor Desa Tanjung lalak Selatan, Data Jumlah Penduduk Desa Tanjung Lalak Selatan, 16 November 2022, 49.

Kondisi tersebut turut memengaruhi kehidupan dan aktivitas masyarakat sehari-hari.³

Desa Tanjung Lalak Selatan merupakan desa yang berada di kawasan pesisir dengan kondisi alam yang mendukung kegiatan pertanian dan perikanan. Oleh karena itu, sebagian besar masyarakat bekerja sebagai petani dan nelayan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Selain kedua pekerjaan tersebut, terdapat pula masyarakat yang bekerja di berbagai bidang, seperti perdagangan, jasa, pemerintahan, dan sektor swasta. Namun, jumlahnya masih lebih sedikit dibandingkan dengan masyarakat yang bekerja di bidang pertanian dan perikanan.⁴

Berdasarkan data administrasi Pemerintah Desa Tanjung Lalak Selatan, jumlah penduduk mencapai 1.149 jiwa yang terdiri atas 592 laki-laki dan 557 perempuan. Seluruh penduduk tersebut tergabung dalam 384 kepala keluarga (KK). Data tersebut menunjukkan bahwa jumlah penduduk laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan dengan penduduk perempuan.⁵

Dilihat dari jenis pekerjaan, masyarakat Desa Tanjung Lalak Selatan memiliki mata pencaharian yang beragam. Sebanyak 68 orang bekerja sebagai petani dan 45 orang sebagai nelayan. Selain itu, terdapat 33 orang yang bekerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS), 30 orang sebagai buruh bangunan, 22 orang sebagai pegawai swasta, 20 orang sebagai peternak, 16 orang sebagai wiraswasta atau pedagang, 5 orang sebagai pengusaha, 2 orang sebagai perawat atau tenaga

³Kantor Desa Tanjung Lalak Selatan, Data Jumlah Penduduk Desa Tanjung lalak Selatan, 16 November 2022, 49-50.

⁴Kantor Desa Tanjung Lalak Selatan. Data Jumlah Penduduk Desa Tanjung Lalak Selatan, 16 November 2022, 50.

⁵Kantor Desa Tanjung lalak Selatan, Data Jumlah Penduduk Desa Tanjung lalak Selatan, 16 November 2022, 50-51.

honorar, serta 1 orang sebagai buruh pabrik. Data tersebut menunjukkan bahwa pekerjaan di bidang pertanian dan perikanan masih menjadi sumber penghasilan utama bagi sebagian masyarakat desa.⁶

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar penduduk telah menyelesaikan pendidikan dasar. Tercatat sebanyak 620 jiwa merupakan lulusan sekolah dasar (SD), 342 jiwa lulusan sekolah menengah pertama (SMP) atau sederajat, 110 jiwa lulusan sekolah menengah atas (SMA) atau sederajat, dan 50 jiwa telah menyelesaikan pendidikan di akademi atau perguruan tinggi. Selain itu, terdapat 125 jiwa yang belum pernah bersekolah, 160 jiwa belum menyelesaikan pendidikan di tingkat SD, dan 140 jiwa tidak menamatkan pendidikan dasar. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan masyarakat masih didominasi oleh lulusan sekolah dasar, sedangkan jumlah penduduk yang melanjutkan pendidikan hingga perguruan tinggi masih relatif sedikit.⁷

C. Analisis Habitus, Modal, Arena Pada Remaja yang Mengalami Kecanduan TikTok

Untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena kecanduan TikTok pada remaja di Desa Tanjung Lalak Selatan, penelitian ini menggunakan teori praktik yang dikemukakan oleh Pierre Bourdieu sebagai landasan analisis. Dalam perspektif Bourdieu, praktik sosial tidak muncul secara kebetulan, melainkan merupakan hasil dari hubungan yang saling memengaruhi

⁶Kantor Desa tanjong lalak Selatan, Data Jumlah Penduduk Desa tanjong lalak Selatan, 16 November 2022, 50-51.

