

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL PADA REMAJA DI SMK AL KHAIRAAT PALU

Sofyah Alhusnah^{1*}, Ismunandar Wahyu Kindang², Sringati³

S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara^{1,2,3}

*Corresponding Author : sofyahalhusnah@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan media sosial TikTok di kalangan remaja semakin meluas dengan potensi dampak negatif pada kesehatan mental emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial TikTok terhadap gangguan mental emosional pada remaja di SMK Al Khairaat Palu. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Sampel terdiri dari 83 siswa kelas X, XI dan XII yang dipilih secara *Proporsional Random Sampling*. Kuesioner digunakan untuk mengukur penggunaan TikTok dan kondisi gangguan mental emosional. Data dianalisis dengan uji *Monte Carlo* untuk melihat hubungan antara kedua variabel. Hasil menunjukkan bahwa 50,6% responden menggunakan TikTok dalam kategori tinggi, 42,2% sedang, dan 7,2% rendah. Gangguan mental emosional dalam kategori normal 41% dan tidak normal 59%. Uji *Monte Carlo* menunjukkan hubungan signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dan gangguan mental emosional ($p=0,000$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dengan gangguan mental emosional pada remaja, sehingga diperlukan perhatian lebih dari keluarga dan sekolah dalam mengelola penggunaan media sosial.

Kata kunci : emosional, media sosial tiktok, remaja

ABSTRACT

The use of TikTok social media among teens is becoming more widespread, with the potential for negative impacts on emotional and mental health. This study aims to determine the relationship between TikTok social media use and mental and emotional disorders in adolescents at SMK Al Khairaat Palu. This study uses an analytical observational design with a Cross-Sectional approach. The sample consisted of 83 students in grades X, XI and XII who were selected by Proportional Random Sampling. The questionnaire was used to measure TikTok use and mental and emotional disorder conditions. The data was analyzed with a Monte Carlo test to see the relationship between the two variables. Results show that 50.6% of respondents use TikTok in the high, 42.2% medium, and 7.2% low categories. Mental-emotional disorders are in the normal category 41% and abnormal 59%. The Monte Carlo test showed a significant relationship between TikTok social media use and emotional mental disorders ($p=0.000$). This study concluded that there is a significant relationship between TikTok social media use with mental and emotional disorders in adolescents, so more attention is needed from families and schools in managing the use of social media.

Keywords : tiktok social media, emotional, teen

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang berlangsung antara usia 11 hingga 20 tahun, di mana terjadi perubahan signifikan dalam aspek fisik, sosial, dan mental. Pada fase ini, remaja mulai belajar beradaptasi dan berinteraksi dengan masyarakat dewasa untuk mencapai posisi setara, dengan fokus pertumbuhan pada karakteristik mental yang mengarah pada kedewasaan lebih tinggi (Kamalah et al., 2023). Sebagai kelompok yang sedang mencari identitas, remaja sangat rentan terhadap pengaruh media sosial, di mana mereka menggunakan platform ini untuk

menciptakan citra diri, mencari pengakuan, dan membandingkan diri dengan orang lain, sehingga berpotensi menurunkan rasa percaya diri dan menimbulkan ketidakpuasan diri akibat lingkungan sosial yang tidak nyata (Egi Regita et al., 2024).

Media sosial, termasuk TikTok, telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan anak muda untuk interaksi dan hiburan, tanpa batasan usia atau waktu, memungkinkan akses bebas kapan saja dan di mana saja (Lanjahi et al., 2025). TikTok, yang diluncurkan sebagai Douyin pada 2016 oleh ByteDance dan berkembang global setelah mengakuisisi Musical.ly pada 2018, memungkinkan pembuatan video pendek hingga 10 menit dengan fitur kreatif, mencapai lebih dari dua miliar unduhan worldwide (Annisa et al., 2023). Algoritma rekomendasinya sering memicu perilaku maladaptif seperti ketergantungan berlebih, mengganggu prestasi akademik, hubungan sosial, dan kesehatan mental remaja, termasuk Fear of Missing Out (FOMO), kecemasan, ketidakpuasan, serta rendahnya kepercayaan diri (Nisa et al., 2025). Pada 2024, TikTok menjadi platform terbesar kelima dunia dengan 1,56 miliar pengguna aktif, termasuk 157,56 juta di Indonesia, yang memperburuk dampaknya terhadap perilaku, konsentrasi, dan interaksi sosial (Safira et al., 2025).

