

ANALISIS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMA N 2 SUKOHARJO

Nera Bela Beauty Nur^{1*}, Arif Widodo²

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta¹, Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta²

*Corresponding Author : nerabellabeautynur@gmail.com

ABSTRAK

Seiring dengan kemajuan zaman, dengan dukungan internet media massa berhasil menghasilkan jaringan baru yang biasa dikenal dengan media sosial. Media Sosial Tiktok saat ini menjadi salah satu aplikasi paling populer di kalangan remaja dan media sosial yang dapat diandalkan untuk mengisi waktu luang anda. Dan dalam penggunaan media sosial TikTok pada remaja bisa berdampak terhadap kesehatan mental remaja. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja. Jenis penelitian yang dilakukan ini yaitu penelitian kuantitatif non eksperimental dengan menggunakan studi deskriptif dengan metode survey yang merupakan penelitian deskriptif. Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu siswa SMA N 2 Sukoharjo berjumlah 99 orang dengan mengisi kuesioner. Pengambilan sampel dari populasi penelitian dilakukan dengan teknik pengambilan Sampel *Proporsional Random Sampling* Hasil Analisa data uji statistik deskriptif dapat dilihat bahwa ada sebanyak 56 orang responden memiliki kesehatan mental tinggi dan sebanyak 34 responden memiliki kesehatan mental rendah. Berdasarkan uji statistik inferensial dapat diprediksi hasil korelasi antara penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja. Di SMAN 2 Sukoharjo didapatkan hasil $p = 0.001$, maka dapat disimpulkan adanya korelasi dari penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo. Adanya korelasi dari penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo. Semakin sering siswa menggunakan media sosial TikTok semakin baik Kesehatan mental siswa.

Kata kunci : kesehatan mental ,media sosial, remaja ,tiktok

ABSTRACT

As time progresses, with the support of the internet, mass media has succeeded in producing new networks which are commonly known as social media. Tiktok Social Media is currently one of the most popular applications among teenagers and a social media that can be relied on to fill your free time. And the use of social media TikTok among teenagers can have an impact on teenagers' mental health. The aim of this research is to analyze the use of TikTok social media on adolescent mental health. The type of research carried out is non-experimental quantitative research using descriptive studies with survey methods which is descriptive research. In this study, the sample was 99 students from SMA N 2 Sukoharjo who filled out a questionnaire. Sampling from the research population was carried out using the Proportional Random Sampling technique. Results of descriptive statistical test data analysis showed that 56 respondents had high mental health and 34 respondents had low mental health. Based on inferential statistical tests, the results of the correlation between the use of TikTok social media and adolescent mental health can be predicted. At SMAN 2 Sukoharjo, the result was $p = 0.001$, so it can be concluded that there is a correlation between the use of social media TikTok and the mental health of teenagers at SMAN 2 Sukoharjo. There is a correlation between the use of social media TikTok and the mental health of teenagers at SMAN 2 Sukoharjo. The more often students use TikTok social media, the better the students' mental health.

Keywords : mental health, social media, teenager, tiktok

PENDAHULUAN

Seiring dengan kemajuan zaman, dengan dukungan internet media massa berhasil menghasilkan jaringan baru yang biasa dikenal dengan media sosial. Internet

yang muncul hampir di seluruh dunia ini merupakan suatu fenomena dimana kehadirannya telah mempengaruhi tersendiri terhadap aktivitas yang dilakukan oleh manusia di masa ini. Seperti yang kita ketahui, media sosial adalah salah satu media online dimana penggunaannya dapat berpartisipasi dalam pencarian informasi, komunikasi, dan pertemanan dengan segala fasilitas dan aplikasi yang mereka tawarkan, seperti blog, Facebook, Twitter, Instagram, dan lainnya. (Rohmiyati 2018). Melalui media sosial, penggunaan media sosial dimaknai sebagai salah satu media yang dapat menunjang tumbuh kembang bakat dan kreativitas seseorang. Contoh dari media sosial seperti Instagram, WhatsApp, Twitter, Facebook, Tiktok dan lain-lain. Namun penelitian ini berfokus pada salah satu media sosial yaitu TikTok (Sheila, 2022).