⁷Kantor Desa Tanjung lalak Selatan, Data Jumlah Penduduk Desa Tanjung lalak Selatan, 16 November 2022, 52.

antara habitus, yaitu kecenderungan atau disposisi yang telah tertanam dalam diri individu; modal, yaitu berbagai sumber daya yang dimiliki individu; serta arena, yaitu ruang sosial tempat individu berinteraksi dan menjalankan berbagai praktik sosial. Interaksi ketiga unsur tersebut membentuk pola perilaku yang dapat menjelaskan munculnya suatu praktik dalam kehidupan sehari-hari, termasuk perilaku penggunaan TikTok yang berpotensi berkembang menjadi kecanduan.⁸

Dalam penelitian ini, TikTok dipandang sebagai arena digital yang memiliki aturan, algoritma, serta mekanisme pengakuan dan penilaian yang khas. Sementara itu, berbagai aktivitas yang dilakukan remaja, seperti membuka TikTok secara berulang, melakukan siaran langsung (live), mengikuti tren yang sedang berkembang, hingga lebih mengutamakan aktivitas di platform tersebut dibandingkan belajar atau beribadah, merupakan wujud dari habitus digital yang terbentuk melalui proses penggunaan TikTok secara terus-menerus. Kebiasaan yang dilakukan secara berulang tersebut kemudian menjadi bagian dari pola perilaku sehari-hari sehingga memengaruhi cara remaja berpikir, bertindak, dan mengatur prioritas dalam kehidupan mereka.⁹

1. Terbentuknya Habitus Digital Para Remaja Pengguna TikTok

Habitus dapat dipahami sebagai struktur mental yang terbentuk melalui pengalaman hidup sehari-hari dalam lingkungan keluarga, pendidikan, dan masyarakat. Struktur tersebut kemudian membentuk cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak secara otomatis. Habitus tidak hanya berupa kebiasaan

⁸Pierre Bourdieu, *The Logic of Practice* (California: Polity Press, 1990), 60.

⁹Bourdieu, *The Field of Cultural Production*, 162.

yang dilakukan secara berulang, tetapi juga mencerminkan pola pikir, sikap, dan tindakan yang berkembang dari pengalaman hidup seseorang serta memengaruhi perilakunya dalam kehidupan sosial. Menurut Pierre Bourdieu, individu yang hidup dalam lingkungan sosial yang sama cenderung memiliki pola pikir dan cara bertindak yang serupa. Meskipun demikian, setiap individu tetap menunjukkan perbedaan karena dipengaruhi oleh pengalaman hidup, kedudukan sosial, dan perjalanan hidup yang tidak sama. Oleh sebab itu, kebiasaan yang dimiliki setiap individu merupakan bagian dari pola yang berkembang dalam kelompok sosialnya, tetapi tetap memiliki ciri khas yang terbentuk dari pengalaman masing-masing. Perbedaan tersebut menghasilkan karakter dan gaya hidup yang beragam meskipun berada dalam lingkungan sosial yang sama.¹⁰ Pierre Bourdieu juga menjelaskan bahwa habitus tidak terbentuk secara terpisah, melainkan selalu berkaitan dengan kondisi sosial yang melingkupinya, termasuk ketersediaan berbagai sumber daya yang mendukung terbentuknya suatu perilaku.¹¹

Tabel 4. 2. Bentuk Habitus Digital Para Remaja Pengguna TikTok Di Desa Tanjung Lalak Selatan

¹⁰Pierre Bourdieu, *The Logic of Practice* (California: Polity Press, 1990), 60.

¹¹Bourdieu, *The Field of Cultural Production*, 162.

No	Informan	Habitus
1	NZ	Remaja menunjukkan kebiasaan membuka aplikasi TikTok segera setelah bangun tidur, mengalami kesulitan untuk menghentikan aktivitas menggulir (scrolling) konten, serta menjadikan siaran langsung sebagai bagian dari rutinitas pada malam hari.
2	HN	Scrolling TikTok terus-menerus hingga larut malam
3	AN	Dorongan untuk mengikuti tren agar tidak dianggap tertinggal mendorong remaja menjadikan aktivitas berlatih dan mengunggah konten dance challenge sebagai bagian dari rutinitas sehari-hari.
4	SA	Kebiasaan membuka TikTok sebagai selingan saat belajar berkembang menjadi perilaku yang mengganggu konsentrasi.
5	AF	Menunda pelaksanaan ibadah karena ingin menyelesaikan aktivitas di TikTok yang kemudian diikuti oleh perasaan tidak nyaman.
6	MA	Membuat konten dengan mengikuti tren sebagai upaya memperoleh respons dan pengakuan dari pengguna lain.

