**HUBUNGAN ANTARA TIPE KEPRIBADIAN EKSTRAVERSI DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA GENERASI Z PENGGUNA APLIKASI TIKTOK**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN EXTRAVERSION PERSONALITY TYPE AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN GENERATION Z OF TIKTOK APP USERS***

**Erwin Ningsih**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[18081894@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:18081894@student.mercubuana-yogya.ac.id)

081226518914

**Abstrak**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif pada generasi z pengguna aplikasi tiktok. Subjek pada penelitian ini adalah 148 generasi z pengguna aplikasi tiktok dengan rentan usia 18-24 tahun. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif pada generasi z pengguna tiktok. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala *Eysenck’s Personality Inventory-A* (EPI-A), *Satisfication with Life Scale* (SWLS), dan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE). Metode analisis data menggunakan korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi = 0,242. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif pada generasi z pengguna aplikasi tiktok.

**Kata kunci**: *Generasi Z, Kesejahteraan Subjektif, Pengguna Aplikasi Tiktok, Tipe Kepribadian Ekstraversi.*

***Abstract***

*This study is a correlation study that aims to determine the relationship between extraversion personality type and subjective well-being in Generation z tiktok application users. The subjects in this study were 148 Generation z users of the tiktok application with a vulnerable age of 18-24 years. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between extraversion personality type and subjective well-being in Generation z tiktok users. The data were collected using Eysenck's Personality Inventory-a (EPI-A), satisfaction with Life Scale (SWLS), and the scale of Positive and Negative experiences (span). Data analysis method using product moment correlation obtained correlation coefficient = 0,242. Based on the results of the study, there is a positive relationship between extraversion personality type and subjective well-being in Generation z tiktok application users.*

***Keywords****: Extraversion Personality Type, Generation Z, Subjective Well-Being, Tiktok App Users.*

**PENDAHULUAN**

Hasil sensus 2020 menunjukkan angka komposisi penduduk Indonesia sebesar 27,94% adalah generasi z (Gen Z). Salah satu teknologi internet berbasis media sosial audio visual yang paling banyak diunduh pada tahun 2021 adalah aplikasi TikTok (App Annie, 2022). Kemudian demografi persebaran pengguna TikTok Indonesia didominasi oleh Gen Z yang berusia 18-24 tahun (Ginee, 2022). Lebih lanjut, pengguna aktif aplikasi TikTok di Indonesia mencapai 191,4 juta dihitung per Januari 2022 dan rata-rata waktu yang digunakan dalam mengakses aplikasi TikTok adalah 23,1 jam per bulan (Hootsuit & We Are Social, 2022). Bersamaan dengan kalkulasi data sebelumnya, data terbaru menunjukkan bahwa pengguna aplikasi TikTok telah bertambah rata-rata lebih dari 650.000 pengguna baru setiap hari selama 3 bulan terakhir.

Penggunaan aplikasi TikTok dalam kehidupan sehari-hari memiliki motif tertentu seperti sarana hiburan dan pengisi waktu luang (Rahmawati, 2018). Seorang (gen Z) yang menghabiskan lebih sedikit atau lebih banyak waktu untuk aktivitas media sosial (TikTok) dapat mempengaruhi afek positif maupun afek negatif individu seperti kecenderung mengalami masalah kesehatan mental (Twenge et al., 2017 dalam Erikson, 2020). Seseorang yang puas dalam menjalan aktivitasnya akan menunjukkan kesejahteraan, kebahagiaan, dan ketahanan diri yang didapatkannya melalui kesejahteraan subjektif yang dimilikinya (Eddington dan Shuman, 2008).

Menurut Diener (2009) kesejahteraan subjektif (*Subjective Well-Being)* mengacu pada evaluasi hidup seseorang yang termasuk penilaian kognitif seperti kepuasan hidup dan penilaian afektif (suasana hati dan emosi) seperti perasaan emosional positif dan negatif. Terdapat 3 aspek kesejahteraan subjektif menurut Diener, Tay, dan Oishi (2013) sebagai berikut: a. *Life satisfaction* atau kepuasan hidup; b. *Positive affect* (Afek positif atau menyenangkan); c. *Negative affect* (Afek negatif atau tidak menyenangkan). Penelitian yang dilakukan oleh Giyati & Wardani (2015) dengan judul “ciri-ciri kepribadian dan kepatuhan sosial sebagai prediktor *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) pada remaja akhir” menunjukkan remaja dengan ciri kepribadian ekstraversi mempunyai hubungan kuat pada rendahnya afek negatif dan tingginya kepuasan hidup.

