

## DAMPAK DARI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP GANGGUAN PSIKOLOGIS MAHASISWA

Nova Apriyanti<sup>1</sup>, Mira Susanti<sup>2</sup>, Muhammad Arif Liputo<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Ekonomi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi <sup>1,2,3</sup>

Email: [novaapriyanti5116@gmail.com](mailto:novaapriyanti5116@gmail.com)<sup>1</sup>, [mirasusanti06@icloud.com](mailto:mirasusanti06@icloud.com)<sup>2</sup>, [arif.liputo@unja.ac.id](mailto:arif.liputo@unja.ac.id)<sup>3</sup>

Informasi	Abstract
Volume : 3 Nomor : 6 Bulan : Juni Tahun : 2026 E-ISSN : 3062-9624	<p><i>Students are increasingly using social media and incorporating it into their everyday life. It has been demonstrated that kids' psychological health is impacted by social media use if it is not appropriately regulated. This study aims to investigate the connection between students' use of social media and psychiatric illnesses. A literature review is the process employed, which entails gathering and assessing scientific publications pertaining to the research subject as well as a variety of national and international periodicals. According to the study's findings, excessive social media use can lead to a number of psychological conditions, such as stress, anxiety, depression, sleep pattern disturbances, FOMO, and social media addiction. Furthermore, these negative consequences are exacerbated by cyberbullying, social comparison, and a lack of self-control. High levels of social media use also have an impact on kids' academic performance, social interactions, and learning focus. However, social networking can be beneficial if utilized sensibly and with sufficient computer literacy. Therefore, in order to safeguard students' mental health, initiatives to reduce social media use and enhance self-control are required.</i></p> <p><b>Keyword:</b> <i>psychological disorders, college students, social media, stress.</i></p>
<b>Abstrak</b>	<p><i>Mahasiswa semakin sering menggunakan media sosial dan mengintegrasikannya ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Telah ditunjukkan bahwa kesehatan psikologis anak-anak terpengaruh oleh penggunaan media sosial jika tidak diatur dengan tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara penggunaan media sosial oleh mahasiswa dan penyakit jiwa. Proses yang digunakan adalah tinjauan literatur, yang melibatkan pengumpulan dan penilaian publikasi ilmiah yang berkaitan dengan subjek penelitian serta berbagai jurnal nasional dan internasional. Menurut temuan penelitian, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan sejumlah kondisi psikologis, seperti stres, cemas, depresi, gangguan pola tidur, FOMO, dan kecanduan media sosial. Selain itu, konsekuensi negatif ini diperburuk oleh perundungan siber, perbandingan sosial, dan kurangnya pengendalian diri. Tingkat penggunaan media sosial yang tinggi juga berdampak pada kinerja akademik anak-anak, interaksi sosial, dan fokus belajar. Namun, jejaring sosial dapat bermanfaat jika digunakan secara bijaksana dan dengan literasi komputer yang memadai. Oleh karena itu, untuk melindungi kesehatan mental mahasiswa, inisiatif untuk mengurangi penggunaan media sosial dan meningkatkan pengendalian diri diperlukan.</i></p>
<b>Kata Kunci:</b>	<p><i>gangguan psikologis, mahasiswa, media sosial, stres.</i></p>

