

Adiksi Media Sosial Sebagai Penyebab Harga Diri Rendah Pada Usia Dewasa Muda

Muhammad Ari Arfianto¹, Muhammad Rosyidul Ibad², Sri Widowati³, Ela Handayani⁴

^{1,2,3,4}Departemen Keperawatan Jiwa Universitas Muhammadiyah Malang

E-mail : muhammad_ari@umm.ac.id

ABSTRACT

The use of social media has increased in the last few years. Social media has a negative impact on a person's self-esteem because they make social comparisons based on what they see on social media. This study aims to examine the relationship between the level of social media use and the level of self-esteem in young adults. The study used a cross-sectional approach, and the population in this study was college students (19-20 years old) in Malang, Indonesia. The sample consisted of 96 respondents, selected using purposive sampling. Respondents filled out the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) questionnaire and the Coopersmith Self-esteem Inventory (CSEI). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test in SPSS. The results showed that 57.3% of respondents were at the alert category level of social media use, and 63.5% of respondents had very low self-esteem. The correlation test showed a negative relationship between social media use and self-esteem (p -value = 0.044; r = -0.206). The strength of the relationship is weak and has a negative direction, meaning that the higher the level of social media use, the lower the self-esteem level will be. Alert-level social media use among young adults has an effect on low levels of self-esteem.

Keywords: Self-esteem, Social media, Young adults

ABSTRAK

Penggunaan media sosial semakin meningkat sejak beberapa tahun terakhir. Media sosial memiliki dampak negatif pada harga diri seseorang karena mereka melakukan perbandingan sosial berdasarkan hal-hal yang mereka lihat di media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara tingkat pemakaian media sosial dengan tingkat *self-esteem* pada dewasa muda. Penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional*, populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa usia dewasa muda (usia 19-25 tahun) dari sebuah perguruan tinggi di Malang Indonesia. Jumlah responden adalah 96 yang diperoleh dengan teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Responden mengisi kuesioner *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS), dan *Coopersmith Self-esteem Inventory* (CSEI). Data dianalisis menggunakan SPSS uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 57.3% responden pada tingkat pemakaian media sosial kategori *alert* dan 63.5% responden pada tingkat *self-esteem* kategori sangat rendah. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara pemakaian media sosial dan *self-esteem* (p -value = 0,044; r = -0,206). Kekuatan hubungan penelitian ini lemah dan memiliki arah hubungan negatif, berarti semakin tinggi tingkat pemakaian media sosial maka *self-esteem* akan menurun. Pemakaian media sosial pada usia dewasa muda pada tingkat *alert*, dan berpengaruh pada tingkat *self-esteem* yang rendah.

Kata Kunci: Dewasa muda, Harga diri, Media sosial

PENDAHULUAN

Media sosial merupakan bagian dari kehidupan manusia modern. Di berbagai negara sudah terlibat dan terhubung dengan teknologi web dan *platform* media sosial (Alalwan et al., 2017). Media sosial bukan hanya digunakan sebagai media rekreasi namun juga digunakan untuk menunjang kegiatan sosial ekonomi, pekerjaan, pendidikan dan lain-lain. Layanan jejaring media sosial mempunyai banyak fitur salah satunya adalah untuk mengunggah konten seperti profil, aktivitas atau bahkan pendapat pengguna, serta digunakan sebagai media untuk berkomunikasi dan interaksi dalam dunia maya (Nasrullah, 2015). Hasil survei yang dilakukan Hootsuite menyatakan bahwa pertumbuhan pengguna internet di Indonesia mengalami peningkatan. Jika dibandingkan dengan pengguna internet di pada 2019, terjadi peningkatan signifikan pada tahun 2020. Pada tahun 2020, pengguna internet meningkat sebanyak 17% populasi penduduk Indonesia atau sekitar lebih dari 25 juta jiwa. Penggunaan internet di Indonesia rata-rata pada durasi 8 jam. Sedangkan durasi penggunaan media sosial sekitar 3 jam per hari. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa total populasi yang aktif menggunakan media sosial sebanyak 160 juta jiwa atau 59% dari total penduduk di Indonesia. Menurut data Hootsuite, terdapat beberapa konten media sosial yang sering digunakan seperti youtube (88%), whatsapp

