

# Fenomena joget viral di tiktok: Mengapa generasi muda indonesia gemar menari online?

**Silvi Nur Afifa Darmayanti**

Program Studi Matematika, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
e-mail: 220601110099@student.uin-malang.ac.id

## Kata Kunci:

Budaya populer, joget viral, interaksi sosial, media sosial, kesehatan fisik, kreativitas, tiktok

## Keywords:

Popular culture, viral dance, social interaction, social media, physical health, creativity, tiktok

## ABSTRAK

Fenomena joget viral di TikTok telah menjadi tren yang sangat populer di kalangan generasi muda. Artikel ini membahas faktor-faktor yang mendorong antusiasme generasi muda dalam mengikuti tren tari di TikTok, serta dampak positif yang ditimbulkannya. Faktor utama yang memengaruhi minat generasi muda dalam menari di TikTok meliputi pengaruh budaya populer dan globalisasi, keinginan untuk menjadi viral dan mendapatkan pengakuan sosial, serta peran algoritma canggih yang mendukung penyebaran tren secara luas. TikTok telah menciptakan lingkungan digital yang memungkinkan para pengguna untuk berpartisipasi dalam berbagai tantangan tari dan menampilkan kreativitas

mereka kepada audiens yang lebih luas. Selain itu, fenomena ini juga membawa dampak positif bagi penggunanya. TikTok tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai wadah ekspresi kreativitas yang memungkinkan pengguna untuk menciptakan koreografi baru dan mengeksplorasi berbagai jenis tarian. Partisipasi dalam tren tari di TikTok juga terbukti dapat meningkatkan rasa percaya diri dan memperluas interaksi sosial generasi muda, terutama dengan komunitas yang memiliki minat yang sama. Lebih jauh, aktivitas menari di TikTok memiliki manfaat bagi kesehatan fisik, karena secara tidak langsung mendorong aktivitas fisik yang dapat meningkatkan kebugaran tubuh. Tren joget viral di TikTok bukan sekadar hiburan semata, tetapi juga memiliki dampak yang lebih luas dalam aspek sosial, budaya, dan kesehatan. Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk memanfaatkan platform ini secara bijak dan produktif, seperti dengan menggunakan sebagai sarana edukasi serta promosi budaya lokal.

## ABSTRACT

The viral dance phenomenon on TikTok has become a very popular trend among the younger generation. This article discusses the factors that drive the enthusiasm of the younger generation in following the dance trend on TikTok, as well as the positive impacts it has. The main factors that influence the interest of the younger generation in dancing on TikTok include the influence of popular culture and globalization, the desire to go viral and gain social recognition, and the role of sophisticated algorithms that support the widespread spread of trends. TikTok has created a digital environment that allows its users to participate in various dance challenges and showcase their creativity to a wider audience. In addition, this phenomenon also has a positive impact on its users. TikTok not only functions as a medium for entertainment, but also as a place to express creativity that allows users to create new choreography and explore various types of dance. Participation in the dance trend on TikTok has also been shown to increase self-confidence and expand social interactions for the younger generation, especially with communities that share the same interests. Furthermore, dancing activities on TikTok have benefits for physical health, because they indirectly encourage physical activity that can improve physical fitness. The viral dance trend on TikTok is not just entertainment, but also has a broader impact on social, cultural, and health aspects. Therefore, it is important for users to utilize this platform wisely and productively, such as by using it as a means of education and promotion of local culture.