## **A. PENDAHULUAN**

Perubahan dalam teknologi informasi dan komunikasi selama dekade terakhir telah merevolusi cara anak-anak terhubung, berkomunikasi, belajar, dan mengekspresikan diri, dengan media sosial kini memainkan peran yang semakin penting dalam kehidupan sehari-hari mereka. Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa tingkat penggunaan perangkat di Indonesia diperkirakan mencapai 65,87% pada tahun 2022. Persentase terbesar tercatat di Provinsi DKI Jakarta (51,8%), Kepulauan Riau (50,1%), dan Kalimantan Timur (41,1%). Sementara itu, Provinsi Papua memiliki tingkat terendah sebesar 26,32% pada tahun yang sama. Menurut data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, penggunaan perangkat di kalangan remaja usia sekolah, khususnya mereka yang berusia 13 hingga 19 tahun, mencapai 73,7%. Statistik tersebut menunjukkan pertumbuhan sebesar 8,9%, yang setara dengan 25,5 juta pengguna perangkat. Selain itu, Badan Pusat Statistik mengungkapkan bahwa remaja berusia 13 hingga 19 tahun adalah kelompok usia dan jenis kelamin yang paling umum untuk penggunaan perangkat. Menurut jenis kelamin, laki-laki merupakan mayoritas pengguna gadget (72,76%), sedangkan perempuan mencapai 62,91%. (Statistik, 2022). Di sisi lain, pada Provinsi D.I. Yogyakarta juga ada peningkatan penggunaan gadget pada anak remaja yang berusia 13–19 tahun yang tergolong tinggi, yakni mencapai 48,37% pada tahun 2022. Persentase tersebut kemudian diikuti oleh Kabupaten Sleman sebesar 17,7% dan Kabupaten Bantul sebesar 16,26% (Harnimayanti & Rosida, 2025).

Dengan adanya media sosial ini dapat memberikan berbagai manfaat, seperti menjadi sarana interaksi sosial, sumber akses informasi, serta media untuk mengembangkan kreativitas individu. Namun, banyak pula penggunaan media sosial secara berlebihan, kurang terkontrol, maupun pola penggunaan yang bersifat pasif diketahui memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya berbagai permasalahan psikologis pada anak. Dampak tersebut meliputi kecemasan, depresi, penurunan rasa percaya diri, gangguan citra tubuh, hingga perilaku adiktif. Hal ini memiliki dampak negatif bagi pengguna media sosial, yang mana paling banyak ditemukan yaitu pada kondisi penggunaan yang melampaui batas wajar, khususnya pada anak usia dini dan remaja yang perkembangan otak serta kemampuan regulasi emosinya belum berkembang secara optimal. Anak-anak dan remaja cenderung melakukan perbandingan sosial terhadap konten yang umumnya telah direkayasa atau hanya menampilkan sisi positif kehidupan individu lain. Kondisi tersebut dapat memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, rasa iri, serta munculnya persepsi rendah diri dan perasaan tidak berharga (Liu et al., 2024).

Adapun kaitan antara penggunaan media sosial dengan gangguan psikologis yang mana hubungan keduanya bukanlah sederhana, melainkan dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, dukungan keluarga, lingkungan, serta cara bagaimana anak berinteraksi di dalamnya.

Hasil survei yang dilakukan oleh UNICEF dan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2022) melaporkan kalau perkiraan 60% orang tua masih belum cukup dalam melakukan pengawasan terhadap aktivitas digital anak. Kondisi tersebut mencerminkan terdapat perbedaan antara peningkatan keterampilan digital anak dengan minimnya tingkat kemampuan digital orang tua dalam memberikan bimbingan dan pengawasan penggunaan teknologi digital (Hayati, 2025).

Artikel ini membahas secara mendalam berbagai bentuk dampak psikologis yang timbul, mekanisme terjadinya gangguan, serta faktor-faktor yang dapat meningkatkan maupun menurunkan risiko tersebut. Pembahasan disusun dengan mengacu pada bukti ilmiah dari berbagai penelitian dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir, serta merujuk secara langsung pada hasil temuan masing-masing kajian sehingga pembaca dapat memahami landasan empiris dari setiap pernyataan yang disampaikan. Pemahaman tersebut menjadi penting sebagai dasar dalam merumuskan strategi perlindungan anak, baik oleh orang tua, tenaga pendidik, maupun pembuat kebijakan, agar pemanfaatan teknologi tetap memberikan manfaat tanpa mengabaikan kesehatan mental generasi muda.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini memakai metode studi literatur (*library research*), yakni pendekatan penelitian yang digunakan untuk memperoleh data, menelaah data, dan serta menginterpretasikan berbagai sumber pustaka yang relevan.