(84%), facebook (82%), Instagram (79%), twitter (56%), dan line (50%) (Hootsuite, 2020). Selain itu, peningkatan penggunaan media sosial juga dipicu oleh pandemi Covid-19 selama tahun 2020-2021. Hal ini juga dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa terdapat peningkatan tajam sebesar 20% dalam lalu lintas web pada 2020. Menurut survei Indeks Web Global, kira-kira seperempat dari Facebook AS dan Inggris dan Pengguna Twitter telah meningkatkan penggunaan media sosial platform ini di 2020. Stay at home atau perintah karantina kemungkinan akan meningkatkan konsumsi media digital karena orang-orang menghabiskan lebih banyak waktu di rumah dan sedikit waktu berkomunikasi tatap muka (Wiederhold, 2020).

Penggunaan media sosial mempunyai dampak positif dan negatif. Media sosial dapat menjadi sebuah inovasi perkembangan pembelajaran dalam pendidikan, media sosial juga menjadi inovasi bidang ekonomi (Fitri, 2017). Meskipun teknologi memberikan banyak manfaat bagi manusia, namun kemajuan teknologi juga mempunyai pengaruh negatif. Penelitian lainnya menunjukkan 48,6% remaja memiliki kecanduan media sosial yang tinggi (Aprilia, 2020). Kecanduan pada media sosial menurut penelitian sebelumnya menunjukkan korelasi dengan perubahan konsep diri. sebagian besar pengguna media sosial

menggunakannya untuk menunjukkan eksistensi dirinya pada orang lain. Pengguna berharap orang lain dapat melihat dirinya dan mendapatkan pengakuan lebih dari sosialnya. Respon positif dari orang lain akan meningkatkan *self esteem*. Misalnya, ketika pengguna media sosial menerima respon dari orang lain berupa tanda “like”, hal ini mampu membuat mereka merasa berharga sehingga *self-esteem*-nya pun akan meningkat (Jiao, 2016). Konten yang dipublikasi oleh seseorang dapat dibagikan ulang oleh banyak pengguna lain. Ketika hal ini terjadi maka namanya akan dikenal orang banyak (Poole, 2016). Sebaliknya, respon negatif yang diterima dari media sosialnya akan memicu menurunkan *self esteem* pemiliknya.

Self-esteem adalah perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan melalui sikap-sikap seseorang terhadap dirinya (Coopersmith, 1967). *Self-esteem* memiliki dampak penting pada kesehatan jiwa selama masa remaja dan dewasa. Misalnya, terdapat hubungan signifikan antara harga diri yang lebih tinggi dan hasil yang positif, seperti keberhasilan pekerjaan, hubungan sosial yang baik dengan teman sebaya, prestasi akademik, dan mekanisme koping yang baik. Harga diri yang rendah secara kausal terkait dengan depresi, substansi pelecehan, perilaku antisosial, dan bunuh diri (Nguyen, 2019). Orang dengan harga diri rendah, evaluasi harga diri yang negatif, menunjukkan bias kognitif yang

dianggap berkontribusi menjadi citra diri yang negatif. Mereka yang harga dirinya rendah memiliki anggapan bahwa orang lain akan melihatnya dalam perspektif negatif. Perasaan harga diri mereka lebih responsif terhadap umpan balik sosial. Pandangan diri negatif yang terus-menerus dan ketidakstabilan dalam perasaan harga diri mengacu pada onset dan pemeliharaan gangguan kejiwaan, termasuk depresi, kecemasan, dan psikosis (Will, 2020). Hubungan antara harga diri rendah dan depresi sering berkaitan (Zhou, 2018).

Selama transisi ke masa dewasa muda, *self-esteem* meningkat saat individu mendapatkan pencapaian yang meningkat di sekolah dan pekerjaan, serta terus berkembang dan memperdalam ikatan sosial mereka dengan orang lain (Chung et al., 2017). Berdasarkan tahapan perkembangan psikososial Erikson, dewasa awal berada dalam tahap *intimacy vs isolation*. Dewasa awal yang tidak bisa atau takut menjalin komitmen dengan orang lain akan terisolasi dan menarik diri (Marizka et al., 2019). Media sosial dijadikan sebagai jalan keluar untuk mengeksplorasi identitas melalui umpan balik dari orang sekitar dan memperkuat sebuah hubungan dengan masyarakat (Pandey, 2017). Khususnya usia dewasa muda yang mendapat kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi menghadapi kendala-kendala tertentu, seperti hidup mandiri jauh dari keluarga, membuat

lingkaran pertemanan baru, ketakutan akan kesepian, masalah keuangan, membiasakan diri dengan kehidupan asrama, mengatur anggaran dan waktu, dan kecemasan tentang profesi di masa depan, meskipun ada penghargaan tertentu seperti kepuasan penerimaan di lingkungan mereka (Hic, durmaz, 2017).