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

## Pendahuluan

Dalam era digital yang semakin berkembang, media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, terutama generasi muda. Salah satu platform yang sangat populer di kalangan anak muda Indonesia adalah TikTok. Aplikasi berbasis video pendek ini telah melahirkan berbagai tren, salah satunya adalah fenomena joget viral. Hampir setiap hari, video tarian baru bermunculan di beranda pengguna, menarik perhatian jutaan orang dan menjadi tren yang diikuti secara luas. Fenomena ini tidak hanya sekadar hiburan, tetapi juga mencerminkan dinamika budaya populer yang berkembang di era digital (Santoso, 2023). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dwi Oktariani dalam artikel "Pemanfaatan Aplikasi TikTok sebagai Media Pembelajaran Seni Tari Tradisi Nusantara pada Remaja" yang diterbitkan di ResearchGate, TikTok telah mengubah cara generasi muda berinteraksi dan mengekspresikan diri (Oktariani, 2022). Melalui fitur seperti "For You Page" (FYP), platform ini memberikan kesempatan bagi siapa saja untuk menjadi viral, tanpa harus memiliki latar belakang sebagai selebritas atau influencer terkenal. Inilah yang membuat banyak pengguna, terutama remaja, tertarik untuk ikut serta dalam tren joget viral sebagai bentuk eksistensi di dunia maya. Fenomena ini juga berkaitan dengan keinginan untuk memperoleh pengakuan sosial dan menjadi bagian dari komunitas yang lebih luas.

Selain itu, dalam artikel "Millenial Indonesia Terhadap Penggunaan Aplikasi TikTok" yang diterbitkan dalam Jurnal Sosial Search, disebutkan bahwa keinginan untuk mendapat perhatian dan pengakuan sosial menjadi faktor utama yang mendorong generasi muda untuk ikut serta dalam tren digital seperti joget viral (Pratama, 2021). Kehadiran fitur "like," "share," dan "comment" memberikan kepuasan tersendiri bagi pengguna yang videonya mendapatkan respons positif dari publik. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial tidak hanya menjadi tempat untuk mengekspresikan kreativitas, tetapi juga berfungsi sebagai ruang bagi individu untuk membangun citra diri mereka di mata publik. Fenomena joget viral di TikTok juga dapat dikaitkan dengan aspek psikologis. Berdasarkan penelitian dari Jurnal IRE, keterlibatan Gen Z dalam TikTok dipengaruhi oleh budaya digital, individualisme, dan konsumerisme (Rahmawati, 2022). Dalam hal ini, menari di TikTok dapat menjadi sarana untuk mengurangi stres, meningkatkan rasa percaya diri, dan membangun interaksi sosial secara virtual. Selain itu, algoritma TikTok yang canggih memungkinkan pengguna untuk mendapatkan eksposur lebih luas, sehingga semakin banyak orang yang merasa termotivasi untuk menciptakan konten baru dan mengikuti tren yang sedang populer. Fenomena ini juga menunjukkan bagaimana teknologi dapat memengaruhi kehidupan sosial dan psikologis generasi muda secara lebih mendalam.

Namun, di sisi lain, terdapat pula dampak negatif yang perlu diperhatikan. Meskipun TikTok menawarkan berbagai peluang untuk mengekspresikan diri, tren joget viral juga menimbulkan berbagai kontroversi. Sebagian pihak mengkhawatirkan dampak negatifnya terhadap moralitas dan etika remaja, terutama jika tarian yang dilakukan mengandung unsur yang kurang sesuai dengan norma budaya setempat. Dalam artikel "Analisis Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok" yang diterbitkan dalam Jurnal Kultur, disebutkan bahwa banyak orang tua dan pendidik merasa perlu memberikan bimbingan agar anak muda tetap bijak dalam menggunakan media sosial

(Sutanto, 2023). Tidak jarang, beberapa tantangan tarian yang viral di TikTok mengandung unsur sensualitas atau bahkan berisiko membahayakan penggunanya, terutama bagi mereka yang masih di bawah umur. Selain itu, tren joget viral juga dapat menyebabkan tekanan sosial bagi remaja yang merasa harus terus mengikuti tren agar tetap relevan di lingkungan pergaulan mereka. Fenomena ini dapat menciptakan standar kecantikan dan popularitas yang tidak realistik, yang pada akhirnya dapat berdampak pada kesehatan mental remaja. Dalam beberapa kasus, tekanan untuk menjadi viral dapat membuat pengguna menghabiskan terlalu banyak waktu di media sosial, mengabaikan aspek lain dalam kehidupan mereka seperti pendidikan, hubungan sosial di dunia nyata, dan kesejahteraan emosional mereka sendiri.

