

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL KELUARGA DENGAN SELF-EFFICACY PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA TIKTOK

Sepgera Bahira Putri¹, Anwar, S.Psi., M.Si²

Program Studi Psikologi S1, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email: 220810743@student.mercubuana-yogya.ac.id

085179727702

ABSTRAK

Media sosial, khususnya TikTok, telah menjadi bagian dari kehidupan remaja akhir dan dapat memengaruhi keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya (*self-efficacy*). Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan *self-efficacy* adalah dukungan emosional keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna TikTok. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara dukungan emosional keluarga dengan *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna TikTok. Subjek penelitian berjumlah 146 remaja akhir pengguna TikTok berusia 17–21 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Dukungan Emosional Keluarga dan Skala Self-Efficacy. Teknik analisis data menggunakan Korelasi Product Moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan *self-efficacy* ($r = 0,361$; $p = 0,000$; $p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Dukungan emosional keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 13,0% ($R^2 = 0,130$) terhadap *self-efficacy*.

Kata Kunci: Dukungan emosional keluarga, Remaja akhir, *Self-efficacy*, TikTok.

ABSTRACT

Social media, particularly TikTok, has become an integral part of the lives of late adolescents and can influence individuals' beliefs about their own abilities (self-efficacy). One factor believed to be associated with self-efficacy is family emotional support. This study aims to examine the relationship between family emotional support and self-efficacy among late adolescents who use TikTok. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between family emotional support and self-efficacy among late adolescents who use TikTok. The study sample consisted of 146 late adolescents aged 17–21 who use TikTok, selected using purposive sampling. Data were collected using the Family Emotional Support Scale and the Self-Efficacy Scale. Data analysis employed Pearson's product-moment correlation. The results indicate a significant positive relationship between family emotional support and self-efficacy ($r = 0.361$; $p = 0.000$; $p < 0.05$), this supporting the research hypothesis. Family emotional support contributed 13.0% ($R^2 = 0.130$) to self-efficacy.

Keywords: family emotional support, late adolescents, self-efficacy, TikTok.

I. PENDAHULUAN

Perkembangan media sosial terjadi seiring dengan kemajuan teknologi serta perubahan dalam praktik budaya manusia. Dalam konteks ini, sejak awal tahun 2000-an, munculnya jejaring sosial dan situs Web 2.0 telah membuka peluang bagi masyarakat untuk memahami bagaimana berbagai aspek kehidupan mulai dari hubungan sosial, pekerjaan, aktivitas politik, hingga pemerintahan, kini banyak dijalankan melalui media sosial (Daly et al., 2024). Selanjutnya, dalam satu dekade terakhir, media sosial semakin mengalami perkembangan pesat dari sekadar teknologi yang hanya dikenal oleh kalangan terbatas hingga menjadi bagian utama dalam budaya modern.

Oleh karena itu, media sosial sebagai fenomena sosial-budaya berperan besar dalam mengubah ekosistem informasi dan cara manusia berkomunikasi di era digital (Boyd, 2014).

Di sisi lain, penggunaan gadget sebagai alat komunikasi di era digital juga membawa konsekuensi psikologis dan interaksional. Menurut Adawiah (dalam Pratiwi et al., 2023), penggunaan gadget secara intensif telah mengurangi kualitas waktu kebersamaan dalam keluarga, termasuk berkurangnya bentuk interaksi nonverbal seperti tatapan mata dan kontak fisik. Bagi masyarakat, khususnya remaja, media sosial telah menjadi kebiasaan yang begitu melekat hingga sulit dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, membuat remaja hampir tidak pernah melewati satu hari pun tanpa mengaksesnya (Putri et al., 2016).

Data global dari We Are Social (2025) menunjukkan bahwa pada awal tahun 2025 jumlah pengguna internet di dunia mencapai sekitar 5,56 miliar orang atau 67,9% dari populasi global, sedangkan pengguna media sosial mencapai sekitar 5,24 miliar akun atau 63,9% dari populasi dunia, dan angka tersebut terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Sementara itu, berdasarkan laporan DataReportal (2025), terdapat sekitar 212 juta pengguna internet di Indonesia dengan tingkat penetrasi 74,6 persen dari populasi, dengan 143 juta di antaranya merupakan pengguna aktif media sosial. Laporan TikTok juga menunjukkan bahwa jangkauan iklannya mencakup lebih dari separuh pengguna internet usia 18 tahun ke atas di Indonesia, yaitu sekitar 53,5 persen.