Pelaksanaan metode studi literatur dalam penelitian ini dilakukan melalui penelusuran berbagai literatur ilmiah yang mencakup buku, jurnal, dan artikel yang relevan dengan topik penelitian, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih mendalam.

Setelah memperoleh dan menyimpulkan berbagai pengetahuan dari sumber-sumber tersebut, penulis kemudian menuangkan gagasan serta pemikiran yang dikembangkan ke dalam artikel ini secara sistematis, terarah, lengkap, dan terstruktur. Penggunaan metode studi literatur bertujuan untuk membantu menemukan wawasan, kebenaran, serta solusi terhadap permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini.

**C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Implementasi

Berikut beberapa hasil dari analisis literatur yang telah memenuhi kriteria dan relevan dengan penelitian ini.

**Tabel 1: Hasil Analisis**

No	Nama dan Judul Artikel	Metode yang digunakan	Hasil
1.	Pengaruh Media Sosial terhadap Kesejahteraan Mental Mahasiswa: Studi Kasus Di Fakultas Ilmu Agama Islama Universitas Islam Indonesia (Hilda & Purwanto, 2024).	Kualitatif Studi Kasus	Pemanfaatan sosial media selama lebih dari 2 jam per hari berhubungan dengan peningkatan risiko stres, kecemasan, gangguan tidur, serta isolasi sosial. Beberapa faktor pemoderasi yang memengaruhi hubungan tersebut meliputi waktu pemakaian, kategori konten yang dikonsumsi, sistem pola pemakaiannya yaitu lebih produktif dibandingkan pasif, serta ketersediaan dukungan sosial dari keluarga dan teman. Dari segi pola penggunaan, interaksi pasif yang terbukti lebih berisiko yang dapat menimbulkan dampak negatif dibandingkan dengan penggunaan secara aktif.
2.	Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa (Octaviana et al., 2025).	Studi Literatur	Sebanyak 24,5% mahasiswa melaporkan pada kondisi stres dalam kategori menengah hingga sangat parah. Tiga mekanisme utama yang mendasari fenomena tersebut adalah: (1) perbandingan sosial

---

			yang dipicu oleh konten yang telah terfilter, (2) ketergantungan psikologis atau yang dikenal sebagai <i>Instagramxiety</i> , serta (3) isolasi paradoksal dalam kondisi <i>alone together</i> . Selain itu, praktik self-diagnosis yang didasarkan pada informasi dari media sosial juga berkontribusi dalam memperburuk kondisi kesehatan mental para mahasiswa.
3.	Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Gangguan Psikologis Mahasiswa (Mustaqina & Mulyeni, 2026).	Systematic Literature Review	Pemanfaatan yang berlebihan dapat memicu berbagai dampak negatif, meliputi perbandingan sosial yang bersifat negatif, perundungan dan berkurangnya kualitas istirahat, prokrastinasi, hingga dapat berkurangnya tingkat keberhasilan pembelajaran. Dampak negatif tersebut menjadi lebih kuat ketika didukung oleh kemampuan regulasi diri yang rendah. Oleh karena itu, digital detox serta pembatasan durasi penggunaan media sosial direkomendasikan sebagai strategi mitigasi.
4.	Dampak Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa yang Mengalami Depresi	Kualitatif Deskriptif	Media sosial memengaruhi depresi melalui tiga jalur utama, yaitu perasaan menyalahkan diri sendiri,

---

---

<p>(Khairina et al., 2024).</p>	<p>munculnya pikiran negatif, serta perbandingan pencapaian dengan orang lain. Kaitan antara frekuensi penggunaan media sosial terhadap depresi tidak mengikuti pola yang konsisten; misalnya, satu partisipan dapat cenderung menghindari media sosial ketika mengalami depresi, sedangkan partisipan lain justru bisa menggunakannya selama 7–10 jam per hari.</p>
<p>5. Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Kecemasan Mahasiswa di Universitas Negeri Manado (Sengkey et al., 2025).</p>	<p>Kecemasan sosial dapat mendorong terjadinya suatu ketergantungan pada media sosial dengan kontribusi sebesar 7,2%. <i>Fear of Missing Out</i> (FOMO) menjadi pemicu utama terjadinya kecemasan pada para pengguna yang memanfaatkan akses media sosial yang melebihi 6 jam harian. Hasil uji MANOVA terdapat hubungan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan depresi (<math>p = 0,03</math>), kecemasan (<math>p = 0,04</math>), serta stres (<math>p = 0,02</math>).</p>