Berdasarkan data lapangan, terbentuknya habitus digital pada remaja pengguna TikTok menunjukkan adanya proses internalisasi pengalaman yang berlangsung secara berulang. Pada narasumber NZ, habitus tersebut terbentuk melalui kebiasaan membuka TikTok sebagai aktivitas pertama setelah bangun tidur. Niat awal untuk menggunakan aplikasi hanya dalam waktu singkat kemudian berkembang menjadi penggunaan selama berjam-jam akibat paparan konten yang terus muncul pada halaman For You Page (FYP).¹² Dalam perspektif Pierre Bourdieu, kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku yang dilakukan secara

¹²NZ, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 17 April 2026.

berulang dapat berkembang menjadi kebiasaan yang terbentuk secara tidak sadar dan akhirnya menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari.

Pada narasumber HN, habitus terbentuk melalui kebiasaan menonton dan melakukan scrolling di TikTok hingga larut malam. Awalnya, HN hanya berniat menonton beberapa video, tetapi aktivitas tersebut berulang kali berlangsung selama berjam-jam. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan TikTok secara berulang telah memengaruhi pola istirahat dan menggeser prioritas terhadap kebutuhan tidur.¹³ Sementara itu, pada narasumber AN, habitus terbentuk akibat pengaruh lingkungan pertemanan. Keinginan untuk tetap mengikuti tren mendorong AN secara berulang berlatih dan mengunggah konten dance challenge, sehingga perilaku tersebut berkembang menjadi kebiasaan yang dilakukan secara otomatis setiap kali muncul tren baru.¹⁴

Narasumber SA menunjukkan pola yang berbeda, yaitu habitus yang terbentuk dari kebiasaan membuka TikTok sebagai selingan saat belajar. Awalnya, aktivitas tersebut dilakukan untuk beristirahat sejenak, tetapi secara bertahap berkembang menjadi penggunaan yang sulit dikendalikan. Meskipun SA menyadari dampak negatifnya, pengulangan perilaku tersebut telah membentuk kebiasaan yang mengakar sehingga sulit dihentikan.¹⁵ Sementara itu, pada narasumber AF, habitus digital tampak berbenturan dengan habitus religius. Penundaan pelaksanaan ibadah demi menyelesaikan siaran langsung (Live) di TikTok menunjukkan bahwa dorongan untuk tetap menggunakan media sosial mampu menggeser prioritas

¹³HN, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 18 April 2026.

¹⁴AN, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 20 April 2026.

¹⁵SA, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 21 April 2026.

ibadah untuk sementara waktu. Namun, nilai-nilai religius masih terlihat melalui munculnya perasaan tidak nyaman setelah perilaku tersebut dilakukan.¹⁶

Berbeda dengan narasumber lainnya, MA menunjukkan habitus yang terbentuk melalui dorongan untuk memperoleh pengakuan dari lingkungan sosial. Kebiasaan membuat konten berawal dari pengamatan terhadap teman sebaya, kemudian semakin menguat seiring respons positif yang diterima setiap kali video yang diunggah memperoleh perhatian dari pengguna lain.¹⁷

Habitus digital remaja pengguna TikTok di Desa Tanjung Lalak Selatan terbentuk melalui pengalaman yang berlangsung secara berulang serta dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan arena digital tempat mereka berinteraksi. Temuan pada narasumber AF menunjukkan bahwa meskipun mengalami kecenderungan kecanduan terhadap TikTok, ia tetap berupaya melaksanakan kewajiban ibadah. Kondisi tersebut mencerminkan adanya pertentangan antara nilai-nilai religius yang dimiliki dengan praktik penggunaan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Dalam perspektif Pierre Bourdieu, fenomena ini menunjukkan bahwa tindakan sosial tidak semata-mata ditentukan oleh nilai yang dianut individu, tetapi juga dibentuk oleh pengaruh lingkungan, pengalaman yang terinternalisasi, serta struktur arena digital yang memengaruhi praktik kesehariannya.¹⁸

¹⁶ AF, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 23 April 2026.