Dalam kajian psikologi perkembangan, Santrock (2010) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa awal yang berlangsung sekitar usia 10 hingga awal 20-an. Pada fase ini, individu mulai menunjukkan kebutuhan yang kuat akan kemandirian dan pembentukan identitas diri, disertai dengan berkembangnya kemampuan berpikir yang semakin logis, abstrak, dan idealistis. Adapun remaja akhir (usia 17–21 tahun) umumnya telah memiliki kemampuan berpikir yang lebih matang, memahami masalah secara menyeluruh, serta mulai mencari kestabilan dalam harga diri, peran gender, dan citra tubuh (Fitri & Asra, 2023).

Meskipun demikian, pada masa remaja akhir, tuntutan untuk mencapai kemandirian dan menyesuaikan diri dengan peran sosial yang lebih dewasa menyebabkan meningkatnya tekanan dari lingkungan sosial dan budaya (Hemasti et al., 2024). Dalam konteks digital saat ini, remaja sering terdorong untuk membandingkan diri dengan gambaran ideal yang banyak ditampilkan di media sosial seperti TikTok, sehingga menimbulkan rasa kurang percaya diri dan tekanan untuk memenuhi standar yang tidak realistis. TikTok menyediakan sarana untuk memperoleh pengakuan sosial melalui jumlah pengikut, komentar, dan *likes*. Apabila bentuk validasi tersebut tidak terpenuhi sesuai harapan, kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap keyakinan diri pada remaja (Bossen et al., 2020). Ketergantungan pada jumlah *likes* atau komentar sebagai ukuran penerimaan sosial dapat menimbulkan perasaan tidak berharga ketika ekspektasi tersebut tidak tercapai (Cai, 2023).

Fenomena perbandingan sosial (*social comparison*) dan tekanan validasi publik di TikTok berkaitan langsung dengan konsep *self-efficacy*. Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Santrock (2019) menambahkan bahwa *self-efficacy* mencakup persepsi individu bahwa dirinya mampu mengendalikan situasi tertentu dan menghasilkan hasil yang positif. Schwarzer (1992) serta Schunk (2011) juga menegaskan bahwa efikasi diri merupakan fondasi utama yang mengarahkan individu untuk menghadapi tantangan lingkungan secara adaptif.

Rendahnya *self-efficacy* pada remaja dapat memicu berbagai konsekuensi negatif, seperti menurunnya motivasi, lemahnya komitmen terhadap tujuan, meningkatnya kecemasan dan stres, hingga gejala depresi (Bandura, 1997). Selain itu, remaja dengan *self-efficacy* rendah cenderung menghindari tugas-tugas tantangan dan lebih rentan terhadap kecenderungan perilaku adiktif dalam penggunaan media digital (Mamnunia & Adyani, 2024), serta mengalami kesulitan dalam regulasi emosi (Giunta et al., 2022). Sebaliknya, remaja dengan *self-*

efficacy yang tinggi lebih mampu mengambil keputusan secara bijak, mengelola penggunaan teknologi secara positif dan bertanggung jawab, serta memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Cherewick et al., 2024).

Berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara terhadap 11 remaja akhir pengguna aktif TikTok berusia 18–21 tahun, ditemukan fenomena bahwa *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna media sosial belum sepenuhnya stabil dan cenderung bersifat situasional. Perbedaan bentuk dan konsistensi dukungan yang diterima dari lingkungan keluarga diduga menjadi faktor kunci yang memengaruhi kestabilan *self-efficacy* remaja saat berhadapan dengan tekanan media sosial dan tantangan kehidupan sehari-hari.

Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* dipengaruhi oleh empat sumber utama: (1) *mastery experiences* (pengalaman keberhasilan), (2) *vicarious experiences* (pengalaman orang lain), (3) *verbal persuasion* (persuasi verbal), dan (4) *physiological and affective states* (kondisi fisik dan emosional). Persuasi verbal dipahami sebagai bentuk dukungan sosial yang dapat meningkatkan efikasi diri melalui dorongan, motivasi, dan ucapan positif dari lingkungan (Kleppang et al., 2023; Zhang et al., 2022). Dalam ranah keluarga, persuasi verbal ini terwujud dalam bentuk dukungan emosional keluarga.

Dukungan emosional keluarga diartikan oleh Sarafino & Smith (2011) sebagai pemberian empati, kepedulian, perhatian, penghargaan positif, dan dorongan semangat yang membuat individu merasa dihargai, dicintai, dan diterima. Kehadiran dukungan emosional keluarga yang positif menyediakan rasa aman psikologis (*psychological safety net*), membantu remaja mengelola emosi dan kegagalan, serta memperkuat keyakinan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi berbagai tuntutan (Qian et al., 2024; An et al., 2024; Radina et al., 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: *Apakah terdapat hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan self-efficacy pada remaja akhir pengguna TikTok?* Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara dukungan emosional keluarga dan *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna TikTok. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi psikologi perkembangan dan psikologi sosial di era digital, serta manfaat praktis bagi orang tua, praktisi pendidikan, dan remaja dalam mengoptimalkan fungsi dukungan keluarga.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Self-Efficacy

Bandura (1997) menyatakan bahwa *self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi mendatang. *Self-efficacy* memengaruhi cara individu berpikir, merasa, memotivasi diri, dan bertindak. Individu dengan efikasi diri yang tinggi memandang tugas-tugas sulit sebagai tantangan yang harus dikuasai, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari.

Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* memiliki tiga dimensi/aspek utama:

1. *Magnitude*: Berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang dirasa mampu diselesaikan oleh individu, mulai dari tugas yang sederhana hingga tugas yang paling kompleks dan menantang.
2. *Generality*: Mengacu pada sejauh mana keyakinan individu terhadap kemampuannya dapat diterapkan dalam berbagai situasi dan jenis tugas yang berbeda.
3. *Strength*: Menggambarkan tingkat kekuatan atau kemantapan keyakinan individu terhadap kemampuannya. Keyakinan yang kuat mendorong ketekunan dan daya tahan pantang menyerah meskipun menghadapi rintangan.

Selain aspek Bandura, Corsini (1994) menyebutkan empat aspek efikasi diri meliputi kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi. Namun, dalam penelitian ini digunakan kerangka tiga aspek Bandura (1997) karena dinilai paling fundamental dan operasional.

B. Dukungan Emosional Keluarga

Dukungan emosional keluarga didefinisikan sebagai sikap dan tindakan anggota keluarga (orang tua dan saudara) yang mencerminkan rasa kasih sayang, kehangatan, empati, perhatian, serta penerimaan tanpa syarat (Sarafino & Smith, 2011; An et al., 2024; Karni et al., 2025). Menurut Sarafino & Smith (2011), terdapat empat aspek utama dalam dukungan emosional keluarga:

1. Empati: Kepekaan emosional anggota keluarga untuk mengerti dan merasakan apa yang dialami oleh remaja.
2. Kepedulian dan Perhatian: Sikap proaktif keluarga dalam memperhatikan kondisi keseharian, hadir saat dibutuhkan, dan mendengarkan keluhan remaja.
3. Penghargaan Positif: Sikap memberikan apresiasi, pujian atas usaha/pencapaian, serta penerimaan penuh tanpa perbandingan negatif.
4. Dorongan: Pemberian motivasi, ungkapan penyemangat, dan ajakan pantang menyerah saat remaja menghadapi kesulitan.

C. Hubungan Dukungan Emosional Keluarga dengan Self-Efficacy

Dukungan emosional keluarga berfungsi sebagai sumber persuasi verbal dan pengkondisian afektif positif. Ketika remaja menerima empati, kepedulian, apresiasi, dan dorongan secara konsisten dari keluarganya, pesan-pesan positif tersebut diinternalisasi menjadi kerangka berpikir evaluatif yang positif terhadap diri sendiri. Remaja menjadi lebih yakin bahwa mereka memiliki kompetensi dan sumber daya emosional untuk mengatasi hambatan, termasuk tekanan sosial akibat penggunaan platform media sosial TikTok (Fitri et al., 2021; Qian et al., 2024; Zhan & You, 2024).

