

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN
KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMP PERSATUAN KREMBUNG**



**OLEH:
AMANDA NELLA AULIA
NIM : 202207035**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

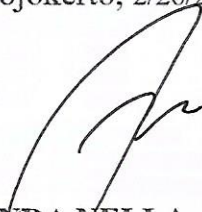
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : AMANDA NELLA AULIA
NIM : 202207035
Prodi : ALIH JENJANG S1 KEPERAWATAN
Fakultas : FIKES
Judul : HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMP PERSATUAN KREMBUNG

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 2/26/2026



AMANDA NELLA AULIA
202207035

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan oleh pihak lain untuk memperoleh gelar pada jenjang pendidikan apa pun di perguruan tinggi manapun. Apabila terbukti terdapat unsur plagiarisme, saya bersedia menerima pembatalan kelulusan saya.

Mojokerto,

Yang menyatakan



AMANDA NELLA AULIA

NIM: 202207035

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah sesuai untuk diajukan dalam ujian

Judul : Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental
Remaja di SMP Persatuan Krembung

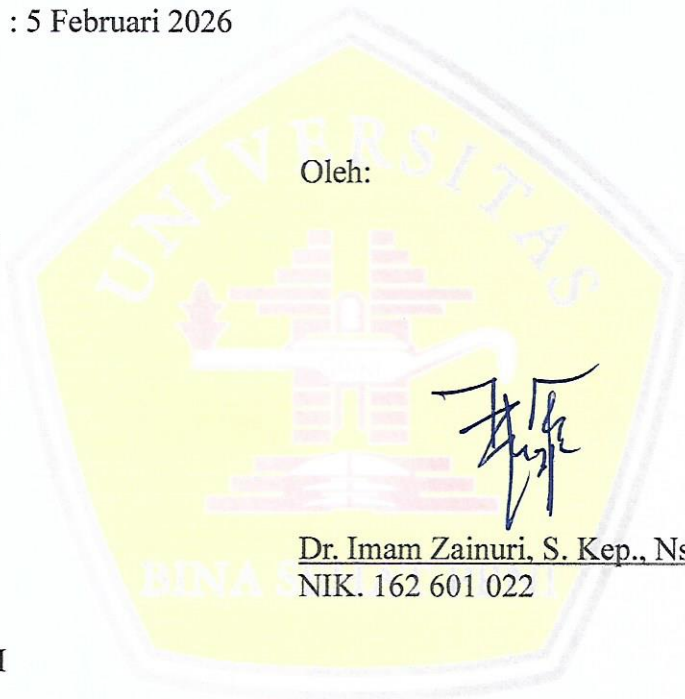
Nama : AMANDA NELLA AULIA

NIM : 202207035

Pada tanggal : 5 Februari 2026

Pembimbing I

Oleh:



Dr. Imam Zainuri, S. Kep., Ns., M. Kes
NIK. 162 601 022

Pembimbing II

Amar Akbar, S. Kep., Ns., M. Kes., Ph. D
NIK. 162 601 100



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jin. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : AMANDA NELLA AULIA
 NIM : 202207035
 Program Studi : Ilmu Keperawatan
 Pada Tanggal : 05 Februari 2026
 Judul Skripsi : "Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Persatuan Krembung"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.Ns.M.Kes (.....)
 Penguji 1 : Dr. Imam Zainuri, S.Kep.Ns..M.Kes (.....)
 Penguji 2 : Amar Akbar, S.Kep.Ns.M.Kes.Ph.D (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 26 Februari 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes

NIK : 162 601 095

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Hubungan Penggunaan Sosial Media dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Persatuan Krembung”. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Keperawatan di Program Studi Alih Jenjang S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat Mojokerto. Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini bukan hanya karena kemampuan penulis, melainkan atas kerja sama serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Khusnul Khotimah, S. Pd selaku Kepala Sekolah SMP Persatuan Krembung yang telah mendampingi selama proses pengambilan data.
2. Dr. Indah Lestari, S. Kep., Ns., M. Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam pemenuhan persyaratan dokumen akademik.
3. Duwi Basuki, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pengurusan dokumen persyaratan akademik.
4. Enny Virda Yuniarti, S. Kep., Ns., M. Kes selaku Kepala Program Studi Alih Jenjang S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memfasilitasi selama proses penyelesaian tugas akhir ini.