Gangguan mental emosional pada remaja ditandai oleh perubahan emosi yang mengganggu peran di keluarga, pendidikan, dan kehidupan sosial, sering kali memicu kecemasan akibat konflik batin (Kamalah et al., 2023). Secara global, WHO melaporkan 1-7% remaja usia 10-19 tahun mengalami masalah kesehatan mental, dengan kecemasan (3,6-4,6%) dan depresi (1,1-2,8%) paling dominan (Hasibuan, 2024). Di Indonesia, Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022 menemukan 34,9% atau 15,5 juta remaja mengalami masalah mental, dengan 5,5% atau 2,45 juta mengidap gangguan spesifik; sementara Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat 1% depresi, 3,7% kecemasan pada usia 15-24 tahun (Winurini et al., 2025). Di Sulawesi Tengah, prevalensi pemikiran bunuh diri mencapai 0,35% pada remaja 15 tahun ke atas, dengan depresi lebih tinggi pada perempuan (2,8%) dibanding laki-laki (1,1%), dan 5,5% remaja usia 10-17 tahun mengalami gangguan mental (Kemenkes, 2024).

Studi pendahuluan memperkuat hubungan ini: Mardiana (2024) menemukan korelasi signifikan antara penggunaan TikTok dengan stres berat (58,4%) dan kecemasan berat (47,2%) pada remaja; sementara Hardianti (2024) menyimpulkan hubungan antara frekuensi tinggi TikTok (56,3%) dengan gangguan mental parah (29,4%) pada siswa SMAN 3 Sampit. Studi pendahuluan peneliti pada 8 April 2025 terhadap 11 remaja di SMK Al Khairaat Palu mengonfirmasi pola serupa: semua responden menggunakan TikTok hingga larut malam, dengan 8 orang melaporkan kecemasan akibat rendahnya kepercayaan diri, perbandingan diri, dan gangguan belajar.

Dengan mempertimbangkan situasi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menelaah keterkaitan antara Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Gangguan Mental Emosional pada Remaja di SMK Al Khairaat Palu.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, yaitu pengukuran variabel dilakukan pada satu waktu untuk mengetahui hubungan antara Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Gangguan Mental Emosional pada Remaja di SMK Al Khairaat Palu. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Oktober 2025, sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah dan peneliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMK Al Khairaat Palu, yang berjumlah 106 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Proportional Random Sampling, sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria dimasukkan sebagai sampel penelitian, yaitu 83 responden. Penelitian ini terdiri dari Variabel bebas (independent) yaitu penggunaan media sosial

TikTok sedangkan Variabel terikat (dependent) yaitu gangguan mental emosional. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis secara kuantitatif melalui beberapa tahap analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel. Analisis bivariat menggunakan uji monte carlo untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (penggunaan media sosial TikTok) dengan variabel terikat (gangguan mental emosional). Tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Berdasarkan Kelas dan Jenis Kelamin Remaja di SMK Al Khairaat Palu ($f=83$)

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kelas		
Kelas 10 AkI	6	7,2
Kelas 10 Mplb	9	10,8
Kelas 10 Retail	6	7,2
Kelas 11 AkI	7	8,4
Kelas 11 Mplb	9	10,8
Kelas 11 Retail	8	9,6
Kelas 12 AkI	13	15,7
Kelas 12 Mplb	14	16,9
Kelas 12 Retail	11	13,3
Total	83	100
Jenis kelamin		
Laki-laki	29	34,9
Perempuan	54	65,1
Total	83	100

Berdasarkan tabel 1, distribusi karakteristik responden berdasarkan kelas dan jenis kelamin pada siswa dan siswi di SMK Al Khairaat Palu ($f=83$), bahwa jumlah responden terbanyak ada pada kelas 12 perkantoran (Mplb) sebanyak 14 responden (16,9%) dan kelas yang paling sedikit pada kelas 10 Akuntansi dan Kelembagaan (AkI) dan 10 Retail sebanyak 6 responden (7,2 %). Kemudian berdasarkan jenis kelamin siswa paling banyak, ada pada kategori perempuan yaitu 54 responden (65,2%).