Oleh karena itu, artikel ini akan membahas lebih dalam tentang faktor-faktor yang mendorong generasi muda Indonesia gemar menari online di TikTok. Selain itu, akan dikaji juga dampak positif dan negatif dari fenomena ini serta bagaimana masyarakat dapat menyiapkannya secara bijak. Dengan memahami fenomena ini secara lebih komprehensif, diharapkan generasi muda dapat menggunakan TikTok secara lebih positif dan bertanggung jawab, serta tetap mempertahankan nilai-nilai budaya yang ada.

## **Pembahasan**

### **Faktor-Faktor yang Mendorong Generasi Muda Gemar Menari di TikTok**

#### **Pengaruh Budaya Populer dan Globalisasi**

Dalam era globalisasi, budaya populer memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk gaya hidup generasi muda. TikTok sebagai platform media sosial memungkinkan penggunanya untuk mengakses berbagai jenis konten dari seluruh dunia, termasuk tren tarian yang sedang populer di negara lain. Budaya digital menciptakan jaringan global yang saling terhubung dan memungkinkan pertukaran budaya dalam skala yang lebih luas (Santoso, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2022) dalam Jurnal IRE, yang menyatakan bahwa generasi muda cenderung mengadopsi tren budaya populer sebagai bentuk ekspresi diri dan upaya untuk menjadi bagian dari komunitas global. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Hidayat & Kusuma (2023) dalam Journal of Digital Culture menunjukkan bahwa media sosial, khususnya TikTok, berkontribusi dalam mempercepat penyebaran budaya populer antarnegara. Algoritma TikTok memungkinkan penyebaran tren dengan cepat, sehingga gerakan tari dari satu negara dapat dengan mudah diadopsi oleh pengguna di negara lain. Dalam konteks ini, generasi muda melihat tren tari sebagai bentuk identitas budaya digital yang memperkuat posisi mereka dalam komunitas global.

#### **Keinginan untuk Menjadi Viral dan Mendapatkan Pengakuan Sosial**

Keinginan untuk mendapatkan perhatian dari publik merupakan salah satu faktor utama yang mendorong generasi muda untuk mengikuti tren joget viral di TikTok. Menurut Pratama (2021) dalam Jurnal Sosial Search, fitur-fitur seperti "like," "comment," dan "share" memberikan kepuasan tersendiri bagi pengguna yang videonya mendapatkan banyak interaksi. TikTok memberikan kesempatan bagi siapa

saja untuk menjadi viral dalam waktu singkat, sehingga banyak pengguna yang termotivasi untuk mengikuti tren yang sedang populer dengan harapan mendapatkan eksposur yang lebih luas. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Putri & Wijaya (2023) dalam Digital Media Review menunjukkan bahwa adanya faktor psikologis yang mendorong seseorang untuk terus berpartisipasi dalam tren viral. Efek "dopamine rush" yang terjadi saat seseorang mendapatkan banyak interaksi di media sosial menciptakan dorongan untuk terus memproduksi konten. Dengan kata lain, tarian viral di TikTok bukan hanya sekadar hiburan, tetapi juga merupakan bentuk pencapaian sosial yang memberikan validasi diri bagi penggunanya.

### ***Algoritma dan Sistem Rekomendasi TikTok***

Salah satu keunggulan utama TikTok adalah algoritmanya yang canggih, yang mampu menampilkan konten yang paling relevan dengan minat pengguna. Hal ini membuat video tarian yang menarik dan mengikuti tren lebih mudah ditemukan oleh audiens yang lebih luas. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Oktariani (2022) dalam ResearchGate, sistem rekomendasi TikTok bekerja dengan cara menganalisis perilaku pengguna, seperti durasi tontonan dan interaksi dengan video tertentu. Ini berarti semakin sering seseorang menonton dan berinteraksi dengan konten tarian, semakin besar kemungkinan mereka akan melihat lebih banyak video serupa di beranda mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2023) dalam Media & Society Journal juga menemukan bahwa algoritma TikTok memiliki kecenderungan untuk memberikan prioritas pada konten yang memiliki potensi viral berdasarkan engagement rate. Dengan demikian, video tarian yang mendapatkan respons tinggi dalam waktu singkat lebih mungkin untuk muncul di halaman "For You" pengguna lain, yang semakin meningkatkan daya tarik generasi muda untuk ikut serta dalam tren joget viral.