5. Dr. Imam Zainuri, S. Kep., Ns., M. Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan motivasi dengan penuh kesabaran selama penyusunan skripsi ini.
6. Amar Akbar, S. Kep., Ns., M. Kes., Ph. D selaku pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan saran untuk mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini.
7. Dr. Lilik Ma'rifatul A, S. Kep., Ns., M. Kes selaku penguji utama yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan arahan kepada penulis selama proses penyelesaian skripsi ini.
8. Bapak dan ibu dosen, staf, dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan ilmu selama menempuh pendidikan.
9. Keluarga dan seluruh rekan mahasiswa Angkatan 2022 Program Studi Alih Jenjang S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat Mojokerto yang telah memberikan semangat, dukungan, dan motivasi kepada penulis selama proses pengerjaan skripsi ini.
10. Aqilah Rahma Pritana W, S. Gz yang telah meluangkan waktu dan mencurahkan tenaga untuk membantu selama proses penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak keterbatasan. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat dihargai sebagai acuan untuk perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat bermanfaat untuk memberikan wawasan dan inspirasi bagi para pembaca.

Sidoarjo, 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8

BAB 2 KAJIAN TEORI	9
2.1 Remaja.....	9
2.1.1 Definisi Remaja	9
2.1.2 Ciri-Ciri Remaja.....	10
2.1.3 Tugas Perkembangan Remaja	12
2.2 Media Sosial.....	13
2.2.1 Definisi Media Sosial	13
2.2.2 Jenis-Jenis Media Sosial.....	14
2.2.3 Dampak Media Sosial	17
2.2.4 Instrumen Pengukuran dan Klasifikasi Penggunaan Media Sosial	18
2.3 Kesehatan Mental.....	21
2.3.1 Definisi Kesehatan Mental	21
2.3.2 Karakteristik Kesehatan Mental	22
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	23
2.3.4 Jenis-Jenis Gangguan Kesehatan Mental	25
2.3.5 Instrumen Pengukuran dan Klasifikasi Gangguan Kesehatan Mental.....	27
2.4 Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja.....	30
2.5 Jurnal Penelitian Terkait.....	32
2.6 Kerangka Teori.....	35
2.7 Kerangka Konseptual	36
2.8 Hipotesis Penelitian.....	36
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	37

3.1 Desain Penelitian.....	37
3.2 Populasi, Sampling, dan Sampel.....	38
3.2.1 Populasi	38
3.2.2 Sampling.....	38
3.2.3 Sampel	39
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	40
3.3.1 Identifikasi Variabel.....	40
3.3.2 Definisi Operasional.....	41
3.4 Prosedur Penelitian.....	42
3.5 Kerangka Kerja	43
3.6 Pengumpulan Data	44
3.6.1 Instrumen.....	44
3.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	46
3.7 Analisis Data	47
3.7.1 Teknik Pengolahan Data.....	47
3.7.2 Teknik Analisis Data.....	53
3.8 Etika Penelitian	55
3.9 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
4.1 Hasil Penelitian	58
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	58
4.1.2 Data Umum	59
4.1.3 Data Khusus	62

4.2 Pembahasan.....	64
4.2.1 Tingkat Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja	64
4.2.2 Kesehatan Mental Remaja.....	66
4.2.3 Analisa Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja	67
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	70
5.1 Kesimpulan	70
5.2 Saran.....	71
5.2.1 Bagi Remaja	71
5.2.2 Bagi Orang Tua	71
5.2.3 Bagi Pihak Sekolah	72
5.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan	72
5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	73
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	80



