

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan data terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) jumlah penduduk yang terkoneksi internet pada tahun 2024 sebanyak 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa yang berarti 79,50% dari total penduduk Indonesia memiliki koneksi internet. Data ini menunjukkan peningkatan terus-menerus dari tahun-tahun sebelumnya. Di Provinsi Sulawesi Selatan persentase jumlah penduduk yang terkoneksi internet sebesar 71,80% dimana saat dilakukan survei terkait kepentingan masyarakat dalam menggunakan internet, kepentingan untuk mengakses media sosial mendapat skor 3,31 dari rentang skor maksimal 4 yang berarti bahwa mayoritas masyarakat menggunakan internet untuk mengakses media sosial. Survei tersebut juga menunjukkan bahwa rata-rata penduduk menghabiskan waktu selama 1-5 jam untuk mengakses internet dan sekitar 11,42% penduduk menghabiskan waktu lebih dari 10 jam per-hari untuk mengakses internet. (APJII, 2024)

Platform media sosial yang paling banyak diakses menurut perankingan dari *We Are Social* adalah WhatsApp, Instagram, Facebook, Tiktok, dan Telegram. Data terbaru dari APJII juga menunjukkan bahwa hampir seluruh penduduk yang berusia 12-28 telah memiliki akses internet dan 95,92% penduduk yang berstatus sebagai pelajar/mahasiswa sudah terkoneksi dengan internet, survei ini juga mengungkapkan fakta menarik

bahwa mayoritas penggunaan internet diakses melalui *smartphone* dan penggunaan komputer menunjukkan angka yang rendah sehingga menggambarkan keterikatan yang kuat penggunaan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari (APJII, 2024).

Hadirnya media sosial di zaman ini memberikan peluang baru bagi masyarakat untuk berkomunikasi, berinteraksi, dan berbagi informasi namun dapat menjadi tantangan baru jika tidak dimanfaatkan dengan baik (Widodo, dikutip dalam Simanjuntak et al, 2024). Media sosial saat ini digunakan sebagai media informasi dan komunikasi tercepat dan termurah yang dapat diakses oleh seluruh penduduk di berbagai belahan dunia untuk memudahkan interaksi, namun karena mudahnya berinteraksi melalui media sosial sehingga kadang menimbulkan dampak negatif yaitu kurangnya interaksi sosial intrapersonal dan bertatap muka secara langsung serta dapat menimbulkan kecanduan media sosial (Wulandari & Netrawati, 2020).

Penggunaan media sosial menjadi kegiatan yang menarik bagi individu karena memicu produksi hormon dopamin sehingga dapat memberikan kesenangan secara instan. Dengan mengakses media sosial dapat memberikan kesenangan yang tidak diterima di kehidupan nyata sehingga membuat orang-orang ingin menghabiskan waktu lebih banyak dalam dunia maya. Penggunaan media sosial secara terus-menerus dan berlebihan ini dapat menimbulkan beberapa masalah interpersonal dalam kehidupan nyata seperti kurangnya interaksi secara langsung, melalaikan

tanggung jawab, tugas dan pekerjaan serta berdampak pada kesehatan individu tersebut (Nawawi et al, 2021).

Mahasiswa merupakan kelompok yang paling rentan terhadap ketergantungan penggunaan internet dibanding kelompok masyarakat lainnya. (Widodo et al, dikutip dalam Simanjuntak et al, 2024). Pada usia ini merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa sehingga terjadi berbagai perubahan baik secara biologis, kognitif, sosial dan emosional, sehingga masa ini merupakan masa sensitive dimana para mahasiswa sedang mencari identitas diri dan mencari kesenangan (Aprilia, Sriati, & Hendrawati, 2020). Penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa dapat memberi dampak positif dan negatif tergantung dari tujuan penggunaannya. Penggunaan media sosial yang berlebihan pada mahasiswa dapat mengakibatkan kecanduan sehingga mahasiswa sibuk dengan dirinya sendiri, mengabaikan lingkungan sekitar serta berdampak pada motivasi belajar (Nawawi et al, 2021). Kecanduan media sosial merupakan salah satu gangguan psikologis dimana penggunanya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial karena rasa ingin tahu yang tinggi, kurangnya kontrol diri dan kurangnya kegiatan produktif di kehidupan nyata (Lestari & Winingsih, 2020). Gejala-gejala yang mungkin dialami oleh mahasiswa ketika kecanduan media sosial yaitu mengakses media sosial saat kegiatan pembelajaran berlangsung, merasa kebingungan dan bosan jika tidak mengakses media sosial, dan bahkan bisa