Analisa Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui distribusi variabel independen (bebas) yaitu penggunaan media sosial tiktok dan variabel dependen (terikat) yaitu gangguan mental emosional. Hasil yang didapatkan dari pengolahan data adalah sebagai berikut:

Distribusi Penggunaan Media Sosial TikTok

Tabel 2. Distribusi Penggunaan Media Sosial Tiktok di SMK Al Khairaat Palu ($f= 83$)

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (f)	Presentase (%)
TikTok		
Tinggi	42	50,6
Sedang	35	42,2
Rendah	6	7,2
Total	83	100

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa dari 83 responden dalam penelitian ini, yang menggunakan media sosial TikTok terbanyak terdapat pada kategori tinggi sebanyak 42 responden (50,6%) dan penggunaan media sosial TikTok paling sedikit terdapat pada kategori rendah sebanyak 6 responden (7,2%).

Distribusi Gangguan Mental Emosional

Tabel 3. Distribusi Gangguan Mental Emosional pada Remaja di SMK Al Khairaat Palu ($f = 83$)

Kualitas Tidur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	34	41
Tidak normal	49	59
Total	83	100

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa dari 83 responden dalam penelitian ini, gangguan mental emosional yang terbanyak terdapat pada kategori tidak normal sebanyak 49 responden (59%) dan yang paling sedikit terdapat pada kategori normal sebanyak 34 responden (41%).

Analisa Bivariat

Tabel 4. Hubungan Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Gangguan Mental Emosional pada Remaja di SMK Al Khairaat Palu

Penggunaan Media Sosial TikTok	Gangguan Mental Emosional						<i>P Value</i>
	Normal		Tidak Normal		Total		
	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	
Tinggi	1	1,2	41	49,4	42	50,6	0,000
Sedang	27	32,5	8	9,6	35	42,2	
Rendah	6	7,2	0	0,0	6	7,2	

Berdasarkan tabel 4, dari total responden 83 terdapat 42 responden (50,6%) yang menggunakan media sosial TikTok kategori tinggi, dimana terdapat 41 responden (49,4%) dengan gangguan mental emosional tidak normal dan 1 responden (1,2%) dengan gangguan mental emosional normal. Kemudian dari 35 responden (42,2%) yang menggunakan media sosial TikTok kategori sedang, terdapat 8 responden (9,6%) dengan gangguan mental emosional tidak normal dan 27 responden (32,5%) dengan gangguan mental emosional normal. sedangkan dari 6 responden (7,2%) yang menggunakan media sosial TikTok kategori rendah, dimana semuanya 6 responden (7,2%) dengan gangguan mental emosional normal. Berdasarkan hasil uji *Monte Carlo* menunjukkan nilai P Value=0,000 ($P<0.05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial TikTok terhadap gangguan mental emosional pada remaja di SMK Al Khairaat Palu.

PEMBAHASAN

Penggunaan Media Sosial TikTok

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 83 responden, penggunaan TikTok terbanyak berada pada kategori tinggi (42 responden, 50,6%), sementara kategori rendah paling sedikit (6 responden, 7,2%). Temuan ini sejalan dengan Hardianti (2024) yang menemukan intensitas penggunaan tinggi pada 67 siswa (56,3%) dan rendah pada 52 siswa (43,7%) di kalangan remaja kelas XI. Selain itu, Devi (2025) melaporkan 75 responden

(54,3%) pada kategori tinggi, 45 responden (32,6%) sedang, dan 18 responden (13,0%) rendah. Penggunaan TikTok yang tinggi sering dipicu oleh fitur menarik seperti video pendek kreatif, filter, efek, dan algoritma personalisasi, sebagaimana dijelaskan (Purwanti, 2024). Faktor ini memenuhi kebutuhan hiburan, sosial, dan pengakuan, meskipun berisiko menimbulkan narsisme, stres, dan kecemasan. Suwarno (2023) menambahkan bahwa TikTok mendukung pembangunan identitas sosial, kreativitas, komunikasi, dan jaringan sosial pada remaja. Peneliti mengasumsikan kepuasan konten kreatif dan ekspresi diri menjadi pendorong utama kategori tinggi.