Media Sosial TikTok saat ini menjadi salah satu aplikasi paling populer di kalangan remaja dan orang tua. Aplikasi TikTok adalah media sosial yang dapat diandalkan untuk mengisi waktu luang anda (Saputra et al., 2020). Pengguna aplikasi TikTok dapat membuat konten menggunakan berbagai filter unik dan menarik yang telah disediakan, sehingga pengguna dapat membuat konten menarik dan disajikan dalam bentuk video berdurasi 15-60 detik. Dalam aplikasi TikTok, pengguna dapat menyampaikan atau mengungkapkan gagasan, maksud, pemikiran, dan perasaan yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan khalayak dan dapat mengolah kata-kata yang dapat diungkapkan. Kemudian konten Kreator membagikannya dalam bentuk video, mulai dari *vlog*, *dance*, *lypsinc*, dan lainnya. Selain itu, TikTok juga digunakan oleh orang tua, meski proporsinya lebih kecil. Dengan bermain TikTok, seseorang dapat mencoba untuk mengurangi stres dan kebosanan. Hal ini senada dengan hasil penelitian yang menemukan bahwa aplikasi TikTok memiliki dampak positif dan negatif bagi penggunaannya. 64% orang mengatakan bahwa aplikasi TikTok adalah cara untuk mengurangi stres. Dan telah terjadi peningkatan pengguna media sosial, terutama sejak awal TikTok di tahun 2020 hingga saat ini, di mana remaja hingga dewasa mengakses TikTok sekitar 4 hingga 8 jam sehari (Saputra et al., 2020).

Kesehatan mental dapat diartikan sebagai suatu pendekatan menurut kriteria kesehatan jiwa yang mengacu pada norma atau kondisi yang diterima oleh masyarakat. Budaya setiap masyarakat mempengaruhi nilai keyakinan mereka hingga mempengaruhi definisi sehat dan sakit (Widodo & Pratiwi, 2021). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesehatan fisik dan kesehatan mental seseorang, dan orang yang menderita penyakit fisik menunjukkan masalah psikologis bahkan gangguan mental. Di sisi lain, penderita gangguan jiwa juga memiliki keterbatasan fungsi fisik. Kesehatan mental yang baik dari seorang individu adalah suatu keadaan di mana individu tersebut terbebas dari segala jenis penyakit mental dan mampu menjalani kehidupan normal, terutama dengan beradaptasi terhadap permasalahan yang mungkin dihadapinya sepanjang hidup. Menurut WHO, kesehatan mental adalah perasaan sejahtera yang dirasakan seseorang. Hal ini mencakup kemampuan mengelola tekanan hidup normal, bekerja secara produktif dan produktif, serta berpartisipasi dalam masyarakat. Oleh karena itu, masyarakat harus diberikan edukasi mengenai kesehatan jiwa dan penanganannya agar masyarakat yang terdampak dapat meminimalisir permasalahan kesehatan jiwa dan masyarakat dapat menghilangkan pandangan yang tidak pantas terhadap penderita gangguan jiwa (Putri et al., n.d.).

Masa remaja adalah periode perubahan mental, biologis, dan sosial. Secara khusus, tahap ini sering disebut tahap yang lebih menantang karena tingginya tantangan kesehatan emosional pada masa pradewasa seperti masalah psikologis untuk pertama kalinya (Sudrajat, 2020). Dan dalam penggunaan media sosial Tik Tok pada remaja bisa berdampak terhadap kesehatan mental remaja (Saputra et al., 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMAN 2 Sukoharjo setelah dilakukan survey kepada siswa/siswi SMAN 2 Sukoharjo didapatkan jumlah penggunaan media social TikTok mencapai sekitar 85%, dilihat dari hasil penjarangan dan pemeriksaan yang dilakukan Puskesmas

Kartasura tahun 2019 didapatkan siswa/siswi SMAN 2 Sukoharjo 14% mengalami depresi, 11 % mengalami cemas dan 10% mengalami somatik. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan ini yaitu peneleitian kuantitatif non eksperimental dengan menggunakan studi deskriptif dengan metode survey yang merupakan penelitian deskriptif . Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu siswa SMA N 2 Sukoharjo berjumlah 99 orang dengan Teknik sampel yaitu sampel *Proporsional Random Sampling*. Kriteria Inklusi dalam penelitian ini adalah siswa aktif SMAN 2 Sukoharjo, bersedia menjadi responden, dan remaja usia 15 tahun -21 tahun. Kriteria eklusi pada penelitian ini yaitu Siswa SMAN 2 Sukoharjo bersedia mengikuti penelitian ini dan bersedia mengisi kuisisioner, siswa SMAN 2 Sukoharjo yang dapat berkomunikasi dengan baik. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner yang telah dilakukan uji validitas dan realibilitas dengan hasil kuisisioner tersebut valid dan reliabel (alpha Cronbach's kuisisioner (1) 0,962) dan (alpha Cronbach's kuisisioner (2) 0,970).