menyebabkan kesehatan jadi terganggu karena menghabiskan waktu hanya untuk membuka media sosial (Wulandari & Netrawati, 2020)

Ketergantungan media sosial secara terus menerus dapat berdampak pada kesehatan mental. Perasaan iri dan tidak puas dengan kehidupan, merasa buruk terhadap diri sendiri merupakan dampak buruk akibat terus menerus membandingkan diri dengan postingan-postingan orang lain di media sosial. Gejala tersebut dapat berujung pada ADHD, depresi, dan kecemasan (Fersko, dikutip dalam Yasin et al, 2022)

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi gangguan mental emosional pada usia ≥ 15 tahun dengan gejala kecemasan dan depresi mencapai 11 juta orang (9,8%) dari total penduduk di Indonesia. Selain itu, di Provinsi Sulawesi Selatan sendiri tercatat prevalensi gangguan emosional sebesar 12,10% atau sekitar 8.697 orang pada usia ≥ 15 tahun. Data dari Riskesdas juga menunjukkan bahwa sebagian besar gangguan mental emosional terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. (Kemenkes RI, 2018).

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* dapat diartikan sebagai suatu konsep teoritis untuk mengukur tingkat kesejahteraan atau kesehatan mental yang mengacu pada keadaan keseimbangan psikologis seseorang (Nugraini & Ramdhani, dikutip dalam Jumrianti F, 2022). Kesejahteraan psikologis individu dapat dilihat menurut potensi yang dimiliki, sejauh mana setiap orang memiliki tujuan dalam hidupnya, bagaimana kualitas hubungannya dengan individu lain, hubungan

dengan orang-orang sekitar dan sejauh mana memberikan tanggung jawab kepada diri sendiri (Coksoon & Strik, dikutip dalam Jumrianti F, 2022). Ada enam aspek dalam menilai kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* seseorang yaitu *self-acceptance* (penerimaan diri), *personal growth* (pertumbuhan diri), *positive relations with others* (relasi yang positif dengan orang lain), *purpose in life* (tujuan hidup), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan) dan *autonomy* (otonomi), (Ryff, dikutip dalam Simanjuntak et al, 2021).

Dewasa ini, fenomena terkait kecanduan media sosial terutama di kalangan pelajar dan mahasiswa sudah sering didapatkan. Kesehatan mental juga sudah menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan di kalangan mahasiswa, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

B. Signifikasi Masalah

Media sosial saat ini digunakan mahasiswa sebagai sarana penghubung untuk berinteraksi secara daring dengan orang yang tergabung dalam media sosial sejenis serta menjadi sarana untuk mengakses berbagai informasi terkini. Penggunaan media sosial yang berlebihan pada mahasiswa dapat menyebabkan kecanduan yang membuat mahasiswa lebih sibuk dengan dirinya sendiri, kurang produktif dalam kehidupan nyata dan dapat berdampak pada masalah sosial dan psikologisnya. Sebagian besar mahasiswa belum menyadari dampak negatif yang ditimbulkan oleh

penggunaan media sosial yang berlebihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being* mahasiswa. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi untuk mengembangkan program terkait kebijakan dalam penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin sebagai salah satu upaya pencegahan dalam penggunaan media sosial berlebihan.

