

DAFTAR PUSTAKA

BUKU

- Desmita. (2009). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Goleman, D. (2003). Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosional. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

SKRIPSI

- Mahdia, N. R. (2018). Media Sosial dan Harga Diri: Studi Korelasional pada Remaja SMA Negeri 3 Bandar Lampung (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Lampung.
- Silitonga, F. A. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Medan Area.

JURNAL

- Alini, A., & Meisyalla, L. N. (2022). Gambaran Kesehatan Mental Remaja Smpn 2 Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 6(1), 80–85.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Pilar*, 14(1), 15–31.
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja.
- Burke, M., Kraut, R., & Marlow, C. (2011). *Social capital on Facebook: Differentiating uses and users*. Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 571–580.
- Cahya, M. N., Ningsih, W., & Lestari, A. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial Pada Kecemasan Dan Depresi Remaja. *Jurnal Sosial Teknologi*, 3(8),

704–706.

Cowie, N. (2009). Observation. *Qualitative Research In Applied Linguistics: A Practical Introduction*, 165–181.

De Laurita, A., & Rusli, D. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Online Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(3).

Dewi, K. S., & Soekandar, A. (2019). Kesejahteraan Anak Dan Remaja Pada Keluarga Bercerai Di Indonesia: Reviu Naratif. *Wacana*, 11(1), 42–78.

Festinger, L. (1954). *A theory of social comparison processes*. *Human Relations*, 7(2), 117–140.

Haniza, N. (2019). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Pola Pikir, Kepribadian Dan Kesehatan Mental Manusia. *J. Komun*, 21–31.

Hamdan, M. (2022). *Pola penggunaan media sosial dalam interaksi digital mahasiswa*. *Jurnal Komunikasi Digital*, 7(2), 40–52.

Hermawan, A., & Nurohman, D. A. (2024). Menyelidiki Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja Denga Pendekatan Psikologi Perkembangan. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 2(02), 93–99.

Hurley, C. M., Costa, D. S. J., Wiesner, C. D., & Riedel, B. (2024). The emotional impact of social media exposure among university students: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 7, 101375.

Irwandika, G. (2024). Regulasi emosi dan penggunaan media sosial pada mahasiswa di era digital. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 20(2), 113–128.

Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2023). Kesehatan Mental Remaja Dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying Di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560–567.

Kumala, A. P. B., & Sukmawati, A. (2020). Dampak Cyberbullying Pada Remaja. *Alauddin Scientific Journal Of Nursing*, 1(1), 55–65.

Liana, L. (2009). Penggunaan Mra Dengan Spss Untuk Menguji Pengaruh Variabel

Lestari, P. D. (2020). *Intensitas penggunaan media sosial dan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa perguruan tinggi*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–158.

Mahdia, A. (2018). Pengaruh Konten Influencer Di Media Sosial Terhadap

- Kesejahteraan Psikologis Remaja Akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2).
- Mardhiyah, S. (2025). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan Islam*, 14(1), 22–34.
- Melina, S. A., & Herbawani, C. K. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid-19: Tinjauan Literatur. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 286–291.
- 12(1), 1–12.
- Moderating Terhadap Hubungan Antara Variabel Independen Dan Variabel Dependen. *Dinamik*, 14(2).
- Naslund, J. A., Bondre, A., Torous, J., & Aschbrenner, K. A. (2020). Social media and mental health: Benefits, risks, and opportunities for research and practice. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(3), 245–257.
- Najwa, R. (2020). *Fear of Missing Out (Takut tertinggal informasi tugas) dan pengaruhnya terhadap kecemasan pada mahasiswa pengguna aktif media sosial*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 9(1), 24–35.
- Novianti, R. (2023). *Media sosial sebagai ruang aktualisasi diri mahasiswa generasi Z*. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 5(1), 55–64.
- Osman, M., Khalid, N., & Rahman, Z. (2025). Patterns of social media use and emotional regulation among higher education students in the digital era. *Journal of Contemporary Psychology*, 12(1), 56–71.
- Pranatawijaya, V. H., Widiatry, W., Priskila, R., & Putra, P. B. A. A. (2019). Penerapan Skala Likert Dan Skala Dikotomi Pada Kuesioner Online. *Jurnal Sains Dan Informatika*, 5(2), 128–137.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L. Y., Rosen, D., Colditz, J. B., Radovic, A., & Miller, E. (2017). *Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S.* *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1–8.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out*. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848.
- Prakash, S., Thomas, K., & Lee, J. (2022). Predicting social media use intensity in late adolescence: The role of attachment to friends and fear of missing out.

Journal of Youth Studies, 25(4), 512–528.

- Purnomo, H., Taufiqurokhman, T., Jafar, N., & Uyun, Z. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Dan Interaksi Fisik Terhadap Kualitas Hidup Dan Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Di Jakarta. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(12), 1139–1150.
- Putri, A. D. (2020). *Pengaruh konsumsi konten positif di media sosial terhadap peningkatan kesejahteraan emosional mahasiswa*. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 5(1), 33–45.
- Rahmawati, F. (2020). *Media sosial sebagai sarana literasi digital dan pengembangan motivasi belajar mahasiswa*. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(2), 176–189.
- Rahardaya, A. K. (2021). Studi Literatur Penggunaan Media Sosial Tiktok Sebagai Sarana Literasi Digital Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(2), 308–319.
- Rahmawaty, F., Silalahi, R. P., Berthiana, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja: Factors Affecting Mental Health In Adolesents. *Jurnal Surya Medika (Jsm)*, 8(3), 276–281.
- Ratulangi, A. G., Kairupan, B. H. R., & Dundu, A. E. (2021). Adiksi Internet Sebagai Salah Satu Dampak Negatif Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Biomedik: Jbm*, 13(3), 251–258.
- Rahmawati, S., & Putra, A. (2024). *Intensity of social media use and social anxiety among university students*. *Indonesian Journal of Psychology*, 10(1), 22–34.
- Renggo, Y. R., & Kom, S. (2022). Populasi Dan Sampel Kuantitatif. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Kombinasi*, 43.
- Rohmatillah, N., Qomaruddin, Q., Ahmad, N. F., & Fadhilah, N. F. (2024). Pengaruh Media Sosial
- Sentri, R. S., Sutja, A., & Yusra, A. (2022). Pengaruh Kecanduan Media Sosial Terhadap Interaksi Sosial Siswa Kelas Viii & Ix Di Smp Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan*
- Sutanto, D., Harahap, R., & Lestari, N. (2023). *Intensitas penggunaan media sosial dan dampaknya pada regulasi emosi mahasiswa*. *Jurnal Psikologi*

Nusantara, 6(3), 188–197. Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Sekolah Menengah Di Indonesia.

Ta'lim: *Jurnal Studi Pendidikan Islam*, 7(1), 154–165.

World Health Organization. (2020). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. WHO Press.

Ye, Z., Zhang, S., & Liu, T. (2025). Active versus passive social media use and its relationship with emotional well-being in college students. *Journal of Social and Personal Relationships*, 42(2), 334–352.

Zhafira, A. (2024). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan self-esteem dengan fear of missing out pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi UMS*



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**