

## **HUBUNGAN SOCIAL MEDIA ADDICTION DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA SISWA SMK**

### *The Relationship Between Social Media Addiction And Depression Level Among Teenagers*

**Sheila Febrita Puteri Utomo<sup>1\*</sup>, Nandang Jamiat Nugraha<sup>2</sup>, Anggy Agustina Rahayu<sup>3</sup>**

Universitas Aisyiyah  
Bandung

([sheila.utomo@yahoo.com](mailto:sheila.utomo@yahoo.com), 087821013664)

#### **ABSTRAK**

Tingginya angka pengguna media sosial pada remaja dalam melakukan aktivitas interaksi sosial saat ini merupakan suatu kebiasaan baru yang dapat menyebabkan kecanduan. Kondisi ini juga dapat menimbulkan masalah kesehatan pada aspek fisik dan juga mental. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan SMA dengan tingkat depresi pada remaja. Metode penelitian dengan *cross sectional*, teknik sampel *purposive sampling* dengan jumlah 92 responden dengan kriteria inklusi siswa/i SMK, memiliki media sosial dengan kondisi aktif dan kriteria eklusi remaja yang mengalami kehilangan, riwayat trauma, sakit fisik kronis. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *BDI* dan Skala Kecanduan Media Sosial. Hasil uji *Chi-Square* hubungan SMA dengan depresi didapatkan  $p$  value  $< 0,05$  ( $p=0,018$ ). Hasil penelitian terdapat hubungan *social media adiction* dengan tingkat depresi remaja. Perlunya dilakukan penyuluhan dari sekolah kepada siswa tentang bahaya kecanduan sosial media.

**Kata kunci: Depresi, Remaja, Social media addiction**

#### **ABSTRACT**

*The high number of social media users among adolescents in social interaction activities is currently a new habit that can lead to addiction. The social media can create feelings of happiness among teenagers, but if this condition cannot be controlled, it will trigger social media addiction (SMA) The social media addiction (SMA) among teenagers can cause the risk of cyberbullying, pornography, phishing attack, and even depression. The objective of this study was to determine the relationship between social media addiction and the level of depression among adolescents. The research method of this study used quantitative correlational with cross sectional approach, the number of samples were 92 respondents with purposive sampling technique. Data collection used BDI questionnaire and Social Media Addiction Scale. The results of the Chi-Square test for the relationship between social media addiction and depression obtained  $p$  value  $< 0.05$  ( $p = 0.018$ ). Thus, it shows that there was a relationship between social media addiction and the level of depression in adolescents. The results of this study can provide information to prevent depression teenagers.,*

**Keywords: Depression, Sosial media Addiction, Teenager**

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang beriringan dengan berkembangnya remaja pada era digital ini menyebabkan remaja dikategorikan sebagai generasi internet. Menurut survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia pada tahun 2018, pengguna internet di Indonesia mencapai angka sebesar 171,17 juta atau 64,8% dari total keseluruhan penduduk Indonesia. Remaja dengan rentang usia 15-19 tahun menjadi kelompok pengguna internet terbanyak yaitu sekitar 91% pengguna, dan media sosial merupakan layanan internet kedua yang paling banyak diakses oleh pengguna internet. Menurut survey yang telah dilakukan oleh PUSKAKOM UI pengguna media sosial didominasi oleh remaja SMA yaitu sekitar 64,7% (Lestari et al., 2020).

Media sosial dapat memunculkan perasaan bahagia pada remaja, kondisi ini memunculkan keinginan untuk terus-menerus bermain media sosial, sehingga menyebabkan remaja mudah mengalami *social media addiction* (Gonden, 2019). Menurut Kootesh, et al., (2016) dalam Hartinah et al., (2019), *social media addiction* merupakan ketidakmampuan individu dalam mengontrol penggunaan media sosial berlebihan sehingga dapat

menyebabkan masalah psikologis dan sosial. Menurut Eijnden. Dkk., (2016) dalam Fathadhika & Afriani (2018), seseorang dapat dikatakan mengalami *social media addiction* jika memiliki lima atau lebih dari sembilan kriteria. Sembilan kriteria *social media addiction* adalah *preoccupation, tolerance, withdrawal, persistence, escape, problems, deception, displacement, dan conflict*.