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan self-efficacy pada remaja akhir pengguna TikTok. Semakin tinggi dukungan emosional keluarga yang diterima, maka semakin tinggi tingkat self-efficacy pada remaja akhir. Sebaliknya, semakin rendah dukungan emosional keluarga, maka semakin rendah pula tingkat self-efficacy.

III. METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Penelitian ini melibatkan dua variabel utama:

1. Variabel Terikat (Y) - *Self-Efficacy*: Keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam merencanakan dan melaksanakan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan. Diukur menggunakan Skala Self-Efficacy (10 aitem) adaptasi Rahmawati et al. (2024) berdasarkan dimensi Bandura (1997): *Magnitude*, *Generality*, dan *Strength*.
2. Variabel Bebas (X) - Dukungan Emosional Keluarga: Persepsi remaja terhadap empati, kepedulian, perhatian, penghargaan positif, dan dorongan semangat yang diberikan oleh keluarga. Diukur menggunakan Skala Dukungan Emosional Keluarga (35 aitem) yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Sarafino & Smith (2011).

B. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 146 remaja akhir berusia 17–21 tahun yang aktif menggunakan media sosial TikTok. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Karakteristik subjek berdasarkan usia disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia (N = 146)

Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
17	12	8,2%
18	10	6,8%
19	25	17,1%
20	33	22,6%
21	66	45,2%
Total	146	100,0%

C. Instrumen Pengumpulan Data & Uji Kualitas Psikometrik

Pengumpulan data menggunakan dua skala psikologi berbentuk skala Likert dengan 4 pilihan jawaban (Sangat Sesuai = 4, Sesuai = 3, Tidak Sesuai = 2, Sangat Tidak Sesuai = 1 untuk aitem favorable; dan sebaliknya untuk unfavorable).

1. *Skala Self-Efficacy*: Terdiri dari 10 aitem favorable meliputi aspek Magnitude (aitem 1, 2, 6), Generality (aitem 8, 9, 10), dan Strength (aitem 3, 4, 5, 7). Uji coba (try out) dilakukan pada 74 subjek. Hasil uji reliabilitas menghasilkan koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,793 dengan nilai daya beda aitem (*item-rest correlation*) berkisar antara 0,265 hingga 0,600. Seluruh 10 aitem dinyatakan valid dan dipertahankan.

2. *Skala Dukungan Emosional Keluarga*: Terdiri dari 35 aitem (21 favorable dan 14 unfavorable) yang mencakup aspek Empati (9 aitem), Kepedulian & Perhatian (9 aitem), Penghargaan Positif (9 aitem), serta Dorongan (8 aitem). Uji coba pada 75 subjek menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,956 dengan nilai daya beda aitem berkisar antara 0,348 hingga 0,808. Seluruh 35 aitem dinyatakan valid.

D. Metode Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan teknik statistik parametrik yaitu Korelasi Product Moment Pearson melalui program SPSS versi 27.0. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test) dan uji linearitas.

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan data hipotetik dan data empirik dari variabel Self-Efficacy dan Dukungan Emosional Keluarga. Rincian deskripsi data disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Deskripsi Data Hipotetik dan Data Empirik Variabel Penelitian (N = 146)

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Self-Efficacy	10	40	25,00	5,00	23	40	31,45	3,972
Dukungan Emosional Keluarga	35	140	87,50	17,50	71	140	108,62	15,664

B. Kategorisasi Variabel

Pengelompokan kategorisasi skor subjek dibagi ke dalam tiga tingkatan (Tinggi, Sedang, Rendah) berdasarkan norma hipotetik.