HASIL

Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada 90 responden yaitu siswa remaja kelas 10- 12 SMAN 2 Sukoharjo Adapun karakteristik responden terdiri dari kelas 10-12 SMAN 2 Sukoharjo disajikan dalam tabel sebagai berikut

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Karakteristik Responden	
	Frekuensi	(%)
Kelas		
Kelas 10	29	32.2
Kelas 11	34	37.8
Kelas 12	27	30.0

Berdasarkan tabel 1 distribusi karakteristik responden berdasarkan kelas siswa di SMAN 2 Sukoharjo dari 90 responden menunjukkan bahwa kelas responden dengan jumlah siswa paling banyak adalah kelas 11 yaitu sebanyak 34 orang (37.8%) dan jumlah siswa paling sedikit adalah kelas 12 yaitu sebanyak 27 orang (30.0%).

Hasil Analisa Data

Hasil Analisa data menggunakan uji statistik deskriptif dan uji statistik inferensial untuk melihat gambaran penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di di SMAN 2 Sukoharjo

Tabel 2. Gambaran Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di SMAN 2 Sukoharjo

Kategori	<i>f</i>	Persentase
Tinggi	56	70
Rendah	34	30
Jumlah	80	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa ada sebanyak 56 orang responden yang memiliki kesehatan mental tinggi dan sebanyak 34 responden yang memiliki kesehatan mental rendah bagi penggunaan media sosial tiktok pada remaja di SMAN 2 Sukoharjo.

Tabel 3. Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja Di SMAN 2 Sukoharjo

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Standar Deviasi	p value
Penggunaan Media Sosial Tiktok	90	100	118	109.86	4.410	0,001
Kesehatan Mental Remaja	90	100	118	108.48	4.665	

Berdasarkan pada tabel 3 dapat digambarkan distribusi yang didapat oleh peneliti adalah variabel Penggunaan Media Sosial Tiktok dari data tersebut bisa didistribusikan bahwa jumlah data sebanyak 90 responden, nilai minimum sebesar 100, nilai maksimum sebesar 118, nilai rata rata sebesar 109.86, dan nilai standar deviasi 4.410. Kemudian kesehatan Mental Remaja dari data tersebut bisa didistribusikan bahwa jumlah data sebanyak 90 responden, nilai minimum sebesar 100, nilai maksimum sebesar 118, nilai rata rata sebesar 108.48, dan nilai standar deviasi 4.665. Dan dapat digambarkan hasil analisis korelasi antara penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja Di SMAN 2 Sukoharjo didapatkan hasil $p = 0.001$, maka dapat disimpulkan adanya korelasi dari analisis penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo. Semakin sering siswa menggunakan media sosial Tiktok semakin baik Kesehatan mental siswa.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMAN 2 Sukoharjo

Berdasarkan karakteristik dari 90 orang responden, diketahui distribusi berdasarkan kelas responden dengan jumlah siswa paling banyak adalah kelas 11 yaitu sebanyak 34 orang (37.8%) dan jumlah siswa paling sedikit adalah kelas 12 yaitu sebanyak 27 orang (30.0%).

Siswa di SMAN 2 Sukoharjo merupakan remaja yang memiliki usia paling rentan mendapat masalah kesehatan mental. Adanya perbedaan antara orang dewasa dan remaja dalam bermedia sosial, orang dewasa menggunakannya untuk tetap beradaptasi dengan teknologi terkini dan mempermudah komunikasi dengan orang tersayang, sedangkan remaja tidak membatasi media sosial terutama kepada teman, karena usia ini adalah usia ingin menunjukkan ekstintensi terlihat lebih keren hingga ingin memperoleh pengetahuan pengakuan. Bagi remaja berusia antara 15 dan 29 tahun, kesehatan mental menjadi penyebab kematian satu jam satu individu . Salah satu kelompok umur yang paling rentan mengalami masalah kesehatan mental adalah remaja (Putri et al., 2021).