¹⁷ MA, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 24 April 2026.

¹⁸ Douglas J. Goodman, George Ritzer, *Teori Sosiologi Modern*, 6th ed. (Jakarta: Kencana, 2010), Hal. 522.

2. Bentuk Modal Para Remaja Sebagai Faktor Pendukung Kecanduan

TikTok

Modal dipahami sebagai sumber daya yang tidak hanya berbentuk material, tetapi juga simbolik, yang memiliki nilai dalam suatu ranah dan dapat dimanfaatkan dalam proses interaksi sosial. Dalam konteks kecanduan TikTok, keempat bentuk modal, yaitu modal ekonomi, modal sosial, modal budaya, dan modal simbolik, saling berhubungan serta berperan dalam mendorong keterlibatan remaja secara berkelanjutan di dalam arena digital.¹⁹

Tabel 4. 3. Bentuk Modal Pada Remaja Pengguna TikTok di Desa Tanjung

Lalak Selatan

No	Informan	Modal Ekonomi	Modal Sosial	Modal Budaya	Modal Simbolik
1	NZ	Kepemilikan telepon pintar serta akses terhadap kuota internet	Jaringan pengikut dan penonton Live	Pemahaman terhadap fitur Live dan mekanisme For You Page (FYP)	Perasaan dihargai ketika jumlah penonton meningkat
2	HN	Akses tanpa batas terhadap penggunaan telepon pintar pribadi	Paparan konten melalui jaringan pertemanan	Pengetahuan mengenai jenis konten yang berpeluang direkomendasikan oleh algoritma	Kepuasan pribadi yang diperoleh dari konsumsi konten secara berkelanjutan
3	AN	Kepemilikan telepon pintar untuk merekam dan mengunggah konten	Pengaruh yang kuat dari kelompok teman sebaya	Pemahaman mengenai cara kerja algoritma dan tren pada For You Page (FYP)	Perasaan diterima dan tidak tertinggal oleh kelompok pertemanan

¹⁹Pierre Bourdieu, *Arena Produksi Kultural: Sebuah kajian Sosiologi Budaya* (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2010), 63.

4	SA	Kepemilikan telepon pintar yang mudah diakses saat belajar	Dorongan dari lingkungan sosial untuk tetap terhubung	Pemahaman bahwa TikTok berfungsi sebagai sarana relaksasi	Anggapan bahwa penggunaan TikTok dalam batas tertentu merupakan hal yang wajar
5	AF	Kepemilikan telepon pintar yang tetap digunakan menjelang waktu ibadah	Interaksi yang terjalin dengan penonton Live	Pemahaman terhadap nilai-nilai religius yang tetap dipertahankan	Munculnya perasaan tidak nyaman sebagai bentuk kontrol diri
6	MA	Kepemilikan telepon pintar sebagai sarana pembuatan konten	Jaringan pertemanan yang juga aktif membuat konten	Pemahaman terhadap tren visual dan gaya konten yang diminati audiens	Meningkatnya rasa percaya diri melalui like, komentar, dan jumlah penonton

Pada narasumber NZ, modal ekonomi berupa kepemilikan telepon pintar dan akses terhadap internet menjadi faktor yang memungkinkan kegiatan Live dilakukan secara rutin. Modal sosial terlihat melalui jaringan pengikut yang berperan sebagai mitra interaksi selama siaran berlangsung. Sementara itu, modal simbolik tercermin dari perasaan puas yang muncul ketika jumlah penonton dan komentar terus meningkat.²⁰ Pada narasumber HN, modal ekonomi berupa akses terhadap telepon pintar tanpa pengawasan pada malam hari memberikan kesempatan untuk menggunakan TikTok dalam durasi yang panjang. Adapun modal budaya tampak dari pemahamannya mengenai jenis konten yang berpotensi direkomendasikan oleh algoritma sehingga mampu mempertahankan perhatiannya dalam menggunakan aplikasi tersebut.²¹

²⁰NZ, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 17 April 2026.