*Social media addiction* dapat menyebabkan remaja memberikan terlalu banyak informasi (*Too Much Information*) kepada para pengguna lain. Selain itu hal ini juga dapat menyebabkan perilaku yang disebut FOMO (*Fear of Missing Out*) atau takut ketinggalan berita terkini. Remaja akan terus mencari dan berbagi informasi melalui media sosial, ini akan menyebabkan remaja rentan terhadap pornografi, risiko predator online, kekerasan, dan pencurian identitas (Triastuti et al., 2017). Selain itu remaja yang memiliki *social media addiction* beresiko tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi (Hanprathet et al., 2015).

Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa dari 240 responden yang diteliti didapatkan 72,2% responden mengalami *social media addiction* pada tingkat

sedang. Tingginya presentase ini terjadi karena mayoritas responden merupakan remaja perempuan (Hartinah, et al., 2019). Hal ini terjadi karena remaja perempuan cenderung lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain media sosial (Natalova, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh L. yi Lin et al., (2016) menyatakan bahwa total waktu yang dihabiskan untuk menggunakan media sosial per hari jika berada pada tingkatan yang tinggi dapat menyebabkan remaja berpeluang mengalami depresi. Penelitian ini didukung oleh Woods & Scott (2016) yang mengungkapkan bahwa remaja yang menggunakan media sosial lebih banyak di siang hari dan di malam hari memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak.

Dari penelitian-penelitian yang sudah ada mengenai tingkat *social media addiction* pada remaja dan hubungan *social media addiction* dengan depresi pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *social media addiction* dengan depresi pada remaja

## METODE

Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 1.110 siswa siswi

kelas X dan XI di SMK Negeri 2 Baleendah dan sampel yang digunakan sebanyak 92 responden dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu (1) siswa/i SMK, (2) memiliki media sosial, (3) kondisi aktif media sosial di ponsel dan kriteria eklusi (1) mengalami kehilangan dalam waktu 2 minggu terakhir, (2) riwayat trauma, (3) sakit fisik kronis. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory* dengan hasil uji reabilitas sebesar 0,821. Skala Kecanduan Media Sosial validitas 0,905 dan reabilitas 0,971. Prosedur pengambilan data dilakukan secara online menggunakan *google form* kepada calon responden. Analisa data yang digunakan adalah uji *chi-square*.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Data Demografi Remaja (n=92)**

| Karakteristik                             | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---|---------------|----------------|
| <b>Usia</b>                               |               |                |
| 15  | 6             | 6,5            |
| 16  | 60            | 65,2           |
| 17  | 26            | 28,3           |
| <b>Jenis Kelamin</b>                      |               |                |
| Laki-Laki                                 | 37            | 40,2           |
| Perempuan                                 | 55            | 59,8           |
| <b>Media sosial yang sering digunakan</b> |               |                |
| Instagram                                 | 45            | 48,9           |
| Facebook                                  | 1             | 1,1            |
| Line                                      | 3             | 3,3            |
| WhatsApp                                  | 43            | 46,7           |

Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada rentang usia 15-17 tahun. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dan media sosial yang sering digunakan oleh sebagian besar responden adalah *Instagram*.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Social Media Addiction (n=92)**

| Social Media Addiction | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|------------------------|---------------|----------------|
| Rendah                 | 46            | 50             |
| Tinggi                 | 46            | 50             |
| <b>Total</b>           | <b>92</b>     | <b>100</b>     |

Hasil menunjukkan bahwa *social media addiction* pada remaja terdistribusi secara merata pada kedua kategori sebanyak 50 %.

**Tabel 3 Gambaran Distribusi Frekuensi Depresi pada remaja (n=92)**

| Depresi       | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Tidak Depresi | 68            | 73,9           |
| Depresi       | 24            | 26,1           |
| <b>Total</b>  | <b>92</b>     | <b>100</b>     |

Hasil menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden berada pada kategori tidak depresi yaitu sebanyak 73,9%. Remaja yang mengalami depresi sebanyak 26,1 %.