C. Rumusan Masalah

Dewasa ini, penggunaan media sosial yang berlebihan menjadi isu mendesak di berbagai kalangan khususnya mahasiswa. Pengguna media sosial di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya. Karakteristik dari media sosial yang unik dibuat khusus untuk memberikan efek menyenangkan sehingga mahasiswa tertarik untuk mengakses media sosial secara terus menerus dan membuat individu menjadi terikat dengan ponsel karena khawatir tertinggal hal-hal terbaru di media sosial. Hal ini tentunya dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi mahasiswa diantaranya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial, menjadi tidak produktif, sibuk dengan dirinya sendiri, tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya, dan cenderung menjadi pribadi yang malas. Dari penjabaran ini, peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut dengan membuat pertanyaan “Bagaimana karakteristik penggunaan media sosial mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Hasanuddin?”, “Bagaimana gambaran intensitas penggunaan media sosial mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas

Hasanuddin?”, “Bagaimana *psychological well being* mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin?” dan “Bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being* mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin?”

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being* mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya gambaran karakteristik pengguna media sosial mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.
- b. Diketuinya gambaran intensitas penggunaan media sosial mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.
- c. Diketuinya gambaran *psychological well being* mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.
- d. Diketuinya bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being* mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

E. Kesesuaian Penelitian Dengan Roadmap Prodi

Pada penelitian dengan judul “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan *Psychological Well Being* Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin” ini telah sesuai dengan roadmap

Program Studi Ilmu Keperawatan khususnya pada domain 2 yang membahas tentang optimalisasi pengembangan insani melalui pendekatan dan upaya promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi kepada institusi pendidikan terkait mengenai hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being* mahasiswa sehingga dapat menjadi bahan evaluasi terkait kebijakan dalam penggunaan media sosial bagi mahasiswa.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan evaluasi bagi para mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin sehingga lebih bijak dalam mengakses media sosial.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya tentang hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan *psychological well being*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Media Sosial

1. Definisi Media Sosial

Media sosial merupakan platform internet yang memungkinkan para penggunanya untuk berkomunikasi, berkolaborasi, dan saling berbagi informasi seperti teks, gambar, video maupun suara secara interaktif. Berawal dari platform sederhana seperti Friendster dan MySpace, kini media sosial telah berkembang pesat dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari berbagai kalangan. Facebook, Instagram, Twitter, TikTok dan YouTube adalah beberapa contoh aplikasi media sosial yang digunakan oleh jutaan bahkan miliaran orang di dunia untuk kepentingan komunikasi, promosi bisnis, penyebaran informasi atau sekedar hiburan (Qadir & Ramli, 2024). Media sosial digunakan sebagai alat komunikasi dalam proses sosial, yang dapat memberi pengaruh bagi penggunanya dari segi pendapat, sikap dan perilaku (Mulawarman dan Nurfitri, dikutip dalam Pujiono, 2021).

Media sosial terdiri dari dua kata yaitu media yang berarti wadah atau tempat dan *social* yang memiliki arti kemasyarakatan atau interaksi (Nisa, dikutip dalam Diva, Anggari & Haswita, 2023). Media sosial adalah sekelompok aplikasi berbasis internet yang berfungsi sebagai media online dimana para penggunanya bisa saling berkomunikasi dan berinteraksi. Media sosial merupakan saluran atau sarana untuk melakukan pergaulan

sosial yang berbasis internet (Kaplan & Hanlein, dikutip dalam Qadir & Ramli, 2024).

2. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Intensitas berhubungan dengan frekuensi yang menyatakan seberapa sering suatu kegiatan atau perilaku dilakukan (Sabekti, 2019). Intensitas penggunaan media sosial adalah keterlibatan seseorang terkait aktivitas penggunaan media sosial atau frekuensi seseorang dalam mengakses media sosial (Pratama & Sari, 2020).