Usia dewasa muda, memenuhi potensi diri mereka dan berkontribusi penuh dalam kehidupannya adalah hal yang sangat penting dan termasuk dalam kebutuhan kesehatan psikologis mereka. Menentukan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental usia dewasa muda, pikiran, dan harga diri sangat penting untuk merencanakan dan menyediakan layanan kesehatan mental yang ditujukan kepada usia dewasa muda. Dengan cara ini, risiko dapat ditemukan, masalah dapat didiagnosis lebih awal, dan intervensi optimal untuk masalah tersebut dapat dilakukan (Hic, durmaz, 2017). Studi menunjukkan bahwa pengalaman usia dewasa muda lebih banyak masalah psikologis dan kesulitan penyesuaian daripada orang seusianya, yang tidak melanjutkan sekolah ke perguruan tinggi. Mereka diharapkan dapat memenuhi tuntutan akademis, yang secara signifikan lebih tinggi daripada di sekolah menengah, dan jauh lebih mandiri di sekolah tinggi (Kurtović, 2018).

Ada beberapa penelitian yang menunjukkan dampak dari *low self-esteem* pada usia dewasa muda di universitas. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Younes et al., 2016), menunjukkan bahwa *self-esteem* berhubungan secara signifikan dengan kecanduan internet serta profil psikologis usia dewasa muda. Penurunan *self-esteem* terkait dengan peningkatan insomnia, kecemasan, depresi, stres dan potensi kecanduan internet. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh (Batool et al., 2017) dengan responden penelitian dari mahasiswa yang berada di rentang usia dewasa muda ilmu sosial, menunjukkan bahwa *self-efficacy* akademik berfungsi sebagai mediator antara *self-esteem* dan prokrastinasi akademik. *Self-esteem* tampaknya berfungsi sebagai mekanisme pengaturan akademik mandiri yang juga membantu dalam mengurangi prokrastinasi akademik. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Naeimi et al., 2016) *low self-esteem* dan pendidikan orang tua yang lebih tinggi dapat meningkatkan risiko gangguan makan dan ketidakpuasan citra pada tubuh. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat pemakaian media sosial dengan tingkat *self-esteem* pada usia dewasa muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa dari sebuah perguruan tinggi di

Kota Malang Indonesia yang berjumlah 1040. Metode sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Jumlah responden penelitian ini 96 responden. Kriteria yang inklusi yang digunakan adalah berusia 19-25 tahun, mempunyai akun media social dan bersedia menjadi responden penelitian. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat kecanduan media sosial, variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat *self-esteem*. Pengambilan data dilakukan pada bulan September 2021.

Instrumen penelitian yang akan digunakan ada penelitian ini menggunakan instrument *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) untuk mengukur variable independen dan *Coopersmith Self-esteem Inventory* (CSEI) untuk mengukur variable dependen. BSMAS terdiri dari 18 item pertanyaan, setiap item dijawab pada skala Likert 5 poin mulai dari yang sangat jarang (1) hingga sangat sering (5). Skor ≥ 80 termasuk kedalam kategori kecanduan, rentang 50 sampai dengan 79 termasuk kedalam kategori *alert*, dan ≤ 50 maka termasuk kedalam kategori normal (Andreassen et al., 2016). Instrument CSEI karena kelebihan pada skala ini adalah sering digunakan dan mendeskripsikan 4 aspek (Suhron, 2019). Hasil skor untuk *self-esteem* laki-laki, sangat rendah ≤ 33 , cukup rendah ≤ 36 , rata-rata 37-43, cukup tinggi ≥ 44 , dan sangat tinggi ≥ 47 . Kemudian untuk skor *self-esteem* perempuan, sangat rendah ≤ 32 , cukup

rendah ≤ 35 , rata-rata 36-42, cukup tinggi ≥ 43 , dan sangat tinggi ≥ 46 (Ryden 1978). Analisa data penelitian ini akan dilakukan dengan uji spearman rank dengan menggunakan SPSS 20. Penelitian telah memenuhi uji etik dengan nomer E.5.a/056/KEPK-UMM/IV/2021.