²¹HN, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 18 April 2026.

Pada narasumber AN, modal sosial merupakan bentuk modal yang paling dominan, yang terlihat dari kuatnya pengaruh kelompok pertemanan dalam mendorong dirinya mengikuti berbagai tren agar tidak dianggap tertinggal. Sementara itu, modal simbolik tercermin dari perasaan diakui dan dihargai ketika konten yang diunggah memperoleh banyak penonton.²² Adapun pada narasumber SA, modal budaya tampak melalui pandangannya bahwa TikTok merupakan sarana untuk relaksasi di sela-sela kegiatan belajar. Namun, dalam praktiknya, pemahaman tersebut justru mendorong penggunaan TikTok secara berulang hingga akhirnya mengganggu konsentrasi dan aktivitas akademik.²³

Pada narasumber AF, modal simbolik ditunjukkan melalui munculnya perasaan tidak nyaman, bukan rasa bangga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai religius yang dimilikinya masih berperan dalam mengendalikan dorongan untuk terus menggunakan TikTok.²⁴ Sementara itu, pada narasumber MA terlihat adanya perubahan bentuk modal. Modal sosial yang berasal dari jaringan pertemanan sesama pembuat konten berkembang menjadi modal simbolik berupa meningkatnya rasa percaya diri dan pengakuan dari orang lain. Hal ini sejalan dengan pandangan Pierre Bourdieu yang menyatakan bahwa satu bentuk modal dapat berubah menjadi bentuk modal lain dalam arena yang sama.²⁵

Dengan demikian, modal ekonomi, modal sosial, modal budaya, dan modal simbolik saling berkaitan serta berperan dalam mendukung dan memperkuat

²² AN, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 20 April 2026.

²³ SA, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 21 April 2026.

²⁴ AF, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 23 April 2026.

²⁵ Richard Harker, dkk, (Habitus x Modal) + Ranah = Praktik, Pengantar Paling Komprehensif Kepada Pemikiran Pierre Bourdieu, (Yogyakarta: Jalasutra, 2009), 16.

keberlangsungan praktik kecanduan TikTok di kalangan remaja Desa Tanjung Lalak Selatan.

3. Arena Digital Sebagai Ruang Praktik Sosial Remaja Dalam Penggunaan TikTok

Arena dipahami sebagai ruang sosial tempat berlangsungnya berbagai aktivitas dan interaksi antarpelaku. Di dalam arena tersebut, setiap individu saling berinteraksi, berkompetisi, serta memanfaatkan sumber daya yang dimilikinya. Arena bersifat dinamis karena terus mengalami perubahan seiring dengan perkembangan hubungan dan interaksi yang terjadi di dalamnya. Dalam penelitian ini, TikTok dipahami sebagai arena digital yang memiliki aturan, algoritma, dan mekanisme penilaian tersendiri.²⁶

Tabel 4. 4. Bentuk Arena Digital Para Remaja Pengguna TikTok Di Desa Tanjung Lalak Selatan

No	Informan	Arena
1	NZ	Fitur Live TikTok & Fyp
2	HN	FYP & fitur scrolling tanpa batas
3	AN	Fitur dance challenge & tren viral FYP
4	SA	FYP sebagai jeda saat belajar
5	AF	Live & FYP yang beririsan dengan waktu ibadah
6	MA	Fitur unggah konten & interaksi like/komentar

²⁶ Mutahir, *Intelektual Kolektif Pierre Bourdieu Sebuah Gerakan untuk melawan Dominasi*, 97-98.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, seluruh informan mengakses TikTok melalui telepon pintar pribadi dengan memanfaatkan berbagai fitur sesuai dengan kebiasaan masing-masing. Narasumber NZ lebih sering menggunakan fitur Live sebagai sarana berinteraksi secara langsung dengan pengguna lain.²⁷ Sementara itu, narasumber HN lebih banyak menghabiskan waktu pada halaman For You Page (FYP) yang terus menampilkan video secara berkelanjutan sehingga mendorong penggunaan aplikasi dalam waktu yang lebih lama.²⁸