Masa remaja merupakan fenomena perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang meliputi kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Masa remaja merupakan masa dimana individu berusaha menemukan jati dirinya melalui interaksi satu sama lain. Di era digital ini, media sosial telah mengubah interaksi sosial penggunanya, khususnya remaja. Berdasarkan wawancara pada beberapa remaja, mereka mengatakan bahwa remaja berpotensi tinggi mengalami stress, sehingga remaja yang tidak tahu dimana harus melampiaskan emosi, memilih alternatif media sosial seperti tiktok. Hal ini membantu remaja karena emosi, perasaan, dan beban yang dialami sedikit berkurang karena telah mengeluarkan unek-unek ataupun beban yang sedang dialami.

Analisis Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMAN 2 Sukoharjo

Hasil uji statistik deskriptif dapat digambarkan distribusi yang didapat oleh pada variabel Penggunaan Media Sosial Tiktok dari data tersebut bisa didistribusikan bahwa jumlah data

sebanyak 90 responden, nilai minimum sebesar 100, nilai maksimum sebesar 118, nilai rata rata sebesar 109.86, dan nilai standar deviasi 4.410. Sedangkan Kesehatan Mental Remaja dari data tersebut bisa didistribusikan bahwa bahwa jumlah data sebanyak 90 responden, nilai minimum sebesar 100, nilai maksimum sebesar 118, nilai rata rata sebesar 108.48, dan nilai standar deviasi 4.665.

Hasil uji statistik inferensial dapat digambarkan bahwa dapat diprediksi hasil korelasi antara penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja Di SMAN 2 Sukoharjo didapatkan hasil $p = 0.000$, maka dapat disimpulkan adanya korelasi dari analisis penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo.

Media sosial tiktok merupakan aplikasi yang memungkinkan penggunaanya membuat video pendek dan menarik, seperti menari, menyanyi, dan video menarik lainnya. Selain itu, penggunaan media sosial Tiktok tidak hanya sebatas itu saja, kini banyak digunakan sebagai wadah pelampiasan untuk mengungkapkan berbagai emosi dan perasaan. Menggunakan TikTok memiliki efek positif, Artinya, sebagai sarana melepaskan emosi negatif, mendapatkan kembali kendali atas emosi, dan membangkitkan rasa kasih sayang pada orang lain ketika menghadapi masalah pribadi (Putri et al., 2021). Media sosial tiktok banyak digunakan dan trending dikalangan remaja. TkTok dapat memberikan pengaruh positif jika dimanfaatkan dengan baik, namun TikTok juga dapat memberikan pengaruh negative terhadap Kesehatan mental jika dimanfaatkan dengan baik dan bijaksana (Mardiana DM, Nova Mardiana, 2022).

Tingginya penggunaan media sosial pada remaja dapat berpengaruh terhadap perilaku remaja tersebut. Media sosial merupakan elemen penting dalam melindungi Kesehatan mental. Remaja dengan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi menyebabkan interaksi sosialnya dapat bersifat tak langsung yaitu sosiabilitasnya dan kepekaan sosialnya cenderung rendah. Hal ini dapat berakibat kurang baik bagi kesehatan mental secara tidak langsung seperti timbulnya sikap anti sosial ataupun biasa disebut dengan sikap apatis. Berdasarkan beberapa studi lain yang telah dilakukan, diketahui penggunaan sosial media dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan mental seperti kecemasan, depresi, rendahnya *self-esteem*, gangguan tidur, dan *body image* (Gunawan et al., 2021).

Gangguan mental emosional juga dikenal sebagai bagian dari gangguan kesehatan mental pada individu yang tidak disebabkan oleh kelainan organik otak dan didominasi oleh gangguan emosi sehingga, jika tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan kondisi yang lebih buruk. Gangguan kesehatan mental ini dapat dikaitkan dengan tekanan dan/atau masalah fungsi dalam aktivitas sosial, pekerjaan, atau keluarga. Berdasarkan UU Nomor 18 Tahun 2014 orang dengan gangguan mental atau gangguan jiwa (ODGJ) adalah individu yang mengalami masalah dengan pikiran, perasaan, dan perilaku yang bermakna, serta dapat menyebabkan masalah serta hambatan dalam menjalani peran sebagai manusia. Kualitas mental individu bervariasi dipengaruhi oleh berbagai latar belakang, seperti faktor psikologis, biologis, sosio-budaya, serta juga lingkungan (Susilawati et al., 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Mahmudah et al., 2023) yang berjudul Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir bahwa Konten TikTok memberi pengaruh sebesar 72,2% terhadap tingkat stres, lalu sisanya dipengaruhi oleh faktor yang tidak dimasukkan dalam penelitian yaitu 52,1%. Nilai signifikansi berdasarkan tabel koefisien regresi linear sederhana sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa variabel Konten (X) berpengaruh terhadap variabel Tingkat Stres (Y).