HASIL

Tabel 1 Karakteristik Demografi Responden

Karakteristik	F (N=96)	%
Usia (mean, SD)	20,35	1,248
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	14,6%
Perempuan	82	85,4%
Medsos yang Sering Digunakan		
Youtube	66	68,7%
Facebook	11	11,4%
Instagram	78	81,2%
Whatsapp	90	93,7%
Twitter	12	12,5%
Telegram	13	13,5%
Tiktok	37	38,5%
Line	15	15,6%

Diketahui bahwa rerata usia responden adalah 20,35 tahun, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, rerata waktu yang menggunakan medias sosial adalah 8,58 jam, media sosial yang paling sering digunakan adalah *whatsapp* yaitu sebesar 93,7%.

Tabel 2 Hasil Tingkat Pemakaian Media Sosial dan self esteem responden

Variabel	F	%	Mean
(N=96)			
Kategori			
Pemakaian			
Media Sosial			
Normal	41	42,7%	
Alert	55	57,3%	51,84
Addict	0	0	
Kategori Self Esteem			28,45
Sangat Rendah			
Sangat Rendah	61	63,5%	
Cukup Rendah			
Cukup Rendah	20	20,8%	
Sedang			
Sedang	15	15,6%	
Cukup Tinggi			
Cukup Tinggi	0	0%	
Tinggi			
Sangat Tinggi	0	0%	
<i>Spearman rank correlations</i>			
<i>p value (R)</i>		0,044	
		(0,206)	

Tingkat Pemakaian Media Sosial pada tingkat *alert*, sedangkan tingkat self esteem pada tingkat cukup rendah. Hasil uji hubungan pemakaian media sosial dengan Tingkat *Self-Esteem* didapatkan hasil nilai *p value* sebesar 0,044 sehingga terdapat hubungan signifikan antara variabel pemakaian media sosial dan tingkat *self-esteem* dengan tingkat kekuatan hubungan lemah, dan arah hubungan negatif

($R=-0,206$), artinya jika pemakaian media sosial semakin tinggi maka tingkat *self-esteem* semakin rendah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar berada pada kategori *alert* yaitu sebesar 57,3%. Fenomena adiksi ini juga terjadi pada penelitian sebelumnya. Hampir tiga perempat pengguna ponsel pintar yang berusia dewasa mengakses internet setidaknya sekali sehari dan 76% dari mereka mengakses situs jejaring sosial (mis., *Facebook*, *Twitter*) setiap kali mereka *online* (Pew Research Center, 2016). Selain penggunaan media sosial, aktivitas internet lain yang umum adalah *game online* (Leung et al., 2020). Berdasarkan hal tersebut, usia dewasa muda menggunakan media sosial cukup sering, didukung pula dengan hasil penelitian ini bahwa rata-rata waktu yang dihabiskan di media sosial sebanyak 8-9 jam. Hingga saat ini, studi tentang hubungan antara media sosial dan harga diri telah mengungkapkan bahwa mereka yang menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial melaporkan tingkat harga diri yang lebih rendah (Ingólfssdóttir, 2017). Berdasarkan penjabaran tersebut, menunjukkan bahwa lama waktu yang dihabiskan di media sosial berhubungan dengan *self-esteem* seseorang. Hasil penelitian juga didapatkan bahwa tingkat *self-esteem* pada usia dewasa muda sebagian besar berada pada kategori *self-esteem* sangat rendah yaitu sebesar

63,5%. Hal ini bertolak belakang dari teori yang dikemukakan oleh (Chung et al. 2017) bahwa selama transisi ke masa dewasa muda, *self-esteem* meningkat saat individu mendapatkan pencapaian yang meningkat di sekolah dan pekerjaan. Berdasarkan hal tersebut, menunjukkan bahwa ada faktor lain yang menyebabkan tingkat *self-esteem* individu pada dewasa muda menjadi rendah. Hasil uji hubungan tingkat pemakaian media sosial terhadap tingkat *self-esteem* pada responden didapatkan hasil nilai signifikan atau sig.(2-tailed) sebesar 0,044 dimana hasil tersebut lebih kecil dari 0,05 maka artinya H_1 diterima sehingga ada hubungan yang signifikan (berarti) antara variabel pemakaian media sosial dengan *self-esteem*. Untuk tingkat keeratan atau tingkat kekuatan hubungan variable pemakaian media sosial dengan tingkat *self-esteem* didapat hasil -0,206 dimana kedua variabel dinyatakan memiliki tingkat kekuatan atau keeratan hubungan yang lemah. Dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa jenis hubungan didapatkan hasil negatif yaitu -0,206 dimana hal tersebut menyatakan bahwa hubungan kedua variabel bersifat tidak searah yang artinya apabila skor pemakai media sosial meningkat maka skor tingkat *self-esteem* akan menurun, begitu juga sebaliknya.