Sebaliknya, tingkat kecanduan TikTok rendah mendominasi dalam studi Riumta *et al.* (2024), dengan 254 responden (60,3%) pada kategori rendah dari 421 sampel, diikuti sedang (156 responden, 37,1%). Faktor pengurang intensitas meliputi kegiatan ekstrakurikuler seperti olahraga dan pramuka. Mardiana (2024) menemukan penggunaan tinggi (52 responden, 58,4%) lebih dominan, tetapi faktor internal seperti sikap positif dan pengelolaan waktu menekan intensitas. Penggunaan rendah juga disebabkan minat terbatas, keterbatasan waktu belajar, dan preferensi media lain (Fidhara *et al.*, 2022). Menekankan kontrol diri tinggi, kesadaran dampak negatif pada konsentrasi akademik, serta prioritas aktivitas produktif dan dukungan keluarga. Peneliti mengasumsikan kurangnya minat, gangguan waktu belajar, dan pilihan platform lain menjadi alasan dominan kategori rendah (Anggraini *et al.*, 2023).

Gangguan Mental Emosional

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 83 responden, gangguan mental emosional terbanyak berada pada kategori tidak normal sebanyak 49 responden (59%), sementara kategori normal paling sedikit dengan 34 responden (41%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Devi (2025), di mana dari 80 responden, 58 responden (58%) mengalami gangguan kesehatan mental emosional dan 22 responden (42%) tidak terganggu. Mayoritas remaja dalam sampel tersebut rentan terhadap gangguan emosional yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis, sering kali terkait dengan stres, kecemasan, dan depresi akibat faktor lingkungan seperti pengaruh media sosial dan tekanan sosial.

Penelitian Carolan *et al.* (2025) mengidentifikasi bahwa penggunaan TikTok dapat memicu gangguan mental emosional melalui konten berulang yang menampilkan standar kecantikan tidak realistis, menyebabkan ketidakpuasan diri, penurunan rasa percaya diri, serta peningkatan depresi dan kecemasan. Faktor lain meliputi cyberbullying, kecanduan, self-diagnosis berlebihan, dan paparan ruang gema yang memperkuat opini negatif. Analisis Structural Equation Modeling (SEM) dalam studi tersebut menemukan hubungan kuat antara penggunaan TikTok dengan gejala depresi, stres, kecemasan, dan gangguan bipolar pada remaja. Selain itu, Nurani *et al.* (2024) menambahkan bahwa kecanduan digital, paparan berita negatif, tekanan tren sosial, isolasi, serta kurangnya literasi digital memperburuk kondisi ini, termasuk kecemasan kronis dan paranoia akibat konten sensasional.

Peneliti berasumsi bahwa kategori tidak normal disebabkan oleh penggunaan TikTok berlebihan dan konten negatif, yang menimbulkan stres, kecemasan, serta perbandingan diri yang merusak stabilitas emosional. Hal ini didukung oleh Estika (2025), yang dari 180 responden menemukan 99 responden (55%) mengalami gangguan mental dan 81 responden (45%) sehat. Untuk mengatasinya, remaja perlu membatasi waktu penggunaan, dengan peran keluarga, sekolah, dan lingkungan dalam membangun kebiasaan digital sehat, seperti aktivitas dunia nyata dan penguatan kemampuan sosial.

Meskipun demikian, tidak semua dampak TikTok negatif. Bela *et al.* (2023) menemukan korelasi positif antara frekuensi penggunaan TikTok dengan kesehatan mental baik pada siswa SMAN 2 Sukoharjo, terutama jika digunakan secara selektif untuk kesadaran kesehatan mental, dukungan sosial, dan pengelolaan stres. Penggunaan bijak dengan pilihan konten

tepat dapat mencegah gangguan. Riyadi (2025) menambahkan bahwa komunitas TikTok menyediakan dukungan sosial, ekspresi diri, konten terapi digital, dan algoritma positif yang meningkatkan kesejahteraan jika dikelola dengan literasi digital memadai. Peneliti berasumsi bahwa kategori normal disebabkan oleh penggunaan TikTok yang wajar dan seimbang, berfungsi sebagai hiburan serta relaksasi tanpa gangguan. Pengguna ini cenderung mengontrol durasi dan interaksi, menjaga stabilitas mental melalui pengelolaan yang sadar.