---

Menurut *National Institute of Mental Health*, penggunaan media sosial yang berlebihan di antara remaja berusia 18-25 tahun meningkatkan risiko masalah mental. Selain itu, laporan dari [databoks.katadata.co.id](http://databoks.katadata.co.id) menunjukkan bahwa penduduk Indonesia pada tahun 2024 menggunakan sekitar 3 jam 14 menit harian untuk menggunakan sosial media, dengan sekitar 81% pengguna mengaksesnya setiap hari (Octaviano et al., 2025).

## Dampak dari Media Sosial terhadap Stress dan Kecemasan Mahasiswa

Berdasarkan temuan dari hasil literatur, penelitian menjelaskan kalau penggunaan media sosial mempunyai dampak yang cukup besar atas penyakit psikologis mahasiswa. Lima studi yang dievaluasi ditemukan kalau pemakaian media sosial berkontribusi di berbagai gangguan kondisi jiwa. Kajian pertama mengungkapkan jika pemakaian media sosial yang melebihi batas pada kalangan mahasiswa menyebabkan meningkatnya stres, kecemasan, kesulitan tidur, dan isolasi sosial. (Hilda & Purwanto, 2024). Temuan ini sejalan dengan studi kedua yang melibatkan analisis literatur terhadap kesehatan mental mahasiswa, di mana 24,5% mahasiswa mengalami stress dalam kategori sedang hingga tinggi (Octaviana et al., 2025). Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari seperempat populasi mahasiswa menghadapi kesulitan kesehatan mental yang besar akibat penggunaan media sosial mereka.

### Mekanisme Psikologis: FOMO, Perbandingan Sosial, dan Perundungan Siber

Mekanisme di mana media sosial memengaruhi kesehatan mental mahasiswa sangat kompleks dan melibatkan sejumlah proses kognitif. Tinjauan literatur komprehensif ketiga menemukan efek negatif media sosial, termasuk perundungan siber, perbandingan sosial yang tidak sehat, dan penurunan kualitas hidup. Fenomena perbandingan sosial terjadi di media sosial dapat menimbulkan terjadinya perbandingan diri mereka terhadap orang lain, khususnya terkait kecantikan, kesuksesan, serta pola hidup. Mahasiswa sering terpapar dengan konten yang telah dikurasi secara selektif, menampilkan versi terbaik dari kehidupan orang lain, yang selanjutnya mengakibatkan perasaan tidak cukup dan rendah diri (Mustaqina & Mulyeni, 2026).

Penelitian keempat menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi dampak media sosial terhadap depresi, dan menemukan tiga mekanisme utama yang mendorong kondisi ini: (1) perbandingan sosial yang dipicu oleh konten yang telah tersaring, (2) ketergantungan psikologis atau yang dikenal sebagai *Instagramsxiety*, dan (3) isolasi paradoksal dalam kondisi *alone together* (Khairina et al., 2024). *Instagramsxiety* didefinisikan sebagai kecemasan yang ditimbulkan oleh perhatian yang diterima di media sosial, terus-menerus memeriksa notifikasi, dan merasa gugup saat tidak menerima respons yang diharapkan. Faktor kunci lainnya adalah fenomena takut ketinggalan atau fomo, yang telah dikaitkan terhadap kecemasan perilaku sosial mahasiswa. Penelitian kelima menunjukkan bahwa 7,2% mahasiswa mengalami FOMO yang tinggi, dengan hasil uji MANOVA menyatakan adanya hubungan yang jelas antara intensitas penggunaan media sosial dan depresi ( $p = 0,03$ ), serta kecemasan sosial dan stress ( $p = 0,02$ ) (Sengkey et al., 2025).