Salah satu elemen media sosial adalah *stream* (atau *feed*), yang merupakan kumpulan konten yang terlihat di halaman beranda *platform* media sosial (Bayer et al., 2019). Orang-orang

memiliki keinginan yang kuat untuk memahami konsekuensi dari sebuah bencana tampaknya memenuhi kebutuhan ini dengan pergi ke informasi otentik dan pribadi (misalnya video pendek, blog yang mendokumentasikan sebuah kejadian). Hal ini dapat membuka kesempatan bagi penularan emosi karena viewers dapat mengamati dan merasakan emosi negatif yang diekspresikan melalui media sosial (Zhao & Zhou, 2020). Misalnya, orang dengan paparan media sosial menggambarkan emosi negatif seperti kesedihan, kesedihan, kasih sayang, keterkejutan, dan mati rasa dalam situasi bencana. Respons empatik seperti itu dikombinasikan dengan paparan penderitaan yang berkepanjangan dapat berkontribusi pada timbulnya STS (*secondary traumatic stress*) (Ludick & Figley, 2017).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat harga diri yang lebih rendah dibandingkan laki-laki (Ingólfssdóttir, 2017). Sebuah studi skala besar terhadap 23.592 pengguna media sosial (Facebook, Instagram, dan Twitter), menunjukkan bahwa perempuan memiliki kecanduan penggunaan media sosial, narsisme yang tinggi, dan *self-esteem* rendah (Andreassen et al., 2017). Sejalan dengan penjabaran di atas, menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami *self-esteem* rendah dibandingkan laki-laki. *Self-esteem* di

masa dewasa muda berkaitan dengan kejadian depresi seseorang selama tahap kehidupan selanjutnya (Park & Yang, 2017). Perbandingan sosial dianggap sebagai faktor yang memengaruhi tingkat *self-esteem* yang rendah (Stapleton, 2017). Saat orang menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial, mereka mengunjungi profil orang lain dan mereka mulai iri pada individu tertentu yang menurut mereka lebih unggul dari yang mereka capai saat ini. Perbandingan sosial yang dibuat dengan menggunakan situs jejaring sosial contohnya seperti Facebook, instagram, twitter dan lain-lain sering kali membuat orang merasa lebih buruk tentang kehidupan mereka. Pada akhirnya seseorang memiliki *self-esteem* yang rendah (Jan, 2017).

Hasil penelitian ini memiliki tingkat hubungan yang lemah dan nilai signifikan yang mendekati alfa. Dapat dianalisis bahwa terdapat beberapa faktor perancu yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Perez-Gramaje et al., 2020) mengenai hubungan *parenting styles* pada *self esteem* remaja. Pada hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *lack of warmth* atau kurangnya kehangatan dalam hubungan orang tua dan anak terhadap *self esteem* mereka. Pada penelitian lain yang meneliti tentang hubungan antara kepercayaan irasional pada *self esteem* mahasiswa universitas yang mengalami *late*

blindness. Didapatkan bahwa persepsi dan kepercayaan terhadap diri dan situasi berhubungan dengan *self esteem* secara signifikan (Onuigbo et al., 2020). Sementara pada penelitian yang dilakukan oleh (salsabila, 2020) membuktikan bahwa peran ayah memiliki hubungan signifikan terhadap *self esteem* mahasiswa di Universitas, namun tingkat hubungan lemah.