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Penelitian	80
Lampiran 2 Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian.....	81
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	82
Lampiran 4 Kuesioner Data Demografis dan Data Umum.....	83
Lampiran 5 Kuesioner Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	84
Lampiran 6 Kuesioner Kesulitan dan Kekuatan	85
Lampiran 7 Lembar Hasil Uji Kemiripan (Similiaritas).....	86
Lampiran 8 Tabulasi Data Umum Demografi.....	87
Lampiran 9 Tabulasi Data Umum Penggunaan Media Sosial.....	90
Lampiran 10 Tabulasi Data Khusus Kesehatan Mental	93
Lampiran 11 Tabulasi Data Khusus Intensitas Penggunaan Media Sosial	96
Lampiran 12 Distribusi Frekuensi Data Umum Demografi.....	99
Lampiran 13 Distribusi Frekuensi Data Umum Penggunaan Media Sosial	100
Lampiran 14 Distribusi Frekuensi Data Khusus	101
Lampiran 15 Hasil Uji Statistik.....	106
Lampiran 16 Dokumentasi.....	106
Lampiran 17 Lembar Bimbingan Proposal Skripsi.....	109
Lampiran 18 Lembar Revisi Proposal Skripsi	114
Lampiran 19 Lembar Bimbingan Skripsi.....	115
Lampiran 20 Lembar Revisi Skripsi	118

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, N., Masita, Ardiawan, K. N., & Eka Sari, M. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif* [E-book]. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Al-Menayes, J., Rahman, M., & Chen, L. (2025). Social Media Addiction: Prevalence, Determinants, and Mental Health Outcomes—A Global Meta-Analysis of 51 Studies. *Journal of Neurosciences in Mental Health*, 7(7), 102–115.
- Anggoro, R. (2025). Media Sosial dan Identitas Diri: Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja di Era Digital. *Jurnal Insight: Kajian Psikologi dan Masyarakat*, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Antu, M. S., Latinapa, Y. D., & Katili, A. (2025). *Gambaran kesehatan mental remaja (Overview of adolescent mental health)*. *An Idea Health Journal*, 5(01), 44–49.
- Anwar, F., & Julia, P. (2021). *Karakteristik kesehatan mental*. Pustaka Ilmu.
- Aribowo, P., & Bagaskara, M. I. (2025). Dampak penggunaan media sosial “Brain Rot” terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Sosial & Teknologi*, 5(3), 350–357. <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v5i3.32020>
- Arini, N. (2020). Analisis dampak penggunaan media sosial terhadap norma kesusilaan dan kesopanaan di kalangan remaja kelurahan Dawi-Dawi (Studi kasus anak remaja usia 13-18 tahun). *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 5(2), 123-135.
- Azahrah, F., Afrinaldi, R., & Fahrudin, F. (2021). *Keterlaksanaan pembelajaran bola voli secara daring pada SMA kelas X se-Kecamatan Majalaya*. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531-538. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5209565>
- Aziz, U. K., Lutfiya, I., & Sulaiman, I. (2021). Gambaran gangguan perilaku dan emosional pada remaja usia 10–24 tahun berdasarkan faktor sosiodemografi (Analisis data Susenas tahun 2015). *BIOGRAPH-I: Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, 1(2), 54–63. <https://doi.org/10.19184/biograph-i.v1i2.27873>
- Ayuanda, L. N., Kusuma, N., Arifiana, R., & Kristiyanti, R. (2025). Analisa penggunaan media sosial dan kesehatan mental remaja: Tinjauan terhadap pengaruh konsumsi dan interaksi online. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(1), 12–21. <https://doi.org/10.48144/jiks.v18i1.2022>