FOMO mendorong pemakaian sosial media yang lebih tinggi dan berkelanjutan karena mahasiswa khawatir melewatkan informasi atau acara penting. Kekhawatiran ini memicu siklus penggunaan yang obsesif, yang meningkatkan paparan terhadap konten yang tidak menyenangkan dan memicu kecemasan lainnya. Selain itu, perundungan siber di platform media sosial berkontribusi secara signifikan terhadap tekanan psikologis mahasiswa. Perundungan siber memengaruhi kesejahteraan emosional mahasiswa, produktivitas akademik, dan hubungan sosial dengan teman sebaya mereka.

### **Implikasi untuk Institusi Pendidikan, Mahasiswa, dan Keluarga**

Implikasi dari temuan-temuan ini sangat relevan untuk sejumlah terkait. Untuk institusi pendidikan, penelitian ini menggarisbawahi perlunya program intervensi yang dirancang agar dapat memperkuat literasi digital dan pemahaman akan dampak negatif media sosial. Program edukasi dapat mencakup workshop tentang penggunaan media sosial yang sehat, manajemen stress, dan building resilience. Mahasiswa perlu diajarkan untuk mengembangkan critical thinking terhadap konten yang mereka konsumsi dan memahami bahwa konten di media sosial sering kali merupakan representasi yang tidak lengkap dan tersaring dari kenyataan. Layanan kesehatan mental di kampus juga perlu ditingkatkan untuk menjangkau lebih banyak mahasiswa yang membutuhkan dukungan psikologis. Konseling dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi *anxiety*, depresi, dan stress yang berkaitan dengan penggunaan media sosial.

Bagi mahasiswa sendiri, kesadaran diri akan penggunaan media sosial mereka adalah langkah pertama yang krusial. Efek negatif dapat dikurangi dengan melaksanakan detox digital secara teratur, menerapkan batasan waktu penggunaan, dan memilih konten yang mereka konsumsi dengan hati-hati. Selain itu, mahasiswa didorong untuk mengejar minat dan kegiatan *offline* yang menawarkan kepuasan dan rasa kebersamaan yang lebih nyata dibandingkan dengan persetujuan digital. Penting untuk memahami bahwa pengikut, *likes*, dan komentar di media sosial bukanlah indikator nilai seseorang yang sebenarnya. Disamping itu, pihak orang tua serta anggota keluarga lainnya amat berperan penting agar membantu mahasiswa dalam membuat interaksi positif dengan teknologi serta memberikan dukungan emosional. Untuk kesejahteraan keseluruhan mahasiswa, keseimbangan antara keterlibatan *online* dan *offline* sangatlah penting.

### **Peran Platform Media Sosial dan Rekomendasi Kebijakan**

Studi ini juga menekankan perlunya pembuatan peraturan nasional yang mengatur penggunaan media sosial, terutama terkait dengan perlindungan pengguna dari informasi

berbahaya dan perundungan siber. Dengan membatasi paparan terhadap konten yang bisa merugikan kesehatan mental pengguna, platform media sosial sendiri bertanggung jawab untuk mewujudkan lingkungan yang lebih aman serta dapat mendukung penggunaan yang lebih baik. Algoritma platform media sosial harus dibuat dengan memperhatikan kesejahteraan pengguna, daripada memaksimalkan interaksi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami strategi mana yang paling membantu dalam mengurangi efek merugikan media sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa. Studi longitudinal dapat membantu dalam memahami lebih baik bagaimana penggunaan media sosial bervariasi dari waktu ke waktu dan apa dampak jangka panjangnya terhadap kesejahteraan mahasiswa.