Salah satu faktor lainnya adalah pengambilan data dilakukan pada saat pandemi, meskipun penggunaan media sosial yang berlebihan diketahui sangat adiktif karena dasar psikologis, sosial dan neurobiologisnya, namun selama kondisi pandemi belum jelas apakah penggunaan media sosial secara kompulsif ini hanya sebuah fase dan mekanisme koping atau indikasi perilaku adiktif yang memiliki implikasi kesehatan mental (Singh et al., 2020). Oleh karena itu perlu adanya penelitian lanjutan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara bentuk mekanisme koping dengan perilaku penggunaan media sosial. Hal ini penting untuk diteliti karena pada era modern penggunaan media sosial tidak hanya sebagai kebutuhan hiburan, tetapi juga sebagai perangkat pendidikan, sosial, ekonomi, politik dan lain sebagainya. Sebagian individu mengakses media sosial dalam durasi lama ternyata bukan karena adiksi tetapi karena tuntutan profesi atau pekerjaan mereka.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan signifikan antara pemakaian media sosial dengan Tingkat *Self-Esteem* pada usia dewasa muda, dengan tingkat kekuatan hubungan lemah, dan arah hubungan negatif. Pemakaian media sosial semakin tinggi maka tingkat *self-esteem* semakin rendah. Nilai korelasi lemah mengindikasikan bahwa pemakaian media sosial bukan merupakan faktor utama yang mempengaruhi *self esteem* dewasa muda. Terdapat faktor lainnya yang mungkin lebih mempunyai hubungan erat dengan tingkat *self esteem*. Faktor tersebut perlu diteliti sehingga tenaga kesehatan dapat menentukan solusi peningkatan *self esteem* pada usia dewasa muda.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Universitas Muhammadiyah Malang yang mendukung pemberian dana dan ijin penelitian.

REFERENSI

- Alalwan, A. A., Rana, N. P., Dwivedi, Y. K., & Algharabat, R. (2017). Social media in marketing: A review and analysis of the existing literature. *Telematics and Informatics*, *34*(7), 1177–1190. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2017.05.008>
- 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), 252–262.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, *64*, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Aprilia, R. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *JNC*, *3*(1), 41–53.
- Batool, S. S., Khursheed, S., & Jahangir, H. (2017). Academic procrastination as a product of low self-esteem: A mediational role of academic self-efficacy. *Pakistan Journal of Psychological Research*, *32*(1), 195–211.
- Bayer, J. B., Triêu, P., & Ellison, N. B. (2019). Annual Review of Psychology Social Media Elements, Ecologies, and Effects. *Annual Review Of Psychology*, 1–27.
- Chung, J. M., Hutteman, R., van Aken, M. A. G., & Denissen, J. J. A. (2017). High, low, and in between: Self-esteem development from middle childhood to young adulthood. *Journal of Research in Personality*, *70*, 122–133. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.07.001>
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. Freeman & Co.

- Daulay, R. S. (2020). Manfaat Teknologi Smartphone Di Kalangan Pelajar Sebagai Akses Pembelajaran Di Masa Pandemi Corona-19. *JURNAL PENDIDIKAN ISLAM*, 1(1), 29–43. <https://doi.org/10.30596%2Falulum.v1i1.3>
- Fitri, S. (2017). Dampak Positif dan Negatif Sosial Media Terhadap Perubahan Sosial Anak. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 118–123.
- Handarini, O. I. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.
- Hic, durmaz, D. (2017). Predictors of Mental Health Symptoms, Automatic Thoughts, and Self-Esteem Among University Students. *Psychological Reports*, 1–20. <https://doi.org/10.1177/0033294117707945>
- Hootsuite and We Are Social. (2020). *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2020*.
- Ingólfssdóttir, H. R. (2017). The relationship between social media use and self-esteem: gender difference and the effects of parental support. *Icelandic Centre for Social Research and Analysis*, 1–22.
- Jan, M. (2017). Impact of Social Media on Self-Esteem. *European Scientific Journal*, 13(23), 329–341. <https://doi.org/10.19044/esj.2017.v13n23>
- Jiao, Y. (2016). Social value and content value in social media: Two paths to psychological well-being. *Journal of Organizational Computing and Electronic Commerce*, 27(1), 3–24. <https://doi.org/10.1080/10919392.2016.1264762>
- Kurtović, A. (2018). The Effect of Locus of Control on University Students' Mental Health: Possible Mediation through Self Esteem and Coping. *The Journal of Psychology*, 152 (6), 341–357.
- Leung, H., Pakpour, A. H., Strong, C., Lin, Y. C., Tsai, M. C., Griffiths, M. D., Lin, C. Y., & Chen, I. H. (2020). Measurement invariance across young adults from Hong Kong and Taiwan among three internet-related addiction scales: Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS), Smartphone Application-Based Addiction Scale (SABAS), and Internet Gaming Disorder Scale-Short. *Addictive Behaviors*, 101. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.04.027>
- Ludick, M., & Figley, C. R. (2017). Toward a mechanism for secondary trauma induction and reduction: Reimagining a theory of secondary traumatic stress. *Traumatology*, 23(1), 112–123. <https://doi.org/10.1037/trm0000096>
- Marizka, D. S., Maslihah, S., & Wulandari, A. (2019). Bagaimana self-compassion memoderasi pengaruh media sosial