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2023). *Pembinaan kelompok kegiatan kader BKR, PIK-R, dan remaja*. <https://kampungb.bkkbn.go.id/kampung/13148/intervensi/584760/pembinaan-kelompok-kegiatan-kader-bkr-pik-r-dan-remaja>
- Diva, P. T., Anggari, R. S., & Haswita, H. (2023). *Intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja di SMP X Glenmore*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(1), 38–45. <https://doi.org/10.55500/jikr.v10i1.184>
- Doe, J., & Smith, A. (2022). Social media usage among adolescents.
- Evita, R., Nugroho, A., & Lestari, D. (2023). Pengaruh penggunaan YouTube sebagai media sosial terhadap perilaku remaja. Indonesia.
- Fadhilah, R., Setiawati, S., & Ahman, A. (2024). *Skala adiksi media sosial: analisis validitas dan reliabilitas menggunakan Rasch Model*. *Jurnal EDUCATION (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 10(2), 158–168. <https://doi.org/10.29210/1202424135>
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan mental*. Duta Media Publishing.
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Fitri, N. A., Sari, N. Y., & Nauli, F. A. (2025). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan status mental pada remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(2), 775-786. <https://doi.org/10.37287/jppp.v7i2.6312>
- Franscelia, N., & Lyaputera, R. (2025). Pengaruh media sosial terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 1234-1240. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i1.xxxxx>
- Ghazali, H. M. B. (2024). *Kesehatan mental: Membangun hidup lebih bermakna (1st ed.)*. Samudra Biru.
- Hardani, dkk. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu Grup.
- Hermawan, S., & Amirullah. (2016). *Metode penelitian bisnis: Pendekatan kuantitatif & kualitatif*. Malang: Media Nusa Creative.
- Hikmandayani, H. R. T., Antari, I., Oktari, S., Yuniarni, D., & Amenike, D. (2023). *Psikologi perkembangan remaja*. Eureka Media Aksara.

- Humaira, N., Dwisaputra, I., Utomo, E., Faizal, M., & Aprilia, A. S. (2005). Intervensi sosial tentang mengatasi kecanduan media sosial pada siswa SMAN 14 Kota Bekasi. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 9(3), 91–100. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v9i3.9888>
- Ismatuddiyannah, I., Meganingrum, R. J. A. A., Putri, F. A., & Mahardika, I. K. (2023). Ciri dan tugas perkembangan pada masa remaja awal dan menengah serta pengaruhnya terhadap pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27233-27242.
- Karmiyati, K. (2024). Hubungan teman sebaya terhadap kondisi psikososial remaja. Indonesia.
- Kosasih, E. (2020). *Pengembangan bahan ajar*. Bumi Aksara.
- Liegmann, K., Fischer, L., Dadaczynski, K., Hanewinkel, R., Nees, F., & Morgenstern, M. (2025). Reliability and validity of the self-report version of the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) in primary school children. *International Journal of Behavioral Development*, 49(4), 406-414. <https://doi.org/10.1177/01650254241305551>
- Mufidah, A., Rohman, U., & Ismail, S. (2025). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Psikologi Insight*, 9(1), 45–56. Retrieved from <https://ejournal.upi.edu/index.php/insight/article/view/82879>
- Nur, M. A., & Saihu, M. (2024). *Pengolahan Data*. *Scientica: Jurnal Ilmiah Sains dan Teknologi*, 2(11), 163-175. Retrieved from <https://jurnal.kolibi.org/index.php/scientica/article/view/2764>
- Nurhasanah, N., & Shidqi, R. (2024). Efektivitas dakwah digital melalui platform media sosial Instagram @masjid.imaduddin terhadap pengetahuan keagamaan dan perubahan sikap beragama pada jamaah. *JSIM: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 5(5), 1141-1152.
- Nurhayati. (2024). Deteksi dini emosi dan perilaku siswa menggunakan Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). *Jurnal Pusaka*, 14, 56–63. <https://jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/view/263>
- Nurhayati, N. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi kesehatan mental remaja. Indonesia.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pedoman skripsi, tesis, dan instrumen penelitian keperawatan*. Salemba Medika.

- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis (5th ed.)*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pasaribu, A. (1975). *Pengantar Statistik*. Ghalia Indonesia.
- Prabowo, Y. A., Devianto, A., & Nurwidiyanti, E. (2024). Hubungan penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 1 Karangmojo. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*, 3(2), 29–33. <https://doi.org/10.70570/jkmc.v3i2.1552>
- Purwanta, S., Sudiro, F., & Koeswardani, H. H. V. (2024). Upaya deteksi permasalahan kesehatan mental siswa di SMPN 2 Kismantoro dengan alat skrining perilaku Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). *Jurnal Parikesit*, 2(2), 433–446. <https://jurnal.ugm.ac.id/v3/parikesit/article/view/12260>
- Putri, N. H. E. (2025, Mei 20). Pentingkah Menjaga Kesehatan Mental Bagi Remaja. Rumah Sakit Akademik UGM. <https://rsa.ugm.ac.id/bulan-kesehatan-mental-pentingkah-menjaga-kesehatan-mental-bagi-remaja/>
- Rahmawaty, F., Silalahi, R. P., Berthiana, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 276-281.
- Ridwan, & Lestari, T. (1997). *Dasar-dasar Statistika*. Alfabeta.
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan media sosial dalam kesehatan mental remaja. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49-58. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Ruswandi, U., & Fitriyani, L. (2023). Hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental pada remaja di Wilayah Curug Topik Bojongsari Kota Depok Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6421–6426.
- Sahir, H. S. (2022). *Metodologi penelitian*. KBM Indonesia.
- Sari, N., & Putra, A. (2022). Hubungan intensitas penggunaan media sosial pada remaja. Indonesia.
- Sari, R., & Budi, A. (2022). Hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja. Indonesia.

- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif*. Unisri Press.
- Shalika, R. R. (2021). Pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja. *Jurnal Ilmiah Komunikasi dan Sosial*, 10(2), 45-56.
- Susanti, R. (2005). *Sampling dalam penelitian pendidikan*. Jurnal Teknodik, 16, 187–208
- Sulhan, N. A. A., Ardaniah, N. H., Nasrullah, & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan, Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1), hlm. 14–16.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D* (Cet. ke-21). Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (1st ed.)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sundari, R. I., Sitaresmi, M. N., & Lusmilasari, L. (2025). *Prevalence and associated factors of emotional and behavioral problems in Indonesian early adolescents: A cross-sectional study*. *Belitung Nursing Journal*, 11(4), 496–503.
- Timamah, I., Sa'diyah, H., Munawaroh, F., & Jannah, F. (2025). *The important role of population and sample in educational research*. *Demagogi Journal of Social Sciences Economics and Education*.
- Tojiri, Y., Putra, H. S., & Faliza, N. (2023). *Dasar metodologi penelitian: Teori, desain, dan analisis data*. Takaza Innovatix Labs.
- Wahid, A. I., Sufriaman, S., Mahka, M. F. R., & Jaya, K. (2025). Pengaruh media sosial terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Remaja*, 10(2), 77–85. <https://doi.org/10.35965/ijlf.v7i2.6273>
- Widyatmoko, E., Ramdhani, F., Hermawan, D., Ningrum, S. R., Nafisah, L., & Sistiarani, C. (2025). Systematic review: Efektivitas intervensi kesehatan mental di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 5343. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.46182>
- Windarwati, S., & Rekawati, N. (2020). Penghayatan merupakan parameter tertinggi intensitas penggunaan media sosial pada remaja SMA. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 367–374. <https://jurnal.alhikmah.ac.id/index.php/elhikmah/article/view/206>

Winokan, R., Lumenta, M., & Kalalo, F. (2025). Hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja. Indonesia.

World Health Organization. (2022). *Mental health: Strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Yulianti, S., & Aristi, D. (2020). Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja di Indonesia: Studi literatur. *Jurnal Kajian Kesehatan Jiwa*, 4(1), 15-25.