**Tabel 4 Hubungan Social Media Addiction dengan Tingkat Depresi pada Remaja (n=92)**

| Social Media Addiction | Depresi       |             |           |             | Total     |            | Asym p. Sig. (2-sided) |
|------------------------|---------------|-------------|-----------|-------------|-----------|------------|------------------------|
|                        | Tidak Depresi |             | Depresi   |             | f         | %          |                        |
|                        | f             | %           | f         | %           | f         | %          |                        |
| Rendah                 | 39            | 42,9        | 7         | 7,6         | 46        | 50         | 0,018                  |
| Tinggi                 | 29            | 31,5        | 17        | 18,5        | 46        | 50         |                        |
| <b>Total</b>           | <b>68</b>     | <b>73,9</b> | <b>24</b> | <b>26,1</b> | <b>92</b> | <b>100</b> |                        |

Hasil penelitian menunjukkan hasil uji *Chi-Square* didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,018 lebih kecil dari 0,05, artinya H0 ditolak dan Ha diterima sehingga penelitian ini membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara *social media addiction* dengan tingkat depresi pada remaja.

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Social Media Addiction Berdasarkan Jenis Kelamin dan Media Sosial Yang Sering Digunakan (n=92)**

| Jenis Kelamin | Media Sosial | Social Media Addiction |      |        |      | Total |      |
|---------------|--------------|------------------------|------|--------|------|-------|------|
|               |              | Rendah                 |      | Tinggi |      | f     | %    |
|               |              | f                      | %    | f      | %    |       |      |
| Laki-laki     | Instagram    | 22                     | 23,9 | 15     | 16,3 | 37    | 40,2 |
|               | Perempuan    | 24                     | 26,1 | 31     | 33,7 | 55    | 59,8 |
| Perempuan     | Instagram    | 22                     | 23,9 | 23     | 25,0 | 45    | 48,9 |
|               | Facebook     | 0                      | 0,0  | 1      | 1,1  | 1     | 1,1  |
|               | Line         | 3                      | 3,3  | 0      | 0,0  | 3     | 3,3  |
|               | WhatsApp     | 21                     | 22,8 | 22     | 23,9 | 43    | 46,7 |
|               | Instagram    | 22                     | 23,9 | 23     | 25,0 | 45    | 48,9 |

Hasil menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *social media addiction* tertinggi yaitu remaja perempuan pada kategori rendah sebanyak 26,1% dan pada kategori tinggi sebanyak 33,7%.

Remaja yang menggunakan *Instagram* Berdasarkan hasil penelitian juga merupakan remaja yang paling banyak menunjukkan usia responden berada mengalami *social media addiction*, yaitu pada rentang usia 15-17 tahun dengan kategori rendah sebanyak 23,9% dan tingginya distribusi usia tertinggi ada pada usia 16 tahun (65,2%). Pada rentang usia ini

**Tabel 6** Distribusi Frekuensi Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin dan Media Sosial Yang Sering Digunakan (n=92)

|                      |           | Depresi       |      |         |      | Total |      |
|----------------------|-----------|---------------|------|---------|------|-------|------|
|                      |           | Tidak Depresi |      | Depresi |      | f     | %    |
|                      |           | f             | %    | f       | %    |       |      |
| <b>Jenis Kelamin</b> | Laki-laki | 26            | 28,3 | 11      | 12,0 | 37    | 40,2 |
|                      | Perempuan | 42            | 45,7 | 13      | 14,1 | 55    | 59,8 |
| <b>Media Sosial</b>  | Instagram | 37            | 40,2 | 8       | 8,7  | 45    | 48,9 |
|                      | Facebook  | 0             | 0,0  | 1       | 1,1  | 1     | 1,1  |
|                      | Line      | 2             | 2,2  | 1       | 1,1  | 3     | 3,3  |
|                      | WhatsApp  | 29            | 1,5  | 14      | 15,2 | 43    | 46,7 |
|                      | Instagram | 37            | 40,2 | 8       | 8,7  | 45    | 48,9 |

Hasil menunjukkan bahwa remaja yang tidak mengalami depresi tertinggi adalah remaja perempuan sebanyak 45,7% dan remaja yang mengalami depresi tertinggi juga remaja perempuan sebanyak 14,1%. Hal ini bisa disebabkan karena perempuan memiliki hormon estrogen yang dapat mempengaruhi suasana hati sehingga perempuan akan cenderung lebih peka sehingga perempuan cenderung lebih mudah terkena depresi (Wetarini & Lesmana, 2018). Selain itu remaja yang menggunakan *WhatsApp* merupakan remaja yang paling banyak mengalami depresi yaitu sebanyak 15,2%.