Terdapat dua hal yang mendasari konsep intensitas penggunaan media sosial seseorang yaitu frekuensi dan durasi penggunaan media sosial tersebut (Pranata et al, dikutip dalam Maria, 2019). Adapun terkait durasi penggunaan media sosial terbagi menjadi 5 kategori yaitu: ≥ 7 jam (sangat lama), 5-6 jam (lama), 3-4 jam (sedang), 1-2 jam singkat, dan <1 (jam sangat singkat) (Syamsuedin, Bidjuni, & Wowling, 2015)

3. Jenis Media Sosial

Menurut Kaplan & Haenlein (dikutip dalam Maria, 2019) Media sosial terdiri dari beberapa jenis yaitu:

a. *Collaborative Projects*

Proyek kolaboratif adalah situs web yang berisi konten berbasis teks dengan penilaian dan pengumpulan berbasis kelompok. Contohnya ensiklopedia online seperti Wikipedia.

b. *Blog*

Adalah situs yang setara dengan halaman web pribadi, biasanya isinya berbentuk catatan kehidupan pribadi penulis, maupun ringkasan informasi yang relevan dengan konten tertentu. Contohnya Blogger atau Wordpress.

c. *Content Communities*

Adalah situs yang bertujuan untuk berbagi konten antar sesama pengguna dengan berbagai jenis bentuk konten seperti teks, video, foto, ataupun presentasi. Contohnya YouTube, Slideshare dan BookCrossing.

d. *Social Networking Site*

Platform yang memungkinkan penggunanya terhubung dan berbagi profil dengan sesama pengguna. Situs ini dapat berbagi berbagai jenis informasi seperti teks, foto, video, ataupun audio. Contohnya Instagram, WhatsApp, Facebook dan Twitter.

e. *Virtual Game Worlds*

Dunia permainan virtual yang merupakan platform yang memungkinkan pengguna bermain dengan mengubah lingkungan tempat tinggalnya menjadi tiga dimensi dalam bentuk avatar dan dapat berinteraksi dengan pengguna lainnya seperti dalam kehidupan nyata. Contohnya World of Warcraft.

f. *Virtual Social World*

Platform yang memungkinkan penggunanya untuk memilih perilaku lebih bebas dalam kehidupan virtual yang mirip kehidupan nyata. Misalnya aplikasi SecondLife.

4. Dampak Penggunaan Media Sosial

Menurut Arini (2020) penggunaan media sosial memiliki dampak positif dan negatif sebagai berikut:

a. Dampak Positif

1. Membuat jaringan pertemanan semakin meluas.
2. Mendapatkan motivasi untuk belajar dan mengembangkan diri melalui umpan balik teman-teman yang ditemui secara online.
3. Mempermudah dalam mendapatkan informasi.
4. Mempermudah dalam berinteraksi dengan kerabat dan orang-orang yang dicintai.
5. Mempermudah untuk berbagi pengalaman atau pengetahuan melalui postingan.
6. Dapat menjadi media untuk mempromosikan bisnis atau usaha online.

b. Dampak Negatif

1. Menyebabkan kecanduan sehingga dapat menghabiskan waktu berjam-jam dalam mengakses media sosial.
2. Membuat para pengguna malas berinteraksi di dunia nyata dan lebih nyaman di dunia maya.

3. Menjadikan seseorang cenderung lebih mementingkan diri sendiri dan kurang peduli terhadap lingkungan sekitar karna lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya.
 4. Membuat para pengguna malas belajar dan lebih tertarik untuk mengakses media sosial.
 5. Mengikis tradisi sopan santun karena munculnya tren berbagai bahasa yang kurang sopan.
- c. Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Kesehatan

Penggunaan media sosial yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan baik fisik maupun psikis. Beberapa contoh gangguan mental yang dialami akibat kecanduan bermain media sosial adalah depresi, stress, kecemasan hingga merasa kesepian. Apabila gangguan mental tersebut dialami secara berkepanjangan, dapat berpengaruh terhadap kesehatan fisik seperti hipertensi. Selain itu, beberapa masalah kesehatan fisik lain yang disebabkan oleh penggunaan media sosial yang tidak terkendali dapat berupa obesitas, gangguan kesehatan mata, dan gangguan jam tidur hingga insomnia (Yasin et al, 2022).