#### **D. KESIMPULAN**

Penelitian menunjukkan bahwa kesehatan psikologis mahasiswa sangat dipengaruhi oleh penggunaan media sosial mereka. Stres, kekhawatiran, kesedihan, pola tidur yang tidak normal, dan bahkan kecanduan media sosial adalah beberapa masalah psikologis yang dapat timbul dari penggunaan media sosial yang berlebihan. Penggunaan media sosial jangka panjang, kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, fenomena takut ketinggalan (FOMO), dan kurangnya pengendalian diri saat menggunakan media sosial adalah beberapa faktor yang menyebabkan sindrom ini.

Selain konsekuensi yang tidak terkendali dari penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental, hal ini juga dapat berdampak pada kehidupan akademik dan sosial mahasiswa, termasuk menurunnya produktivitas, kualitas interaksi sosial, dan fokus belajar. Oleh karena itu, agar dapat menggunakan media sosial dengan cara yang bermanfaat dan tidak berdampak negatif pada kesehatan mental mahasiswa, perlu membatasi waktu penggunaan, meningkatkan literasi digital, dan mengembangkan pengendalian diri.

#### **Saran**

Berdasarkan temuan penelitian, bagi pelajar dapat menggunakan media sosial dengan bijak dan beralih ke metode yang lebih aktif serta interaktif guna mengurangi risiko negatif. Penting juga bagi pelajar untuk terus meningkatkan kompetensi literasi digital dan mengontrol diri mereka agar lebih efektif dalam menyaring informasi, menghindari perpecahan diri yang tidak sehat, serta mengelola kecemasan akan kehilangan informasi. Universitas diharapkan turut mengambil peran dengan memberikan edukasi mengenai kesehatan mental, menyediakan akses konseling yang mudah, serta membekali mahasiswa dengan pemahaman etika penggunaan media sosial yang etis serta bertanggung jawab.

Dukungan orang tua sangatlah dibutuhkan untuk membimbing, memberikan mengawasi yang positif, dan membangun dialog yang baik untuk memperkuat jejaring dukungan sosial bagi anak.

Di sisi lain, penelitian selanjutnya disarankan untuk menjangkau lebih banyak responden, mengadopsi metode gabungan kuantitatif dan kualitatif, serta mengkaji secara lebih rinci terkait dampak dari berbagai jenis layanan media sosial, agar memperoleh tingkat pemahaman yang lebih mendalam dan optimal.

#### **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Harnimayanti, & Rosida, L. (2025). Gambaran Penggunaan Gadget Pada Remaja di Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Godean. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 01(04), 279–292.
- Hayati, R. (2025). Tantangan Literasi Digital Bagi Orang Tua dalam Mengelola Pengaruh Digital pada Anak Usia Dini. *Jurnal Cakrawala Pendidikan Dan Biologi*, 2.
- Hilda, & Purwanto, M. R. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Kesejahteraan Mental Mahasiswa : Studi Kasus di Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia. *Jurnal Mahasiswa FIAI-UII, At-Thullab*, 1475–1486.
- Khairina, N., Hernawati, R. W., & Rasyida, R. (2024). Dampak Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa yang Mengalami Depresi. *Jurnal Flourishing*, 4(6), 279–287. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i62024p279-287>
- Liu, T., Cheng, Y., Luo, Y., Wang, Z., Pang, P. C.-I., Xia, Y., & Lau, Y. (2024). The Impact of Social Media on Children's Mental Health: A Systematic Scoping Review. *Healthcare*.
- Mustaqina, R. D., & Mulyeni, S. (2026). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Gangguan Psikologis Mahasiswa. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, November 2025.
- Octaviana, S., Safitri, D., & Sujarwo. (2025). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *JIC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 1, 12877–12882.
- Octaviano, R. W., Dewantari, G. N., Azzahra, Z., Sofyan, R. K., Setyaningtyas, A. A., Ali, H., & Widagdo, A. (2025). Kajian Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Anak dan Remaja. *JPMI: Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner*, 02(03), 944–950.
- Sengkey, M. M., Sinaulan, N. L., Tendean, S., Ninda, H. S., Mangantes, J., & Pratasik, Y. S. (2025). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Kecemasan Mahasiswa di Universitas Negeri Manado. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 662–670.