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

tingkat kecanduan media sosial pada remaja akan meningkat dibandingkan dengan usia 14 tahun dan akan kembali turun pada usia 18 tahun (Kirik et al., 2015).

Jenis kelamin menunjukkan bahwa pengguna media sosial terbanyak adalah remaja perempuan sebanyak 55 responden (59,8%). Menurut seorang psikolog Muhammad Uyun, aktifnya

perempuan di media sosial didasari oleh sifat yang dimiliki oleh perempuan, perempuan sangat senang diperhatikan oleh orang lain dan refleksi dari sifat ini adalah dengan aktif di media sosial (Permana, 2016). Huang et al., (2009) dalam Hartinah et al., (2019) menyatakan bahwa perempuan cenderung lebih buruk dalam menggunakan media sosial dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini disebabkan karena perempuan memiliki tingkat narsisme yang tinggi dalam menggunakan media sosial.

Berdasarkan jenis penggunaan media sosial yang sering digunakan yaitu Instagram sebanyak 45 responden (48,9%), WhatsApp sebanyak 43

responden (46,7%), Line sebanyak 3 responden (3,3%), dan distribusi terendah adalah Facebook sebanyak 1 responden (1,1%).

### ***Social Media Addiction Pada Remaja***

Pada penelitian ini menunjukkan tingkat kecanduan penggunaan sosial media sama rata dengan remaja yang tidak mengalami kecanduan hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aprilia et al., (2020) yang menunjukkan bahwa sebanyak 51,4% siswa di SMAS Plus Al-Falah mengalami kecanduan media sosial pada kategori rendah. Menurut teori remaja mampu mengontrol penggunaan media sosial walaupun setiap hari mereka mengakses media sosial, sehingga media sosial tidak mempengaruhi kegiatan lain dalam kesehariannya.

Penelitian yang dilakukan Pertiwi & Hidayati (2018) menunjukkan hasil yang berbeda yaitu sebanyak 100% siswa SMA Muhammadiyah 1 Kecamatan Candisari Kota Semarang mengalami kecanduan media sosial pada kategori rendah. Penelitian lain yang dilakukan Nurhusni (2017) justru mengemukakan bahwa tingkat kecanduan media sosial pada remaja berada pada kategori sedang yaitu sekitar 66,0%. Penelitian yang dilakukan (Azizan, 2016) juga

menunjukkan bahwa tingkat kecanduan media sosial pada siswa di SMKN 1 Bantul berada pada kategori sedang sebanyak 84%. Hal ini terjadi karena rendahnya kepercayaan diri remaja dalam mengekspresikan diri di kehidupan nyata sehingga membuat remaja lebih memilih untuk mengekspresikan diri di media sosial.

Pebedaan hasil penelitian bisa disebabkan oleh kontrol diri yang dimiliki oleh remaja. Kontrol diri merupakan kecakapan individu dalam membaca situasi diri dan lingkungan serta kemampuan mengontrol perilaku. Hidayat (2004) dalam Istri & Asyanti (2017) menyatakan bahwa pengguna internet yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengatur perilaku mereka secara online sehingga tidak akan mudah tenggelam dalam internet dan hanya menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan.

Dari hasil penelitian ini juga didapatkan bahwa remaja perempuan merupakan remaja yang paling banyak mengalami *social media addiction*, yaitu pada kategori rendah sebanyak 26,1% dan kategori tinggi sebanyak 33,7%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hartinah et al., (2019) bahwa remaja perempuan cenderung lebih

buruk dalam menggunakan media sosial dibandingkan dengan laki-laki. Penelitian juga membuktikan remaja yang menggunakan *Instagram* menyebabkan *social media addiction*, hal ini karena rendahnya regulasi diri yang dimiliki oleh remaja (Sifa, 2018).