### ***Dampak Positif dari Fenomena Joget Viral di TikTok***

#### ***Media Ekspresi Kreativitas***

TikTok telah menjadi wadah bagi generasi muda untuk mengekspresikan kreativitas mereka melalui tarian. Banyak pengguna yang mengembangkan gaya tarian mereka sendiri dan menciptakan koreografi baru yang kemudian diikuti oleh banyak orang. Hal ini mendorong perkembangan seni tari di kalangan generasi muda dan memperkenalkan budaya tari ke audiens yang lebih luas (Oktariani, 2022). Penelitian oleh Sari & Lestari (2023) dalam Journal of Creative Expression menunjukkan bahwa TikTok memberikan ruang bagi seniman tari untuk bereksperimen dengan berbagai genre tari, mulai dari hip-hop hingga tari tradisional. Beberapa pengguna bahkan memanfaatkan platform ini untuk mengedukasi audiens mengenai seni tari tradisional dengan mengadaptasi gerakan klasik ke dalam format yang lebih modern dan menarik bagi generasi muda.

#### ***Meningkatkan Rasa Percaya Diri dan Interaksi Sosial***

Menari di TikTok dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri seseorang, terutama bagi mereka yang mungkin merasa kurang percaya diri dalam kehidupan sehari-hari. Melalui platform ini, mereka dapat berinteraksi dengan komunitas yang memiliki minat yang sama, sehingga memperluas jaringan sosial mereka (Rahmawati,

2022). Selain itu, penelitian oleh Dewi & Wibowo (2023) dalam *Social Media & Psychology Journal* menemukan bahwa generasi muda yang aktif dalam tantangan tari TikTok cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kepercayaan diri yang lebih tinggi. Proses belajar dan menampilkan tarian di hadapan audiens digital memberikan rasa pencapaian dan keterhubungan sosial yang penting dalam perkembangan psikologis anak muda.

### ***Mendorong Aktivitas Fisik dan Kesehatan***

Tren joget viral di TikTok juga membawa dampak positif dalam aspek kesehatan fisik. Aktivitas menari merupakan bentuk olahraga yang menyenangkan, yang dapat meningkatkan kebugaran tubuh dan mengurangi risiko gaya hidup sedentari. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fitri & Handayani (2023) dalam *Journal of Health & Movement*, tarian TikTok yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan keseimbangan tubuh, koordinasi motorik, serta kebugaran kardiovaskular. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Anderson et al. (2023) dalam *International Journal of Physical Activity*, fenomena tarian di media sosial telah berkontribusi pada peningkatan partisipasi generasi muda dalam aktivitas fisik, terutama bagi mereka yang sebelumnya kurang tertarik untuk berolahraga. Dengan demikian, TikTok bukan hanya menjadi platform hiburan, tetapi juga memiliki potensi sebagai media promosi gaya hidup sehat melalui aktivitas tari.