Perilaku tersebut dapat mempengaruhi individu karena durasi penggunaan menggunakan media sosial TikTok yaitu berapa lama waktu yang dipakai oleh pengguna untuk mengakases TikTok, semakin lama pengguna menggunakan TikTok maka semakin tinggi pula durasi penggunan media sosial TikTok. Sebaliknya, semakin sebentar pengguna menggunakan Tik Tok, semakin rendah durasi penggunan media sosialnya. (Rahmawati & Kurniadi, 2022). Intensitas penggunaan aplikasi Tiktok juga dapat berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku yang selalu merasa tidak puas/tidak biasa seperti menginginkan perhatian yang berlebihan, keinginan untuk dikagumi, dan empati yang kurang terhadap orang lain (Najah, Putra, & Aiyuda, 2021). Disamping itu, perasaan menyenangkan yang didapatkan saat menggunakan media sosial (TikTok) secara tidak sadar berdampak pada afek positif dan kepuasan hidup individu dalam mencapai kesejahteraan subjektif. (Syahreza & Tanjug, 2018).

Menurut Ariati (2012) kesejahteraan subjektif dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain harga diri positif, kontrol diri, ekstraversi, optimis, relasi sosial yang positif, memiliki arti dan tujuan dalam hidup. Dalam penelitian ini faktor tipe kepribadian ekstraversi yang masuk dalam faktor ekstraversi menjadi salah satu faktor yang akan diteliti dalam menentukan kesejahteraan subjektif. Menurut Eysenck (1991) ekstraversi merupakan kombinasi sifat impulsif, aktif, bersemangat dan bergairah yang terbentuk dari kebiasaan-kebiasaan individu dalam merespon *(habitual respon)* suatu hal. Individu dengan kepribadian ekstraversi memiliki ciri perilaku seperti antusiasme yang tinggi, senang bergaul, enerjik, tertarik dengan banyak hal, ambisius, pekerja keras, ramah, dan dominan dalam lingkungannya (Lestari, 2019).

Mengacu pada pernyataan yang telah dipaparkan, terdapat 7 aspek tentang tipe kepribadian ekstraversi menurut Eysenck & Wilson (1991) yaitu; 1. *Activity* (aktivitas), 2. *Sociability* (bersosialisasi), 3. *Risk-taking* (mengambil risiko), 4. *Impulsiveness* (impulsif), 5. *Expressiveness* (ekspresif), 6. *Reflectiveness* (reflektif), 7. *Responsibility* (tanggung jawab). Individu dengan tipe kepribadian ekstraversi memiliki peluang lebih besar untuk memiliki hubungan positif dengan orang lain dan untuk memperoleh umpan balik positif tentang diri generasi Z itu sendiri (Compton & Hoffman, 2013). Webster, Dunne, & Hunter, (2020) menyatakan bahwa melalui jejaring sosial (termasuk aplikasi TikTok di dalamnya) dapat berkorelasi positif dalam meningkatkan kepuasan hidup dan suasana hati yang positif terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja (termasuk Gen Z).

Adanya korelasi antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif mendukung pernyataan dalam penelitian Soto (2015) bahwa seseorang yang dominan dengan tipe kepribadian ekstraversi yang tinggi memiliki respon afektif yang lebih kuat terhadap peristiwa positif. Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan rumusan masalah dan tujuan penelitian untuk mengetahui, “apakah ada hubungan antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif pada generasi z pengguna aplikasi TikTok?”. Sehingga kedepannya dapat memberikan manfaat bagi pembaca maupun penelitian yang terkait.

**METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah 148 generasi Z pengguna aplikasi Tiktok selama tiga bulan terakhir dan berusia 18-24 tahun. Metode skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala *Likert*, yaitu metode pengukuran yang yang digunakan untuk mengukur sikap, perilaku, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiono, 2016). Penelitian ini menggunakan tiga skala untuk mengukur Kesejahteraan Subjektif yang terdiri dari: 1) skala *Satisfaction with Life Scale (SWLS).* 2) skala *Scale of Positive and Negative Experience (SPANE)* dan 3) skala *Eysenck’s Personality Inventory-A (EPI-A)* untuk mengukur Tipe Kepribadian Ekstraversi.

Skala SWLS terdiri dari 5 aitem dengan 7 pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Agak Setuju (AS), Netral (N), Agak Tidak Setuju (ATS), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala SWLS terdiri dari aitem-aitem pernyataan yang bersifat *favourable.* Pernyataan *favourable* untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberikan skor 7, Setuju (S) diberikan skor 6, Agak Setuju (AS) diberikan skor 5, Netral (N) diberikan skor 4, Agak Tidak Setuju (ATS) diberikan skor 3, Tidak Setuju (TS) diberikan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberikan skor 1. Instrument ini memiliki koefisien reliabilitas yang konsisten tinggi, yaitu berkisar antara 0.78-0,91 (Diener, 2006). Skala SWLSini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,835 (Izzah, 2022).