1. Kategorisasi *Self-Efficacy*: Ditentukan berdasarkan norma $X \geq 30$ (Tinggi), $20 \leq X < 30$ (Sedang), dan $X < 20$ (Rendah). Distribusi kategorisasi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Skala Self-Efficacy

Norma Kategori	Skor	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$X \geq 30$	Tinggi	108	74,0%
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$20 \leq X < 30$	Sedang	38	26,0%
$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 20$	Rendah	0	0,0%
Total			146	100,0%

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas subjek (74,0%) memiliki *self-efficacy* pada kategori tinggi, dan 26,0% berada pada kategori sedang. Tidak ada subjek yang masuk dalam kategori rendah.

2. Kategorisasi Dukungan Emosional Keluarga: Ditentukan berdasarkan norma $X \geq 105$ (Tinggi), $70 \leq X < 105$ (Sedang), dan $X < 70$ (Rendah). Distribusi kategorisasi disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Kategorisasi Skala Dukungan Emosional Keluarga

Norma Kategori	Skor	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$X \geq 105$	Tinggi	82	56,2%
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$70 \leq X < 105$	Sedang	64	43,8%
$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 70$	Rendah	0	0,0%
Total			146	100,0%

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebanyak 56,2% subjek memperoleh dukungan emosional keluarga pada kategori tinggi, dan 43,8% berada pada kategori sedang.

C. Uji Asumsi

1. Uji Normalitas: Pengujian normalitas residual dilakukan dengan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Diperoleh nilai signifikansi $p = 0,009$ pada Dukungan Emosional Keluarga dan $p = 0,000$ pada Self-Efficacy ($p < 0,05$). Berdasarkan Bishara & Hittner (2012) menjelaskan bahwa estimasi koefisien korelasi Pearson dan tingkat kesalahan pengujiannya cenderung mendekati nilai sebenarnya seiring dengan bertambahnya ukuran sampel. Selain itu, Blair & Lawson (1982) juga menyatakan bahwa koefisien korelasi Product Moment relatif tahan terhadap penyimpangan distribusi normal populasi. Oleh karena itu, penggunaan analisis korelasi *Product Moment Pearson* dalam penelitian ini tetap dapat dipertanggungjawabkan secara statistik meskipun data tidak sepenuhnya berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas: Uji linearitas menghasilkan nilai F Linearity = 22,567 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), serta nilai Deviation from Linearity $p = 0,299$ ($p > 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa hubungan antara dukungan emosional keluarga dan self-efficacy bersifat linear secara signifikan.

D. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan Korelasi Product Moment Pearson. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,361$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Nilai r positif menunjukkan adanya hubungan searah yang positif dan signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan self-efficacy pada remaja akhir pengguna TikTok. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0,130, yang berarti dukungan emosional keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 13,0% terhadap variabel *self-efficacy*. Sementara itu, 87,0% variasi *self-efficacy* dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar fokus penelitian ini.

E. Pembahasan

Hasil analisis empiris membuktikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna platform TikTok. Temuan ini mengonfirmasi kerangka teoritis Bandura (1997) yang menempatkan persuasi verbal dan dukungan afektif lingkungan sebagai elemen krusial dalam mengkonstruksi keyakinan efikasi diri individu.

Lingkungan keluarga yang menyediakan kehangatan emosional, kepekaan empati, perhatian proaktif, apresiasi positif, dan dorongan motivasional bertindak sebagai benteng psikologis bagi remaja akhir. Ketika remaja akhir pengguna TikTok dihadapkan pada paparan konten idealistik, kompetisi penerimaan publik (melalui likes dan komentar), serta risiko perbandingan sosial yang destruktif, dukungan emosional keluarga memberikan stabilisasi internal. Remaja merasa bahwa harga diri dan kompetensi mereka tidak hanya ditentukan oleh panggung virtual, melainkan divalidasi secara nyata dan tanpa syarat oleh keluarga (Qian et al., 2024; An et al., 2024).

Sumbangan efektif dukungan emosional keluarga sebesar 13,0% menunjukkan peran yang riil namun terukur. Porsi 87,0% yang dipengaruhi oleh variabel lain mencerminkan kompleksitas dinamika psikologis remaja akhir. Pada rentang usia 17–21 tahun, sumber pembentuk efikasi diri juga dipengaruhi oleh *mastery experiences* (keberhasilan akademik/karir pribadi), *vicarious experiences* (model teman sebaya), interaksi sosial di ruang digital, regulasi emosi mandiri, serta faktor kepribadian internal (Kleppang et al., 2023; Lin et al., 2024).