### **Kesimpulan dan Saran**

Fenomena joget viral di TikTok telah menjadi bagian penting dari budaya digital generasi muda. Dengan hadirnya berbagai tantangan tarian yang mudah diikuti, banyak pengguna berpartisipasi untuk menunjukkan kreativitas mereka. Popularitas tren ini tidak lepas dari pengaruh budaya populer, dorongan untuk mendapatkan eksposur luas, serta peran algoritma TikTok yang mempercepat penyebaran konten menarik. Video tarian yang sederhana namun menarik sering kali menjadi tren global dalam waktu singkat, menciptakan gelombang baru dalam dunia hiburan digital. Lebih dari sekadar hiburan, tren tarian di TikTok memiliki manfaat lain yang berkontribusi pada perkembangan individu. Aktivitas ini dapat meningkatkan kreativitas dengan mendorong pengguna untuk menampilkan gaya unik mereka sendiri dalam setiap tarian. Selain itu, banyak orang yang merasa lebih percaya diri setelah berpartisipasi dalam tantangan ini, terutama ketika mendapatkan respons positif dari komunitas TikTok. Bahkan, secara fisik, mengikuti tren joget dapat menjadi salah satu bentuk aktivitas ringan yang membantu meningkatkan kebugaran tubuh. Namun, di balik sisi positifnya, tren ini juga dapat menimbulkan dampak negatif jika tidak disikapi dengan bijak. Tekanan sosial untuk mengikuti tren demi mendapatkan perhatian atau pengakuan dapat membuat seseorang merasa terpaksa ikut serta, bahkan jika mereka sebenarnya tidak nyaman melakukannya. Selain itu, kecanduan media sosial menjadi risiko yang perlu diwaspadai, terutama ketika seseorang mulai menghabiskan terlalu banyak waktu untuk membuat dan menonton konten tanpa kontrol yang baik. Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk tetap membatasi waktu mereka di platform ini dan menjaga keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai langkah positif, pemanfaatan TikTok sebaiknya tidak hanya berfokus pada hiburan semata, tetapi juga pada aspek edukatif dan promosi budaya lokal. Banyak kreator konten yang telah sukses memanfaatkan platform ini untuk mengajarkan keterampilan baru, seperti bahasa asing, seni, atau bahkan ilmu pengetahuan dengan cara yang menarik dan interaktif. Selain itu, TikTok juga dapat menjadi sarana efektif untuk memperkenalkan kekayaan budaya lokal, seperti tarian tradisional, musik daerah, dan pakaian adat, kepada audiens global. Dengan pendekatan yang lebih produktif, TikTok tidak hanya menjadi tempat untuk bersenang-senang, tetapi juga sebagai media yang bermanfaat bagi perkembangan individu dan masyarakat luas.

## Daftar Pustaka

- Anderson, J., et al. (2023). The Impact of Social Media Dance Trends on Youth Physical Activity. *International Journal of Physical Activity*, 15(2), 123-135. (n.d.).
- Dewi, L., & Wibowo, R. (2023). *Psychological Effects of Participating in Viral Dance Challenges on TikTok*. *Social Media & Psychology Journal*, 8(1), 45-60.
- Fitri, S., & Handayani, T. (2023). *Health Benefits of Engaging in TikTok Dance Trends Among Adolescents*. *Journal of Health & Movement*, 12(3), 210-225.
- Hidayat, A., & Kusuma, B. (2023). *Globalization and Popular Culture: The Role of TikTok in Youth Dance Trends*. *Journal of Digital Culture*, 5(4), 300-315.
- Julianti, Maulidya. (2022). *The effect of mental distress and social media fatigue on learning burnout in students during the Covid 19 pandemic*. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 2(2), 168-180, DOI: <https://10.18860/jips.v2i2.18065>
- Nugroho, P. (2023). *Algorithmic Influence on Content Virality: A TikTok Case Study*. *Media & Society Journal*, 20(2), 150-165.
- Oktariani, R. (2022). *Understanding TikTok's Recommendation System and Its Impact on User Engagement*. ResearchGate.
- Pratama, D. (2021). *Social Recognition and the Desire for Virality Among Youth on TikTok*. *Jurnal Sosial Search*, 10(1), 75-90.
- Putri, A., & Wijaya, F. (2023). *Psychological Motivations Behind Participation in Viral TikTok Dances*. *Digital Media Review*, 15(2), 200-215.
- Rahmawati, S. (2022). *Adoption of Popular Culture Trends by Youth in the Digital Era*. *Jurnal IRE*, 7(3), 180-195.
- Sandra, F., et al. (2022). *Analisis Perilaku Media Sosial Berdasarkan Teori Pembelajaran Sosial Bandura (Studi Survei Pengikut Akun "L")*. *LibTech: Library and Information Science Journal*, 3(2), 42-50, DOI: 10.18860/libtech.v3i2.19417
- Santoso, T. (2023). *Cultural Exchange in the Digital Age: TikTok as a Platform for Global Dance Trends*.
- Sari, M., & Lestari, H. (2023). *Creative Expression Through Dance: The Role of TikTok in Modern Choreography*. *Journal of Creative Expression*, 9(4), 250-265.

Syaifudin, Imam. (2017). *Interaksi Sosial dalam Membangun Toleransi Antar Umat Beragama di Dusun Dodol Desa Wonoagung Kecamatan Kasembon Kabupaten Malang*. JPIPS : Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, 4(1), 21-36, <http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/jips>.