Skala SPANE terdiri dari 12 aitem yang terdiri dari 6 pernyataan mengukur afek positif dan 6 pernyataan mengukur afek negatif. Setiap aitem skala SPANE mempunyai 5 pilihan jawaban yaitu dengan angka 1 (Hampir tidak pernah), 2 (Jarang), 3 (Kadang-kadang), 4 (Sering), 5 (Hampir setiap saat). Instrument ini memiliki koefisien reliabilitas yang konsisten, yaitu berkisar antara 0.83-0,86 (Diener, 2009). *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE)ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dan memiliki koefisien reliabilitas SPANE-P sebesar 0,824 dan koefisien reliabilitas SPANE-N sebesar 0,649 (Izzah, 2022).

Skala *Eysenck’s Personality Inventory-A* (EPI-A) memiliki 2 jawaban yaitu “Ya” dan “Tidak”. Pemberian skor 1 untuk jawaban “Ya” dan pemberian skor 0 untuk jawaban “Tidak”. Skala ini memiliki reliabilitas sebesar 0,89-0,93 (Hutapea, 2010). Peneliti tidak melakukan pengujian reliabilitas dan validitas untuk alat ukur pada penelitian ini karena alat ukur yang digunakan sudah terstandar dan baku.

Analisis data yang sigunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh *Pearson* untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yang akan diteliti, yaitu hubungan antara tipe kepribadian ekstraversi dengankesejahteraan subjektif. Selanjutnya peneliti sesuai untuk menguji hipotesis mengenai analisis data yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif pada generasi Z pengguna aplikasi Tiktok. Hasil analisis product moment (*pearson correlation*) pada variabel tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif diperoleh koefisien korelasi rxy = 0,242 dengan p = 0,002 (p < 0,050) yang berarti ada hubungan positif antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif, yaitu semakin tinggi tingkat tipe kepribadian ekstraversi maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif pada gen Z pengguna aplikasi Tiktok. Sebaliknya semakin rendah tipe kepribadian ekstraversi maka akan semakin rendah kesejahteraan subjektif pada gen Z pengguna aplikasi Tiktok.

Berdasarkan hasil analisis, hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga mengungkap bahwa tipe kepribadian ekstraversi menjadi faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif*.* Soto (2015) bahwa seseorang yang dominan dengan tipe kepribadian ekstraversi yang tinggi memiliki respon afektif yang lebih kuat terhadap peristiwa positif. Efek langsung dari ciri-ciri kepribadian pada afek positif dan afek negatif dapat menjelaskan mengapa individu ekstrovert dan stabil secara emosional umumnya mengalami kesejahteraan subjektif yang lebih besar (Bolger & Schilling, 1991; Gross, Sutton, & Ketelaar, 1998; Headey & Wearing, 1989; Luhmann & Eid, 2009). Sebaliknya, jika tipe kepribadian ekstraversi cenderung rendah maka semakin rendah kesejahteraan subjektifnya.

Secara umum hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 125 subjek (84%) memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi dan 53 subjek (36%) memiliki tingkat tipe kepribadian ekstraversi yang cenderung tinggi. Berdasarkan hasil penelitian, tipe kepribadian ekstraversi berkontribusi sebesar 5,9% terhadap tingkat kesejahteraan subjektif generasi Z pengguna aplikasi Tiktok dan masih terdapat 94,1% faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif seperti faktor harga diri positif, kontrol diri, optimisme, relasi sosial yang positif, serta memiliki arti dan tujuan dalam hidup yangmana tidak diteliti dalam penelitian ini.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sesuai degan rumusan dan tujuan penelitian ini bahwa terdapat hubungan positif antara tipe kepribadian ekstraversi dengan kesejahteraan subjektif pada generasi Z pengguna aplikasi Tiktok. Korelasi ini membuktikan bahwa tipe kepribadian ekstraversi dan kesejahteraan subjektif merupakan variabel yang memiliki pengaruh terhadap generasi Z pengguna aplikasi Tiktok. Hubungan positif memiliki arti bahwa jika tipe kepribadian cenderung mengarah ke ekstraversi maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif, sebaliknya semakin rendah tipe kepribadian ekstraversi maka semakin rendah pula kesejahteraan subjektifnya. Variabel tipe kepribadian ekstraversi memberikan sumbangan efektif () sebesar 5,9% sedangkan 94,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