Penelitian ini didukung oleh (Putri et al., 2021) penelitian yang berjudul Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN di Kota Bandung, Hasil penelitian menemukan pengaruh media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental, media sosial berlebihan menyebabkan kecemasan, stres, depresi dan kesepian pada remaja. Penelitian ini menghasilkan 53% remaja teridentifikasi kesehatan mental atau dalam kategori sedang. Menurut (Widodo et al., 2019) peningkatan kesadaran tentang

norma subjektif juga berdampak besar, salah satu penentu langsung niat pribadi adalah norma subjektif yang berkaitan dengan perilaku. Keyakinan normatif yang menentukan norma subjektif seseorang seringkali menyatakan bahwa orang lain dianggap penting oleh individu. Masyarakat cenderung melakukan norma-norma tersebut secara independen atas persetujuan mereka terhadap norma-norma tersebut, apalagi jika perilaku tersebut didukung oleh tokoh masyarakat, kader kesehatan, dan petugas kesehatan.

Menurut asumsi peneliti bahwa media sosial tiktok memainkan peran penting dalam kehidupan individu. Hal ini memengaruhi kehidupan pribadi kita dan membuat ledakan besar budaya, ekonomi, dan kesejahteraan kita yang menyediakan platform di mana orang dapat bertukar ide, terhubung, berhubungan, mencari saran, dan memberikan bimbingan. Istilah media sosial didefinisikan sebagai sarana komunikasi yang beroperasi dalam skala besar, menjangkau dan melibatkan hampir semua orang di masyarakat ke tingkat yang lebih besar atau lebih kecil, tanpa disadari ternyata perkembangan teknologi pada media sosial tiktok juga memicu permasalahan terhadap psikologis manusia. Hal ini membantu remaja karena emosi, perasaan, dan beban yang dialami sedikit berkurang karena telah mengeluarkan unek-unek ataupun beban yang sedang dialami. Namun demikian, penggunaan media sosial tiktok yang berlebihan menjadi perhatian besar bagi orang tua dan guru mengenai kesehatan mental remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Analisis penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di sman 2 Sukoharjo dan setelah dilakukan serangkaian analisis serta pembahasan, maka diperoleh kesimpulan hasil uji statistik deskriptif dapat digambarkan distribusi yang didapat oleh pada variabel Penggunaan Media Sosial Tiktok dari data tersebut bisa didistribusikan bahwa jumlah data sebanyak 90 responden, nilai minimum sebesar 100, nilai maksimum sebesar 118, nilai rata rata sebesar 109.86, dan nilai standar deviasi 4.410. Sedangkan Kesehatan Mental Remaja dari data tersebut bisa didistribusikan bahwa bahwa jumlah data sebanyak 90 responden, nilai minimum sebesar 100, nilai maksimum sebesar 118, nilai rata rata sebesar 108.48, dan nilai standar deviasi 4.665. Kemudian Berdasarkan hasil uji statistik inferensial dapat digambarkan bahwa dapat diprediksi hasil korelasi antara penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja Di SMAN 2 Sukoharjo didapatkan hasil $p = 0.000$, maka dapat disimpulkan adanya korelasi dari analisis penggunaan media sosial tiktok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo. Semakin sering siswa menggunakan media sosial Tiktok semakin baik kesehatan mental siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya , sehingga saya dapat menyelesaikan artikel ini dengan baik. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai penyusunan artikel ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan artikel ini. Terima kasih kepada keluarga yang senantiasa memberikan dukungan baik secara moril, material, dan spiritual dalam menyelesaikan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Aji, Wisnu Nugroho. (2018). "Aplikasi Tik Tok Sebagai Media Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia." *Universitas Widya Dharma Klaten* 431: 136.