Tingginya persentase subjek pada kategori efikasi diri tinggi (74%) dan dukungan emosional keluarga tinggi (56,2%) menandakan bahwa sampel remaja akhir dalam penelitian ini umumnya memiliki resiliensi psikologis dan ekosistem domestik yang kondusif. Keberadaan komunikasi keluarga yang efektif memungkinkan remaja untuk mentransformatifkan tantangan digital menjadi peluang aktualisasi diri.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan emosional keluarga dengan *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna TikTok ($r = 0,361$; $p = 0,000$; $p < 0,05$). Semakin tinggi dukungan emosional keluarga yang diterima, maka semakin tinggi tingkat *self-efficacy* remaja.
2. Dukungan emosional keluarga memberikan kontribusi/sumbangan efektif sebesar 13,0% ($R^2 = 0,130$) terhadap *self-efficacy*, sedangkan 87,0% sisanya dijelaskan oleh variabel lain.

3. Sebagian besar remaja akhir pengguna TikTok memiliki tingkat *self-efficacy* pada kategori tinggi (74,0%) dan tingkat dukungan emosional keluarga pada kategori tinggi (56,2%).

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian, disampaikan beberapa saran praktis dan teoritis:

1. Bagi Remaja Akhir: Diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan komunikasi yang terbuka dengan anggota keluarga mengenai aktivitas harian maupun hambatan di dunia digital, guna memperkuat dukungan emosional yang diterima.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya: Disarankan untuk memperluas karakteristik responden dan meneliti faktor-faktor lain yang memengaruhi *self-efficacy* pada remaja akhir pengguna TikTok.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Dhafri, D. S. K., Awae, F., & Daud, M. B. (2025). Parental emotional neglect and adolescent social media addiction: A narrative review of psychological impacts and theoretical insights. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 9, 112–124. <https://doi.org/10.47772/IJRIS>
- Al-Khalidi, M. (2025). The role of the family in promoting emotional and social learning in children in light of societal transformations: A study on Jordanian families. *Journal of Ecohumanism*, 4(3), 495–504. <https://doi.org/10.62754/joe.v4i3.7018>
- An, J., Zhu, X., Shi, Z., & An, J. (2024). A serial mediating effect of perceived family support on psychological well-being. *BMC Public Health*, 24(1), 184–195. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18476-z>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 4, Cetakan Keduabelas). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Beck, K. (2020). Ensuring content validity of psychological and educational tests: The role of experts. *Frontline Learning Research*, 8(6), 1–37. <https://doi.org/10.14786/flr.v8i6.517>
- Bossen, C. B., & Kottasz, R. (2020). Uses and gratifications sought by pre-adolescent and adolescent TikTok consumers. *Young Consumers*, 21(4), 463–478. <https://doi.org/10.1108/YC-07-2020-1186>
- Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. New Haven: Yale University Press.
- Cai, Y. (2023). The influence of TikTok on the establishment of adolescent self-esteem. *BCP Education & Psychology*, 8, 107–111. <https://doi.org/10.54691/bcpep.v8i.4292>
- Chen, C., Zhu, Y., Sun, Y., & Que, M. (2025). The relationship between social support and interpersonal self-efficacy among higher vocational college students: Parallel mediation effects of anxiety and loneliness. *BMC Psychology*, 13(1), 45–56. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02418-4>
- Cherewick, M., Lama, R., Rai, R. P., Dukpa, C., Mukhia, D., Giri, P., & Matergia, M. (2024). Social support and self-efficacy during early adolescence: Dual impact of protective and promotive links to mental health and wellbeing. *PLOS Global Public Health*, 4(12), e0003904. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003904>
- Corsini, R. J., & Wedding, D. (1995). *Current Psychotherapies* (5th ed.). Itasca, IL: F. E. Peacock Publishers, Inc.
- Daly, D., Kuru, J., Fripp, A., Schneider, N., Leach, A., Ferrière, C. A., & Fountain, A. (2024). *Humans R Social Media* (2024 Living Book Edition). University of Arizona Libraries.
- DataReportal. (2025). *Digital 2025: Indonesia Overview*. Global Digital Insights Report.