**SARAN**

Kesejahteraan subjektif gen Z dalam menggunakan aplikasi Tiktok dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti ketidakmampuan dalam mengevaluasi emosi positif maupun emosi negatif yang ditimbulkan dari konten Tiktok. Oleh karena itu, disarankan untuk gen Z lebih peka dalam memilih kategori konten Tiktok yang mendukung perasaan positif dan kepuasannya. Selain itu, disarankan juga untuk membangun interaksi virtual yang positif dengan pengguna lain sehingga lebih sejahtera ketika menggunakan aplikasi Tiktok. Kemudian bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian mengenai kesejahteraan subjektif pada generasi Z pengguna aplikasi Tiktok untuk dapat melihat faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada gen Z seperti faktor harga diri positif, kontrol diri, optimisme, relasi sosial yang positif, serta memiliki arti dan tujuan dalam hidup. Skala SWLS dan SPANE merupakan skala yang sudah lama sehingga perlu dilakukan uji coba sebelum penelitian dan harus merangkum subjek penelitan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Ariati, J. (2012). Subjective well-being (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas psikologi universitas diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip,* 8(2). 117-123. <https://doi.org/10.14710/jpu.8.2.117-123>

Badan Pusat Statistik. (2021, 21 Januari). Hasil sensus penduduk 2020. Diakses dari <https://www.bps.go.id/website/materi_ind/materiBrsInd-20210121151046.pdf>

Diener, E., Oishi, S. & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour,* 2(4),253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>

Diener, E., Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology,* 39(4), pp. 391-406. <https://hdl.handle.net/10520/EJC98561>

Eddington, Neil, Ph.D. & Shuman, Richard, MFT. (2008). Subjective well-being (happiness). *Continuing Psychology Education Inc.* Diakses dari <https://www.texcpe.com/html/pdf/fl/2019/FLSWB.pdf>

Eriksen, R. (2020). The effects of restricting social media use on subjective well-being - a systematic review. *Profesjonsstudiet i psykologi.* Diakses dari <https://hdl.handle.net/11250/2724018>

Eysenck, H. J., Wilson, G., & Jackson, C. J. (1991). The Eysenck personality profiler. *Australia: Cymeon.*

Izzah, A. Y. (2022). Pengaruh gratitude dan optimism terhadap subjective well-being mahasiswa yang bekerja. Skripsi.

Rahmawati, N., & Kurniadi, O. (2022). Hubungan antara menggunakan Tiktok dengan perilaku eksistensi diri. Bandung Conference Series: Public Relations, 2(1), 297-301. DOI: <https://doi.org/10.29313/bcspr.v2i1.939>

Ginee. (2021, 09 November). Pengguna tiktok indonesia gempar, potensi cuan menggelegar! Diakses dari <https://ginee.com/id/insights/pengguna-tiktok/>

Giyati & Wardani, I R. K. (2015). Ciri-ciri kepribadian dan kepatutan sosial sebagai prediktor subjective well-being (kesejahteraan subyektif) pada remaja akhir. *InSight,* 17(2), 151-168. DOI: <https://doi.org/10.26486/psikologi.v17i2.693>

Lestari, T. (2019). Hubungan antara kepribadian ekstraversi dengan nomophobia pada dewasa awal. *Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta*.

Najah, D. H., Putra, A. A., & Aiyuda, N. Kecenderungan narsistik dengan intensitas penggunaan aplikasi tiktok pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi,* 5(1), 1-7.

Rahmawati, Siska. (2018). Fenomena pengguna aplikasi tik tok dikalangan mahasiswa universitas pasundan bandung. *Abstrak Skripsi*. Diakses dari <http://repository.unpas.ac.id/id/eprint/34239>

Soto, C. J. (2015). Is happiness good for your personality? Concurrent and prospective relations of the big five with subjective well-being. *Jurnal Psikologi Kepribadian,* 83(1), 45–55. <https://doi.org/10.1111/jopy.12081>

Sugiono. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d. *Alfabeta*.

Syahreza, M. F., & Tanjung, I. S. (2018). Motif dan pola penggunaan media sosial Instagram di kalangan mahasiswa program studi Pendidikan ekonomi unimed. *Jurnal Interaksi, 2*(1). [http://dx.doi.org/10.30596%2Finteraksi.v2i1. 1788](http://dx.doi.org/10.30596%2Finteraksi.v2i1.%201788)

We Are Social & Hootsuite. (2022, 26 Januari). Digital 2022: another year of bumper growth. *We Are Social:* diakses dari <https://wearesocial.com/us/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/>

Webster, D., Dunne, L., & Hunter, R. (2021). Association between social networks and subjective well-being in adolescents: a systematic review. *Artikel Penelitian, 53*(2), 175–210. [https://doi.org/10.1177/0044118X20919589](https://doi.org/10.1177%2F0044118X20919589)