Pada narasumber AN dan MA, TikTok dimanfaatkan sebagai media untuk mengikuti dance challenge dan mengunggah konten kreatif dengan tujuan memperoleh pengakuan dari pengguna lain.²⁹ Sementara itu, pada narasumber SA dan AF, penggunaan TikTok sering berlangsung bersamaan dengan aktivitas penting lainnya, seperti belajar dan beribadah, sehingga memengaruhi pelaksanaan kedua aktivitas tersebut.³⁰

Temuan penelitian menunjukkan bahwa TikTok tidak hanya menjadi media yang memberikan akses bagi penggunanya, tetapi juga memengaruhi terbentuknya pola perilaku, pilihan, dan kebiasaan penggunaan melalui sistem rekomendasi konten, jumlah like, komentar, serta penonton. Berdasarkan perspektif Pierre Bourdieu, kecanduan TikTok pada remaja di Desa Tanjung Lalak Selatan tidak semata-mata disebabkan oleh pilihan individu. Perilaku tersebut terbentuk melalui

²⁷NZ, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 17 April 2026.

²⁸HN, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 18 April 2026.

²⁹AN, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 20 April 2026.

³⁰SA dan AF, "Remaja Desa Tanjung Lalak Selatan," Wawancara Pribadi, 21,23 April 2026.

keterkaitan antara habitus, modal, dan arena yang saling memengaruhi serta terus berkembang dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian, kecanduan TikTok pada remaja di Desa Tanjung Lalak Selatan dapat dikategorikan sebagai kondisi yang memerlukan perhatian serius. Penilaian tersebut didasarkan pada sejumlah indikator yang ditemukan secara konsisten pada para informan, seperti tingginya durasi penggunaan TikTok, yaitu sekitar 5–9 jam per hari, kesulitan mengendalikan waktu penggunaan, kebiasaan membuka aplikasi secara otomatis, serta munculnya rasa cemas atau gelisah ketika tidak dapat mengakses TikTok. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga memengaruhi berbagai aspek kehidupan remaja, antara lain terganggunya pola tidur, menurunnya konsentrasi belajar, tertundanya penyelesaian tugas akademik, serta pelaksanaan ibadah yang menjadi kurang optimal akibat aktivitas Live yang bertepatan dengan waktu salat. Temuan tersebut diperkuat oleh analisis menggunakan teori Pierre Bourdieu, yang menunjukkan bahwa penggunaan TikTok telah berkembang menjadi habitus digital. Hal ini mengindikasikan bahwa kebiasaan tersebut tidak lagi sekadar dilakukan secara spontan, melainkan telah menjadi pola perilaku yang tertanam dan sulit diubah. Walaupun bentuk kecanduan yang dialami setiap informan memiliki karakteristik yang berbeda, secara umum hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena ini berpotensi memberikan dampak negatif terhadap kehidupan remaja. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dan peran aktif dari remaja, orang tua, serta lingkungan sosial untuk mencegah agar kondisi

tersebut tidak berkembang menjadi permasalahan yang lebih serius pada masa mendatang.

D. Refleksi Pandangan Islam tentang Kecanduan TikTok

Dalam perspektif Islam, pemanfaatan media sosial hendaknya diarahkan pada hal-hal yang membawa kemaslahatan serta tidak mengabaikan tujuan utama syariat (maqasid al-syariah). Prinsip hifz al-din (menjaga agama), hifz al-'aql (menjaga akal), dan hifz al-nafs (menjaga jiwa) menekankan bahwa teknologi perlu digunakan secara bijaksana, proporsional, dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, kecanduan media sosial, termasuk TikTok, yang berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar, berkurangnya kualitas ibadah, serta munculnya gangguan kesehatan mental, tidak sejalan dengan tujuan syariat. Islam mengajarkan pentingnya menjaga keseimbangan dalam menjalani kehidupan (tawazun), melakukan evaluasi diri (muhasabah), serta mengendalikan diri agar penggunaan media digital tetap memberikan manfaat dan tidak menimbulkan kemudharatan.³¹