- Febriana, A., & Mulyono, S. (2022). Dukungan informasional dan emosional keluarga dalam perilaku pemanfaatan layanan kesehatan reproduksi remaja. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 385–391. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i3.676>
- Fitri, A. H., Marni, E., & Putri, D. K. (2021). Hubungan dukungan emosional keluarga dengan self efficacy pada remaja. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah*, 2(1), 101–113. <https://doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss1.564>
- Fitri, K., & Asra, Y. K. (2023). Karakteristik remaja dan potensi penyalahgunaan narkoba. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(2), 66–75. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i2.21270>
- Fitriyah, M., Lestari, D. R., & Santi, E. (2024). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan efikasi diri remaja di SMAN 1 Banjarmasin. *Journal of Nursing Invention*, 5(1), 53–64. <https://doi.org/10.33859/jni.v5i1.551>
- Giunta, L. D., Lunetti, C., Gliozzo, G., Rothenberg, W. A., Lansford, J. E., Eisenberg, N., Pastorelli, C., Basili, E., Fiasconaro, I., Thartori, E., Favini, A., & Virzì, A. T. (2022). Negative parenting, adolescents' emotion regulation, self-efficacy in emotion regulation, and psychological adjustment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2251. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042251>
- Hadi, S. (2001). *Isu Uji Asumsi dalam Analisis Regresi dan Korelasi*. Buletin Psikologi, Universitas Gadjah
- Mada. Harnilawati. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Sulawesi Selatan: Pustaka As Salam.
- Hasanah, U., & Safitri, M. (2023). Kepercayaan diri pada remaja awal ditinjau dari dukungan sosial keluarga di SMP Negeri 2 Lhokseumawe. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(2), 812–823.
- Hemasti, R. A. G., Sajidah, N. A., & Koirunnisa, K. (2024). Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial terhadap self regulated learning di SMA N 1 Telukjambe. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(4), 16497–16502.
- Karni, A., Sari, A. Z., Cinta, N., Prayoga, U., Fernando, I., & Fatmawati, N. (2025). Upaya dukungan emosional dan sosial keluarga terhadap anak dari keluarga tidak utuh: Perspektif konseling keluarga. *JlPI: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 23(2), 832–847. <https://doi.org/10.36835/jipi.v23i2.68>
- Karokaro, T. M., Aprizal, A., Yanis, A., & Hardisman, H. (2025). Pengaruh dukungan emosional keluarga terhadap kejadian depresi pada remaja. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 11(2), 272–280. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol11.iss2.2220>
- Kleppang, A. L., Steigen, A. M., & Finbråten, H. S. (2023). Explaining variance in self-efficacy among adolescents: The association between mastery experiences, social support, and self-efficacy. *BMC Public Health*, 23(1), 1660. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16603-w>
- Lin, H., Wang, C., & Sun, Y. (2024). How Big Five personality traits influence information sharing on social media: A meta-analysis. *PLoS ONE*, 19(6), e0303770. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303770>
- Mamnunia, A. A., & Adyani, S. A. M. (2024). Self-efficacy and family resilience affects smartphone addiction in adolescents. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(2), 112–120.
- Meyer, N., Niemand, T., Davila, A., & Kraus, S. (2022). Biting the bullet: When self-efficacy mediates the stressful effects of COVID-19 beliefs. *PLoS ONE*, 17(1), e0263022. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263022>
- Muliawiharto, A., & Masykur, A. M. (2020). Hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Kecamatan Tembalang. *Jurnal EMPATI*, 8(4), 40–51. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26536>
- Nadila, E. (2022). *Hubungan Self Esteem dan Self Efficacy dengan Orientasi Masa Depan Remaja Akhir di Desa Kedondong*
- Namira, R. (2018). *Hubungan antara Self-Efficacy dengan Stres Akademik pada Remaja SMA di Yogyakarta*
- Ningsih, S. D., & Nursiti, D. (2020). Sosialisasi akan pentingnya dukungan emosional keluarga pada narapidana di Rutan Perempuan Kelas II A Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(3), 400–406.
- Pedditz, M. L., Nonnis, M., & Fadda, R. (2023). Self-efficacy in life skills and satisfaction among adolescents in school transitions. *Journal of Public Health Research*, 12(4), 1–10. <https://doi.org/10.1177/22799036231211420>
- Pratama, M. N. A. (2021). Hubungan antara quarter life crisis dengan self efficacy dan prokrastinasi akademik di fase remaja akhir pada peserta didik kelas XII. *Jurnal BK UNESA*, 12(3), 551–558.
- Pratiwi, N., Maulana, N. A., & Ismail, A. Z. (2023). Dinamika interaksi keluarga dalam era digital: Implikasi terhadap hubungan orang tua-anak. *Socio Politica: Jurnal Ilmiah Jurusan Sosiologi*, 13(2), 77–86. <https://doi.org/10.15575/socio->

- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & MB, S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 47–51. <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>
- Qian, M., Jin, R., Lu, C., & Zhao, M. (2024). Parental emotional support, self-efficacy, and mental health problems among adolescents in Hong Kong: A moderated mediation approach. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1458275. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1458275>
- Radina, M. E., Deer, B. L., Herriman, R. A., Jagpal, A., Dodd, M. M., Kawamura, K. L., & Clark, L. C. (2019). Elucidating emotional closeness within the Theory of Health-Related Family Quality of Life. *BMC Research Notes*, 12(1), 435. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4354-5>
- Rahmawati, Y., Halum Husna, F., & Prasetyo, R. A. B. (2024). General Self-Efficacy Scale: Analysis in Indonesia junior high school students. *International Conference of Humanities and Social Science*, 4(C), 906–909.
- Ratliff, E. L., Morris, A. S., Cui, L., Jespersen, J. E., Silk, J. S., & Criss, M. M. (2023). Supportive parent-adolescent relationships as a foundation for adolescent emotion regulation and adjustment. *Frontiers in Psychology*, 14, 1193449. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1193449>
- Riskia, F., & Dewi, D. K. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan self efficacy pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Psikologi Pendidikan (Character)*, 4(3), 1–8.
- Santrock, J. W. (2010). *Life-Span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development* (10th ed., Vol. 2). New York: McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Schunk, D. H. (2011). *Learning Theories: An Educational Perspective* (6th ed.). Boston: Pearson.
- Schwarzer, R. (1992). *Self-Efficacy: Thought Control of Action*. Washington, DC: Hemisphere Publishing Corporation.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sulhan, N. A. A., Ardaniah, N. H., Nasrullah., & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1), 9–36.
- Triola, M. F. (2018). *Elementary Statistics* (13th ed.). Boston: Pearson.
- Utami, O. W., Arrido, H. T., Pittor, R. C., & Abdilah, R. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan self efficacy mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 2(8), 241–250.
- We Are Social. (2025). *Digital 2025 Global Overview Report*. Meltwater & We Are Social.
- Widanarti, N., & Indati, A. (2002). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan self efficacy pada remaja di SMU Negeri 9 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi UGM*, 29(2), 112–123. <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7019>
- Zega, Y. (2020). Hubungan self efficacy terhadap motivasi belajar dalam pembelajaran matematika. *Jurnal Ilmiah DIDAKTIK IKIP Gunungsitoli*, 14(1), 45–52.
- Zein, D. S., Juniar, S. M., Fadillah, S., & Fidrayani. (2024). Hubungan antara dukungan keluarga terhadap kemampuan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Kajian Agama Islam*, 8(6), 112–120.
- Zhan, W., & You, Z. (2024). Family communication patterns, self-efficacy, and adolescent online prosocial behavior: A moderated mediation model. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 320. <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03202-2>
- Zhang, J., Qi, G., Song, C., & Chen, J. (2022). Continuous idea contribution in open innovation communities: The role of verbal persuasion from peers. *Frontiers in Psychology*, 13, 1061415. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1061415>