- terhadap ketidakpuasan tubuh? *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 56–69.
- Naeimi, A. F., Haghghian, H. K., Gargari, B. P., Alizadeh, M., & Rouzitalab, T. (2016). Eating disorders risk and its relation to self-esteem and body image in Iranian university students of medical sciences. *Eating and Weight Disorders*, 21(4), 597–605. <https://doi.org/10.1007/s40519-016-0283-7>
- Nasrullah, R. (2015). *Media sosial Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sioteknologi*. Simbiosis Rekatama Media.
- Nguyen, D. T. (2019). Low Self-Esteem and Its Association With Anxiety, Depression, and Suicidal Ideation in Vietnamese Secondary School Students: A Cross-Sectional Study. *Front. Psychiatry*, 10(1–7).
- Onuigbo, L. N., Onyishi, C. N., & Eseadi, C. (2020). Predictive Influence of Irrational Beliefs on Self-esteem of University Students with Late Blindness. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 38(4), 472–497. <https://doi.org/10.1007/s10942-020-00347-2>
- Pandey, V. (2017). Assess The Relationship Between Selfies And Self Esteem Among University Students. *Journal Of Humanities And Social Science*, 22 (12), 24–30. <https://doi.org/10.9790/0837-2212022430>
- Perez-Gramaje, A. F., Garcia, O. F., Reyes, M., Serra, E., & Garcia, F. (2020). Parenting styles and aggressive adolescents: Relationships with self-esteem and personal maladjustment. *European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2020a1>
- Pew Research Center. (2016). *Smartphone ownership and internet usage continues to climb in emerging economies*.
- Poole, E. P. & M. (2016). The popularity and virality of political social media: hashtags, mentions, and links predict likes and retweets of 2016 U.S. presidential nominees' tweets. *Social Influence*, 11(4), 259–270. <https://doi.org/10.1080/15534510.2016.1265582>
- salsabila, sayla. (2020). *Pengaruh Peran Ayah Terhadap Self Esteem Mahasiswa Di Universitas Teknologi Sumbawa*. 3(1), 24–30.
- Singh, S., Dixit, A., & Joshi, G. (2020). “Is compulsive social media use amid COVID-19 pandemic addictive behavior or coping mechanism? *Asian Journal of Psychiatry*, 54, 102290. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102290>
- Stapleton, P. (2017). Generation Validation: The Role of Social Comparison in Use of Instagram Among Emerging Adults. *CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING*, 20 (3), 142–149. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0444>

- Suhron, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem*. Mitra Wacana Media.
- Undang-Undang Kekeparantinaan Kesehatan, Pub. L. No. Pasal 59 (2020).
- Wiederhold, B. K. (2020). Social Media Use During Social Distancing. *CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING*, 23 (5), 1–2.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2020.29181>.bkw
- Will, G.-J. (2020). Neurocomputational mechanisms underpinning aberrant social learning in young adults with low self-esteem. *Translational Psychiatry*, 10 (96), 1–14.
- Younes, F., Halawi, G., Jabbour, H., Osta, N. El, Karam, L., Hajj, A., & Khabbaz, L. R. (2016). Internet addiction and relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: A cross-sectional designed study. *PLoS ONE*, 11(9), 1–13.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161126>
- Zhao, N., & Zhou, G. (2020). Social Media Use and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: Moderator Role of Disaster Stressor and Mediator Role of Negative Affect. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(4), 1019–1038.
<https://doi.org/10.1111/aphw.12226>
- Zhou, J. (2018). Longitudinal association between low self-esteem and depression in early adolescents: The role of rejection sensitivity and loneliness. *The British Psychological Society*, 1–18.
<https://doi.org/10.1111/papt.12207>