Penggunaan media sosial yang berlebihan secara terus menerus dapat menyebabkan sakit kepala, nyeri dada atau nyeri punggung (Yasin et al, 2022). Tidak hanya itu, penggunaan media sosial secara terus menerus juga menyebabkan kondisi stress berat dapat berakibat pada

hipertensi yang menimbulkan kerusakan organ seperti jantung dan ginjal (Ardian, Haiya, & Sari, 2018).

B. Konsep *Psychological Well Being*

1. Definisi *Psychological Well Being*

Psychological well being diartikan sebagai kemampuan individu dalam penerimaan diri, mempertahankan kondisi psikologis yang seimbang, serta mengembangkan potensi yang dimiliki. *Psychological well being* mengarah pada kemampuan untuk menerima kelebihan dan kekurangan diri dan merencanakan masa depan kearah yang positif (Lisnawati dan Desiningrum, dikutip dalam Prihatini et al, 2023).

Psychological well being adalah keadaan dimana individu memiliki keseimbangan psikologis yang baik. Pada umumnya individu yang memiliki *psychological well being* mampu menentukan tujuan yang baik dalam hidupnya, memiliki hubungan yang positif terhadap orang lain dan lingkungannya, dan berupaya untuk mengembangkan potensi dirinya (Mohammadi et al, dikutip dalam Jumrianti F, 2022).

Psychological well being adalah sebuah pengukuran untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis seseorang yang dinilai dari kekuatan sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut untuk mengatasi berbagai tantangan dalam kehidupan, sehingga kesejahteraan psikologis tidak hanya dinilai dari tidak adanya penyakit mental (Compton & Hoffman, dikutip dalam Simanjuntak et al, 2021).

2. Dimensi *Psychological Well Being*

Dalam teori yang dikemukakan oleh Ryff dan Keyes (dikutip dalam Destina, 2019) menyatakan bahwa terdapat enam dimensi dalam *Psychological Well Being*, yaitu:

a. Penerimaan diri (*self-acceptance*)

Penerimaan diri menjadi hal yang paling utama dalam kesehatan mental. Penerimaan diri bukan hanya menyangkut hal positif atau kelebihan tetapi juga kemampuan untuk menerima hal negatif atau kekurangan diri. Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu memberikan evaluasi yang positif pada hal-hal yang terjadi di masa lalu dan sekarang, sehingga selalu merasa bahagia menjadi dirinya sendiri dan tidak ingin menjadi orang lain.

b. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)

Dimensi pertumbuhan diri menyangkut kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya sehingga memiliki keinginan untuk bertumbuh dan berkembang sebagai manusia yang utuh. Seseorang yang memiliki pertumbuhan pribadi yang tinggi selalu terbuka terhadap pengalaman dan pelajaran baru, Bersiap terhadap tantangan, serta ingin terus menggali dan meningkatkan diri kearah yang lebih positif.

c. Hubungan positif (*positive relations*)

Dimensi ini menunjukkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang baik terhadap orang-orang di sekitarnya. Seseorang

yang memiliki dimensi hubungan positif yang tinggi tentunya mampu menjalin persahabatan, memiliki kepercayaan dan rasa kasih sayang serta memiliki rasa empati terhadap orang lain.

d. Tujuan hidup (*purpose in life*)

Dimensi ini menjelaskan terkait kemampuan seseorang untuk memahami dan memaknai hidupnya. Seseorang dengan dimensi tujuan hidup yang tinggi menyadari bahwa hidupnya berharga dan berarti serta optimis terhadap apa yang ingin dia capai dalam hidupnya.

e. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Dimensi ini berfokus pada kemampuan adaptasi seseorang terhadap lingkungannya dan bagaimana orang tersebut dapat memanfaatkan lingkungannya dengan baik. Seseorang yang memiliki dimensi penguasaan lingkungan yang tinggi dapat memanfaatkan secara efektif kesempatan yang ada untuk pengembangan dirinya. Selain itu, seseorang dengan penguasaan lingkungan yang tinggi juga dapat menghadapi berbagai kejadian yang terjadi dan mengendalikan lingkungannya dengan baik.

f. Otonomi (*autonomy*)

Dimensi ini menjelaskan tentang kemampuan seseorang untuk mengatur dan membuat keputusan secara bebas di hidupnya. Kemampuan untuk mengatur sikap dan perilakunya, memiliki ketahanan terhadap tekanan sosial dan memberikan evaluasi terhadap diri sendiri menunjukkan dimensi otonomi yang tinggi.

C. Tinjauan Penelitian Terupdate Terkait Variabel

Tabel 1 Tinjauan Penelitian *Terupdate*

No	Peneliti, Tahun, Judul	Tujuan Penelitian	Metode	Sampel	Hasil
1	Marikke Norita Sinaga & Nancy Naomi Gabe Aritonang. 2023. Hubungan Antara Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kestabilan Emosi pada Pengguna Media Sosial Usia Dewasa Awal di Kota Medan.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara durasi penggunaan media sosial dan kestabilan emosi pengguna media sosial usia dewasa awal.	Penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif dan statistik inferensial.	Sampel dalam penelitian ini adalah penduduk usia dewasa awal dengan rentang usia 18-29 tahun di kota Medan.	Terdapat hubungan sangat rendah yang positif antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi. Tetapi tidak terdapat hubungan negatif antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi. Dengan kesimpulan semakin tinggi durasi penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat kestabilan emosi pengguna media sosial usia dewasa awal di kota Medan. Semakin rendah durasi penggunaan media sosial maka semakin rendah kestabilan emosi pengguna media sosial usia dewasa awal di kota Medan.
2	Habibah Miftahurrahmah & Farida Harahap. 2020. Hubungan Kecanduan Sosial Media dengan Kesepian pada Mahasiswa.	Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan antara kecanduan sosial media dengan kesepian pada mahasiswa.	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional.	Sampel dalam penelitian ini merupakan 110 mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta dan dilakukan dengan metode <i>purposive sampling</i> .	Terdapat hubungan signifikan antara kecanduan sosial media dengan kesepian ($p = 0,306$). WhatsApp menjadi sosial media yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa (90%).
3	Siti Nur Rahmawati. 2024. Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Depresi pada Remaja.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada siswa kelas XI SMA.	Penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> .	Sampel dalam penelitian ini berjumlah 98 orang yang merupakan siswa kelas XI SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang.	Terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi

No	Peneliti, Tahun, Judul	Tujuan Penelitian	Metode	Sampel	Hasil
4	Feni Jumrianti. 2022. Hubungan antara Kecanduan <i>Smartphone</i> dengan <i>Psychological Well Being</i> pada Remaja.	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecanduan <i>smartphone</i> dengan <i>psychological well being</i> pada remaja.	Penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> .	Remaja berusia 10-22 tahun yang terdiri dari 349 orang.	Hasil dari penelitian ini memperoleh nilai koefisien korelasi (r) = -0,255 dan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,005$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan <i>smartphone</i> dengan <i>psychological well being</i> .
5	Shandra Elvyra Sudarsono Putri, Aryo Pinandito dan Yusi Tyroni Mursityo. 2023. Pengaruh <i>Social Media Overload</i> terhadap Produktivitas Belajar Mahasiswa.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari faktor <i>social media overload</i> terhadap produktivitas belajar mahasiswa	Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan metode kuantitatif.	Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Brawijaya yang berjumlah 100 orang.	Berdasarkan hasil analisis data, hanya <i>communication overload</i> yang berpengaruh terhadap produktivitas belajar mahasiswa.. <i>Communication overload</i> menunjukkan korelasi yang sangat lemah terhadap produktivitas belajar