Al-Qur'an Surah Al-Isra' ayat 36 menegaskan pentingnya penggunaan akal sehat dan sikap kritis dalam menerima informasi, sebagaimana firman Allah SWT: "Dan janganlah engkau mengikuti apa yang tidak engkau ketahui ilmunya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan, dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggungjawabannya." Ayat ini mengandung perintah agar manusia melakukan verifikasi terhadap setiap informasi yang diterima dan tidak mengikuti sesuatu

³¹ Aisyah Siti Maryam Isa, Khadijah Yusoff, dan Harlida Hamzah, "Maqasid Syariah Sebagai Strategi Pengawasan Rohani Dalam Penggunaan Media Sosial (Maqasid Syariah as Means of Spiritual Control in Social Media Usage)," *Journal of Fatwa Management and Research* 26, no. 2 (2021), 328.

tanpa dasar pengetahuan yang jelas. Menurut Khotimah dkk. (2025), pendengaran, penglihatan, dan hati merupakan instrumen yang harus digunakan secara bertanggung jawab dalam proses memperoleh dan menilai informasi. Dalam konteks penggunaan media sosial seperti TikTok, prinsip tersebut menuntut pengguna untuk bersikap selektif dan kritis terhadap konten yang dikonsumsi. Penggunaan TikTok yang tidak terkontrol dapat menyebabkan individu mengikuti berbagai tren dan informasi tanpa pertimbangan yang matang mengenai manfaat maupun dampaknya terhadap kehidupan spiritual dan akademik. Oleh karena itu, etika bermedia sosial yang berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an perlu diterapkan agar pengguna mampu memanfaatkan media digital secara bijak dan bertanggung jawab.³²

Dalam perspektif Islam, kesehatan fisik dan mental merupakan nikmat Allah SWT yang harus dijaga dan dimanfaatkan secara optimal. Rasulullah SAW bersabda: "Ada dua nikmat yang banyak manusia tertipu padanya, yaitu kesehatan dan waktu luang."³³ Hadis tersebut menunjukkan bahwa waktu luang merupakan amanah yang harus digunakan secara produktif dan bermanfaat. Dalam konteks era digital, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berkembang menjadi perilaku adiktif yang berdampak pada kesehatan mental serta mengganggu keseimbangan kehidupan individu.³⁴ Islam juga menekankan pentingnya

³²Siti Husnul Khotimah, Mahdi Aulia, Nur Aisyah Athirah binti Safian, Ahmad Mujahid, Tanggung Jawab Indera Manusia Dalam Menerima Informasi, QS. Al-Isra' Ayat 36, Jurnal Ilmu Al Quran dan Hadis Vol. 4 No. 2 Agustus 2025, 339.

³³Abu Abdillah Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Kitab al-Riqaq, Hadis No. 6412, 88.

³⁴Lina Marliani, Mia Nurislamiah, dan Muhammad Rangga Zulkarnaen, "Pendekatan Konseling Islam dalam Menangani Kecanduan Media Sosial," *Misykah: Jurnal Pemikiran dan Studi Islam* (2024), 28-37.

pengelolaan waktu secara bijaksana dan pengendalian diri dalam penggunaan media sosial agar tidak menimbulkan kelalaian maupun kecanduan.³⁵ Oleh karena itu, kecanduan TikTok yang menghabiskan waktu berjam-jam tanpa memberikan manfaat yang signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, pembentukan karakter, maupun peningkatan kualitas spiritual dapat dipandang sebagai perilaku yang bertentangan dengan prinsip pemanfaatan waktu secara optimal dalam ajaran Islam.³⁶