- Arikunto, Suharsimi. (2020). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Cet. XII, Ed. V. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Andres Kaplan & Michael Haenlein, (2010). User Of The World, Unite! The Challenges and Opportunities Of Social Media, Business Horizons
- Dzulhidayat. 2022. "Strategi Komunikasi Pengembangan Kewirausahaan Mahasiswa Kpi Iain Ponorogo Dengan Penggunaan Media Sosial" : 2003–5.
- Emzir. *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- F. Thursina, "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN di Kota Bandung," J. Psikol. dan Konseling West ..., vol. 1, no. 01, pp. 19–30, 2023, [Online]. Available: <https://wnj.westsciencepress.com/index.php/jpkws/article/view/180%0Ahttps://wnj.westsciencepress.com/index.php/jpkws/article/download/180/88>
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja (Vol. 02).
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi perubahan perilaku remaja. Jurnal Penelitian Guru Indonesia-JPGI, 2(2).
- H. Lolombulan, Julius. 2017. *Statistika bagi Peneliti Pendidikan*. Yogyakarta: CV Andi Offset
- Hidayat AA. Riset keperawatan dan teknik penulisan Ilmiah Ed. 2. Jakarta : Salemba Medika. 2017
- Indrawan dan Poppy Yaniawati, Rully. 2014. *Metodologi Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Campuran untuk Manajemen, Pembangunan, dan Pendidikan*. Bandung: PT Refika Aditama
- Kadir. 2015. *Statistika Terapan: Konsep, Contoh, dan Analisis Data dengan Program SPSS/Lisrel dalam Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Nasrullah, R. (2015). Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi. Bandung: Simbiosis Rekatama Media
- Puntoadi, Danis. (2011). Meningkatkan Penjualan Melalui Media Sosial. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Putri, A. W., Wibhawa, B., Gutama, A. S., Indonesia, D., Mental, G. K., & Masyarakat, P. (n.d.). *Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan , Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)*. 252–258.
- Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, Bambang. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers
- Rohmiyati, Yuli. 2018. "Analisis Penyebaran Informasi Pada Sosial Media." *Anuva* 2(1): 29.
- Saputra, V. R., Dhuatu, C. H., & Giyato, G. (2020). Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Mood Booster (the Usage of Tiktok App To Increase Mood Level). *Indonesian Fun Science Award*, 2(1), 216–226. <https://proceedings.sgu.ac.id/ifsj/index.php/ifsj/article/view/53>
- Sheila Maria Belgis Putri Affiza. 2022 "Hidden Talent Remaja Melalui Media Sosial TikTok" (8.5.2017): 2003–5.
- Setiadi. Konsep dan penulisan riset keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2017
- Sudrajat, A. (2020). Apakah Media Sosial Buruk untuk Kesehatan Mental dan Kesejahteraan?. 2(1), 41–52.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta)
- Subana, dkk. 2020. *Statistik Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia
- R. F. Alysha Chamila Mile, Firmawati, "HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL (TIKTOK) PADA REMAJA DI SMPN 4 TILAMUTA," vol. 3, no. 1, 2023.

- F. Putri, C. Kartika, and A. Kalesaran, "Hubungan Penggunaan Media Sosial Tiktok Sebagai Platform Venting Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa," Pros. Forum Ilm. Tah. IAKMI (Ikatan Ahli Kesehat. Masy. Indones., vol. 7, no. 29 November – 1 Desember 2021, pp. 1–9, 2021.
- M. Mardiana DM, Nova Mardiana, "HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA," vol. 1, no. 1, pp. 2–8, 2022.
- H. Gunawan, I. Anggraeni, and A. Nurrachmawati, "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19," Prev. J. Kesehat. Masy., vol. 12, no. 2, p. 282, 2021, doi: 10.22487/preventif.v12i2.283.
- N. Susilawati, F. Fashan, and S. Rahmani, "Pengaruh Kecanduan Media Sosial pada Remaja di Kota Banda Aceh," J. Sociol. USK (Media Pemikir. Apl., vol. 17, no. 1, pp. 161–171, 2023, doi: 10.24815/jsu.v17i1.32798.
- N. Mahmudah, D. Purnamasari, and D. Nuswantoro, "Pengaruh Konten Tiktok terhadap Tingkat Stres pada Remaja Akhir," J. Pendidik. Tambusai, vol. 7, no. variable X, pp. 750–758, 2023.
- Widodo, A., Prabandari, Y. S., Sudiyanto, A., & Rahmat, I. (2019). Increasing the quality of life of post-shackling patients through multilevel Health promotion of shackling prevention. *Bali Medical Journal*, 8(2), 587–594. <https://doi.org/10.15562/bmj.v8i2.1470>
- Widodo, A., & Pratiwi, A. (2021). Determinants of caregiver behaviour to the quality of life among psychiatric patients after removal of Shackles in Klaten and Sukoharjo. *Journal of Medicinal and Chemical Sciences*, 4(4), 316–324. <https://doi.org/10.26655/JMCHEMSCI.2021.4>.