Hubungan Penggunaan Media Sosial TikTok terhadap Gangguan Mental Emosional pada Remaja di SMK Al Khairaat Palu

Hasil uji Monte Carlo menunjukkan hubungan signifikan antara penggunaan TikTok dan gangguan mental emosional pada 83 responden: kategori tinggi (42 responden, 50,6%) mayoritas tidak normal (41 responden, 49,4%); sedang (35 responden, 42,2%) dengan 8 tidak normal (9,6%) dan 27 normal (32,5%); ringan (6 responden, 7,2%) semuanya normal. Temuan ini sejalan dengan Mutakim (2025), di mana 90,1% responden penggunaan tinggi dan 27,5% terganggu ($p=0,047$), serta hasil penelitian Khoerunnisa (2024) 36% aktif berhubungan kesehatan mental buruk ($p=0,033$; $OR=0,385$). Konten berbahaya seperti bullying picu tekanan sosial dan kecemasan pada pengguna tinggi. Dampak negatif seperti perbandingan diri dan tekanan sempurna, meski ada manfaat edukasi. Peneliti asumsikan kategori tinggi sebabkan gangguan akibat paparan lama konten negatif, stres tren, dan kurang kontrol, picu stres, kecemasan, serta kelelahan emosional (Kustiawan et al., 2025).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan penggunaan media sosial TikTok terhadap gangguan mental emosional pada remaja di SMK Al Khairaat Palu, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Penggunaan media sosial TikTok pada remaja di SMK Al Khairaat Palu sebagian besar berada pada kategori tinggi. Gangguan mental emosional pada remaja di SMK Al Khairaat Palu sebagian besar berada pada kategori tidak normal. Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial TikTok terhadap gangguan mental emosional di SMK Al Khairaat Palu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kesehatan, dan kekuatan yang diberikan sehingga penelitian dan penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penelitian ini tidak akan berjalan tanpa dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada para pembimbing, institusi, serta pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D., Nurmayasari, & Maemunah. (2023). Penggunaan Media Sosial Tik Tok Dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Smk Al Khairiyah Bahari Jakarta. 7, 2239–2244.
- Annisa, R. N., Dewi, D. A., & Nurhayati, S. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Dalam Proses Pembelajaran. Dirasah : Jurnal Studi Ilmu Dan Manajemen Pendidikan Islam, 6(2), 346–352.
<https://Ejournal.Iaifa.Ac.Id/Index.Php/Dirasah/Article/View/923>
- Bela, N., Nur, B., & Widodo, A. (2023). Analisis Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap

- Kesehatan Mental Remaja Di Sma N 2 Sukoharjo. 4, 6992–6999.
- Carolan, F., Lawwin, J., & Novisari, W. (2025). Tiktok Dan Kesehatan Mental : Studi Pengaruh Media Sosial Pada Remaja. 6(4), 440–449. <https://doi.org/10.47065/Tin.V6i4.8157>
- Devi, A., & Cahyaningtyas Anindhita. (2025). Penggunaan Medsos Tik Tok Dengan Kesehatan Mental Emosional Di Smk N Karanganyar *The Relationship Between Using Tik Tok Social Media And Emotional Mental Health At Smk N Karanganyar*. 6(1), 1–12.
- Egi Regita, Nabilah Luthfiyyah, & Nur Riswandy Marsuki. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri Dan Pembentukan Identitas Remaja Di Indonesia. *Jurnal Kajian Dan Penelitian Umum*, 2(1), 46–52. <https://doi.org/10.47861/Jkpu-Nalanda.V2i1.830>
- Estika. (2025). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Sma Frater Makassar.
- Fidhara, R., Taufik, N., Muslikhah, F. P., & Nirwana, T. P. (2022). Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok Bagi. 03.
- Hardianti. (2024). Hubungan Antara Intensitas Frekuensi Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja Siswa Sman 3.
- Hasibuan, F. K. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Mental Emosional Pada Remaja: Literature Riview. *Jurnal Kesehatan Bertuah Indonesia*, 1(2), 65–74. <https://bertuahjournal.com/index.php/jkbi/article/view/27%0ahttps://bertuahjournal.com/index.php/jkbi/article/download/27/18>
- Kamalah, A. D., Novianasari, & Nafiah, H. (2023). Gejala Mental Emosional Dan Upaya Dalam Meningkatkan Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(2), 68–72. <https://doi.org/10.35473/Jkbs.V1i2.2419>
- Kemendes. (2024). Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia (Ski) Tahun 2023: Potret Indonesia Sehat. *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan*, 614(1), 42.
- Khoerunnisa, N. (2024). Hubungan Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Kesehatan Mental Remaja Nasywa Khoerunnisa Sekelompok Orang Untuk Berkomunikasi Dengan Berbagi Informasi Dan Ide Melalui Internet (Fauziah , 2021) Media Sosial Seiring Perkembangannya Memudahkan Penggunaann. 4, 1–7.
- Kustiawan, W., Ramadhan, M., Habiibii, M. N., Dan, K., Islam, P., Dakwah, F., & Komunikasi, D. (2025). Analisis Penggunaan Tik - Tok Terhadap Gaya Hidup Generasi Z. 9, 5035–5041.
- Lanjahi, N., Kadir, L., & Arsad, N. (2025). Hubungan Penggunaan Teknologi Media Sosial Dengan Gangguan Mental Emosional Remaja Di Sman 1 Kabila *The Relationship Between The Use Of Social Media Technology And Emosional Mental Disorders In Adoelesscents (Student) At Sman (State Senior High School* . 8(1), 576–584. <https://doi.org/10.56338/Jks.V8i1.6938>
- Mardiana. (2024). Hubungan Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(1), 183–190. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/jppp>
- Mutakim, M. (2025). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja Di Kelurahan Pondok Kelapa. *Jurnal Teknologi Dan Informatika Remaja*, Vol. 1 No.
- Nisa, I. S., Ni, L., & Nurroiffah, A. A. (2025). Tinjauan Hukum Terhadap Dampak Kecanduan Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja : Studi Kasus Di Kalangan Pelajar. 3(01), 73–82.
- Nurani, N., Ridho, M., Koto, Z., Komunikasi, I., Ilmu, F., Dan, S., Muhammadiyah, U., Dahlan, J. K. H. A., Tim, K. C., & Tangerang, K. (2024). Pengaruh Media Sosial Tiktok (@ Sundarindah) Dalam Menyebarkan Video Edukasi Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Lppm Umj*, November 2024.

- Purwanti, S. (2024). Penggunaan Aplikasi Tiktok Sebagai Media Hiburan Bagi Generasi Z. 07(02), 161–179. <https://doi.org/10.3258/Mediakom.V7i02.2004>
- Riumta, T., Siburian, D., Ricky, D. P., Keperawatan, F. I., Indonesia, U. A., Barat, B., Sosial, M., & Mental, K. (2024). Hubungan Kecanduan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Sma Negeri 1. 6(1), 81–88.
- Riyadi, I. (2025). Pengaruh Intensitas Konten Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Generasi Z. Jurnal Majemuk, 4, 546–559.
- Safira, M., Rosnita, L., Malikussaleh, U., Safira, M., & Clustering, K. (2025). Universitas Malikussaleh Menggunakan Metode *K-Means Clustering Classification Of Tiktok Application Usage Of Malikussaleh University Students Using The K-Means Clustering Method*. 4(1), 208–214.
- Suwarno, Y. A. (2023). Interaksi Sosial Melalui Media Sosial Tik-Tok Di Kalangan Siswa Sma Pgri 4 Jakarta. April, 46–54.
- Winurini, S., Legislatif, A., & Madya, A. (2025). Pemeriksaan Kesehatan Mental Gratis Bagi Remaja.