Imam Al-Ghazali dalam kitab *Ihya' Ulumiddin* menjelaskan pentingnya pengendalian diri melalui konsep *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), *mujahadah al-nafs* (perjuangan melawan hawa nafsu), dan *muhasabah* (evaluasi diri). Menurut Al-Ghazali, manusia perlu mengendalikan dorongan hawa nafsu agar tidak terjebak dalam perilaku yang berlebihan dan menjauhkan dirinya dari tujuan utama kehidupan seorang Muslim, yaitu mendekatkan diri kepada Allah SWT.³⁷ Dalam konteks penggunaan media sosial, konsep tersebut dapat dikaitkan dengan fenomena kecanduan TikTok, yaitu ketika seseorang mengalami kesulitan mengontrol keinginan untuk terus mengakses hiburan digital sehingga waktu yang dimiliki kurang dimanfaatkan untuk aktivitas yang lebih bernilai seperti ibadah, belajar, dan pengembangan diri. Oleh karena itu, penggunaan TikTok yang berlebihan dapat dipahami sebagai bentuk kurangnya pengendalian diri dalam

³⁵ Wilda Rochman Hakim, "Reaktualisasi Filsafat Etika Ibnu Miskawaih dalam Konstruksi Budaya Bermedia Sosial," *Mukaddimah: Jurnal Studi Islam* 10, no. 2 (2025), 244–246.

³⁶ Cep Supriatna dan Jenuri, "Virtual Communication: Etika Bermedia Sosial dalam Perspektif Islam," *Comm-Edu (Community Education Journal)* 6, no. 2 (2023), 135–143.

³⁷ Clauradita Angga Renny dan Maemonah, "Implementasi Konsep *Tazkiyyatun Nafsi* Imam Al-Ghazali dalam Kitab *Ihya'u Al-Ulumuddin* dan Teknik *Self-Management* terhadap Kebermaknaan Hidup Residen Pecandu Narkoba," *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan* 4, no. 1 (2020), 28–33.

mengatur waktu dan perilaku, sehingga diperlukan kesadaran spiritual serta disiplin diri agar teknologi dapat digunakan secara bijaksana.³⁸

Dengan demikian, dari perspektif Islam, fenomena kecanduan TikTok pada remaja di Desa Tanjung Lalak Selatan merupakan isu yang tidak hanya berkaitan dengan penggunaan teknologi, tetapi juga menyangkut aspek spiritual, moral, dan sosial. Penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menyebabkan seseorang mengalami kesulitan dalam mengontrol waktu dan perilakunya sehingga berpotensi mengganggu aktivitas belajar, hubungan sosial, serta keseimbangan kehidupan sehari-hari.³⁹ Dalam perspektif Islam, pengendalian diri (*self-control*) merupakan bagian penting dalam membentuk perilaku yang bertanggung jawab, karena manusia dituntut untuk mampu mengendalikan dorongan dalam dirinya dan menggunakan waktu secara bermanfaat.⁴⁰ Oleh karena itu, upaya mengatasi kecanduan TikTok pada remaja perlu dilakukan melalui pendekatan yang menyeluruh, seperti penguatan nilai-nilai agama, pendampingan keluarga, peningkatan literasi digital, serta pengembangan kegiatan alternatif yang mendukung perkembangan spiritual dan intelektual remaja.⁴¹

³⁸Muhamad Rizal Nurzaman, Dindin Solahudin, dan Dadang Ahmad Fajar, "The Concept of *Tazkiyatunnafs* in the Book of *Ihya' Ulumuddin* and Its Implications in Sufistic Counseling," *Syifa al-Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik* 8, no. 2 (2024), 27-33.

³⁹Putri Rahmah, Marizki Putri, dan Anisa Sri Utami, "Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 11, no. 4 (2023), 859–866.

⁴⁰Lina Marliani, Mia Nurislamiah, dan Muhammad Rangga Zulkarnaen, "Pendekatan Konseling Islam dalam Menangani Kecanduan Media Sosial," *Misykah: Jurnal Pemikiran dan Studi Islam* (2024), 28-37.

⁴¹Ilhamsyah dan Mitra, "Revolusi Mental: Pemuda dan Habit Barunya dalam Perspektif Islam Sebuah Upaya dalam Meminimalisir Dampak Negatif Kecanduan Media Sosial Masa Kini," *Jurnal Hadratul Madaniyah* 9, no. 1 (2022), 9-18.