### **Depresi Pada Remaja**

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa distribusi depresi dari 92 responden mayoritas berada pada kategori tidak depresi sebanyak 73,9%. Hal ini membuktikan bahwa kejadian depresi remaja sangat rendah. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Woods & Scott (2016) yang menyatakan bahwa dari 467 remaja hanya 21% remaja yang mengalami depresi rendah.

Kejadian depresi pada remaja disebabkan oleh banyak faktor beberapa penelitian menggambarkan depresi remaja di akibatkan oleh penolakan, baik dalam keluarga, lingkungan dan sosial, pengalaman hidup yang tidak menyenangkan. Stresor yang dialami remaja dapat memunculkan remaja mengalami gejala negatif (Istri & Asyanti, 2017).

Depresi dapat menyebabkan remaja mengalami hal-hal seperti kehilangan minat, mudah tersinggung, pemaarah,

merasa hampa, pecandu rokok, kejadian bunuh diri, penyalahgunaan zat, menurunnya fungsi sosial, dan penurunan prestasi akademik (Praptikaningtyas et al., 2019).

### **Hubungan *Social Media Addiction* Dengan Tingkat Depresi Pada Remaja**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *social media addiction* dengan tingkat depresi pada remaja. Tingginya aktivitas remaja menggunakan social media hingga mengalami kecanduan dapat mempengaruhi kejadian depresi. Hal tersebut disebabkan banyak hal buruk yang dapat ditemui remaja diantaranya *cyberbullying* dan munculnya perasaan remaja menjadi tidak percaya diri, ragu atas kemampuan diri sendiri dan tidak memiliki perasaan tidak bersyukur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Andreassen et al., (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan media sosial dan depresi. Depresi dapat terjadi di alami oleh remaja yang mengalami SMA karena munculnya kesenjangan antara realita dan dunia maya sehingga memunculkan gejala negatif. Depresi

juga diakibatkan karena adanya faktor dari psikososial.

Penelitian Budury et al., (2019) juga membuktikan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh terhadap kejadian depresi pada remaja. Dimana dalam penggunaan sosial media tidak terdapat aturan, sehingga pengguna dapat bebas membagikan foto, video, cerita dan aktivitas untuk menunjukkan popularitas diri. Penelitian Jaya (2016) membuktikan SMA memunculkan perasaan membandingkan diri sendiri dengan orang lain, melihat kelemahan diri dibandingkan dengan kelebihan. Hal ini menjadikan stressor baru bagi remaja yang intensitas penggunaan sosial media sangat tinggi atau disebut mengalami kecanduan.

Kecanduan menggunakan sosial media pada remaja akan menjadikan remaja mengalami insecure, menghadapi banyak pengalaman negative dari interaksi sosial seperti *cyberbullying*, sehingga dapat mengarahkan pada kejadian depresi. (Hartinah et al., 2019) Selain itu seorang remaja yang mengalami depresi akan menunjukkan perilaku lebih sering dan aktif dalam menggunggah aktivitas di sosial mediana, ini merupakan gambaran dari perilaku depresi karena selalu

membandingkan diri dengan pengguna sosial medi lain (Budury et al., 2019).

Adanya hubungan antara *social media addiction* dengan tingkat depresi pada remaja dapat memberikan dampak pada siswa dimasa yang akan datang. Depresi pada remaja dapat menyebabkan remaja mengalami hal negatif seperti konsumsi rokok, penyalahgunaan zat, menurunnya fungsi sosial, menurunnya prestasi akademik, hingga bunuh diri (Praptikaningtyas et al., 2019).

## KESIMPULAN

Remaja yang mengalami *social media addiction* terdistribusi secara merata pada kedua kategori, kategori rendah sebanyak 50% dan kategori tinggi sebanyak 50%, dan didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *social media addiction* dengan tingkat depresi pada remaja. Remaja perempuan yang menggunakan media sosial *Instagram dan whatsapp* akan lebih besar beresiko mengalami *social media addiction*. Depresi muncul akibat dari tidak harmonis interasi sosial pada remaja , perasaan membandingkan diri, sehingga dapat memunculkan gejala negativepadaremaja.

## DAFTAR PUSTAKA

Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Mazzoni, E., Billieux, J.,



- Demetrovics, Z., & Pallesen, S. (2016). The Relationship Between Addictive Use of Social Media and Video Games and Symptoms of Psychiatric Disorders: A Large-Scale Cross-Sectional Study. *Psychology of Addictive Behaviors, 30*(2).
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Journal of Nursing Care, 3*(1).
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2018). *Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia*.
- Azizan, H. (2016). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Ketergantungan Media Sosial Pada Siswa di SMK Negeri 1 Bantul. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling, 6*(5).
- Budury, S., Fitriyani, A., & Khamida. (2019). Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Depresi, Kecemasan dan Stres Pada Mahasiswa. *Bali Medika Jurnal, 6*(2).
- Fathadhika, S., & Afriani. (2018). Social Media Engagement Sebagai Mediator Antara Fear Missing Out Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi, 2*(3).
- Gonden, R. (2019). *Social Media Linked to Increase in Depression Among Teens, Young Adults*. Healthline. <https://www.healthline.com/health-news/social-media-linked-to-mental-health-disorders-in-igen-generation>
- Hanprathet, N., Manwong, M., Khumsri, J., Yingyeun, R., & Phanasathit, M. (2015). Facebook Addiction and Its Relationship with Mental Health among Thai High School Students. *J Med Assoc Thai, 98*, S81–S90.
- Hartinah, S., Sriati, A., & Kosasih, C. E. (2019). Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan BSI, 7*(1).
- Istri, D., & Asyanti, S. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa SMK. *Prosiding SEMNAS Penguatan Individu Di Era Revolusi Informasi*.
- Jaya, S. P. (2016). *Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial Dengan Depresi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Diponegoro.
- Kirik, A. M., Arslan, A., Çetinkaya, A., & Gul, M. (2015). A Quantitative

- Research on the Level of Social Media Addiction among Young People in Turkey. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3(3).
- Lestari, Y. M., Dewi, S. Y., & Chairani, A. (2020). Hubungan Alexithymia dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di Jakarta Selatan. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 1(2).
- Lin, L. yi, Sidani, J. E., Shensa, A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J. B., Hoffman, B. L., Giles, L. M., & Primack, B. A. (2016). Association Between Social Media Use And Depression Among U.S. Young Adults. *Depression And Anxiety*, 33, 323–331.
- Natalova, T. (2019). *Studi: Depresi Akibat Media Sosial Lebih Buruk pada Remaja Perempuan*. Medcom.Id. <https://www.medcom.id/rona/kesehatan/4ba2a0Zk-studi-depresi-akibat-media-sosial-lebih-buruk-pada-remaja-perempuan>
- Nurhusni, P. A. (2017). Profil Penyesuaian Sosial Remaja yang Mengalami Kecanduan Facebook. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2).
- Permana, R. (2016). *Perempuan Lebih Aktif di Media Sosial, Ini Alasannya*. Sripoku.Com. <https://palembang.tribunnews.com/2016/05/09/perempuan-lebih-aktif-di-media-sosial-ini-alasannya>
- Pertiwi, S. A. B., & Hidayati, E. (2018). Kecanduan Media Sosial terhadap Motivasi Belajar pada Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Kecamatan Candisari Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 7(2).
- Praptikaningtyas, A. A. I., Wahyuni, Sri, A. A., & Aryani, L. N. A. (2019). Hubungan Tingkat Depresi Pada Remaja Dengan Prestasi Akademis Siswa SMA Negeri 4 Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 8(7).
- Sifa, I. A. M. (2018). *Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Siswa SMK Jaya Wisata Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Triastuti, E., Adrianto, D., & Nurul, A. (2017). *Kajian Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Anak Dan Remaja*. PUSKAKOM.
- Wetarini, K., & Lesmana, C. B. J. (2018). Gambaran depresi dan faktor yang memengaruhi pada remaja yatim piatu di Denpasar. *E-Jurnal Medika*,

7(2).

Woods, H. C., & Scott, H. (2016a).

#Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49.

Woods, H. C., & Scott, H. (2016b).

#Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 41–49.