

## Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Harga Diri pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung

<sup>1</sup>\*Sri Dewi Tirta Qodariyah, <sup>2</sup>Lidya Maryani, <sup>3</sup>Treesia Sujana

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Immanuel

\*E-mail: treesiasujana11@gmail.com

Received: 28 August 2024; Revised: 27 November 2024; Accepted: 28 November 2024

### Abstrak

Penggunaan media sosial oleh remaja memungkinkan mereka untuk berkomunikasi dan berbagi informasi atau konten untuk mendapatkan validasi dan pengakuan dari teman sebaya melalui *likes*, komentar, dan jumlah pengikut. Pujian dan dukungan sosial dapat meningkatkan harga diri mereka. Remaja juga sering membandingkan diri mereka dengan teman sebaya atau tokoh-tokoh terkenal di media sosial. Melihat gaya hidup yang tampaknya lebih baik atau lebih sukses dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman, ketidakpuasan, dan penurunan harga diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri pada remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 116 responden menggunakan teknik *total sampling* dengan kriteria remaja berusia 16-22 tahun. Instrumen Penelitian menggunakan *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) dan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam penggunaan media sosial peringatan (60%) dan sebagian besar responden termasuk dalam tingkat harga diri rendah (55%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai  $p\text{-value}=0,011$ . Karena nilai *Asymptotiv Significance (2-sided)*  $0,011 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri pada remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung. Diharapkan kader kesehatan kelurahan agar dapat menyelenggarakan pelatihan literasi digital untuk remaja yang mencakup penggunaan media sosial secara bijaksana, mengenali berita palsu, dan memahami dampaknya pada harga diri.

**Kata Kunci:** Penggunaan Media Sosial, Remaja, Tingkat Harga Diri

### Abstract

*Adolescents' use of social media allows them to communicate and share information or content to gain validation and recognition from peers through likes, comments, and number of followers. Social praise and support can boost their self-esteem. Teens also often compare themselves to peers or famous figures on social media. Seeing seemingly better or more successful lifestyles can lead to discomfort, dissatisfaction, and decreased self-esteem. This study aims to determine the relationship between social media use and self-esteem in adolescents in RW 05 Pelindung Hewan Village, Astana Anyar District, Bandung City. This type of research is quantitative and has a cross-sectional design. The sample in this study was 116 respondents using a total sampling technique with the criteria of adolescents aged 16-22. Research instruments used the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). The results showed that most respondents used warning social media (60%), and most had low self-esteem (55%). The Chi-Square test results showed a  $p\text{-value}$  of  $=0.011$ . Because the Asymptotic Significance (2-sided) value of  $0.011 < 0.05$ , it can be concluded that there is a relationship between the use of social media and the level of self-esteem in adolescents in RW 05 Animal Protector Village, Astana Anyar District, Bandung City. Urban health cadres are expected to organize digital literacy training for adolescents, including using social media wisely, recognizing fake news, and understanding its impact on self-esteem.*

**Keywords:** Adolescents, Social Media Use, Self-Esteem

## PENDAHULUAN

Remaja berasal dari istilah latin *adolensence*, yang berarti bertumbuh atau matang menuju kedewasaan (Hurlock, 2011 dalam Gani, 2020). Masa remaja adalah antara 16 hingga 22 tahun, usia ini dianggap sebagai masa pengembangan pengetahuan dan keterampilan, pengelolaan hubungan dan emosi, serta perolehan keterampilan yang diperlukan untuk menikmati masa remaja dan mengambil tanggung jawab sebagai orang dewasa. Maknanya lebih inklusif dan mencakup perkembangan kepribadian, emosional, dan fisik. Harga diri adalah elemen kunci dalam pembentukan kepribadian remaja (Pratama & Puspita Sari, 2021). Remaja dengan harga diri yang tinggi sering kali merasa bahagia dengan dirinya sendiri, puas dengan apa yang terjadi, menerima apa adanya, merasa nyaman dengan diri sendiri, dan ingin diperlakukan lebih baik. Sebaliknya, remaja yang memiliki harga diri rendah sering kali mempunyai emosional kegagalan, perasaan tidak layak, tidak berguna, dan kurang bangga pada diri sendiri. Remaja dengan harga diri yang rendah sering kali menghindari risiko kerugian, merasa tidak aman terhadap dirinya sendiri, penakut, pemalu dan tidak percaya diri (Najib dkk., 2018).

Menurut *World Health Organization* di dunia jumlah remaja yang mengalami harga diri rendah didapatkan sekitar 39% remaja. Di Indonesia, sekitar 35% remaja dengan usia 15 tahun keatas memiliki harga diri rendah (Kemenkes RI, 2023). Harga diri memiliki peranan penting dalam pengungkapan diri remaja. Pengungkapan diri merupakan kapasitas individu untuk berbagi informasi pribadi dengan orang lain. Di era teknologi ini, remaja lebih banyak menggunakan media sosial untuk berbagi informasi pribadi tentang dirinya (Erawati dkk., 2021).

Kotler & Keller (2016, dalam Damayanti, 2021) mengatakan bahwa media sosial adalah media dimana informasi seperti teks, gambar, suara, dan video dibagikan baik dengan individu maupun organisasi. Persentase anak usia 10-20 tahun yang menggunakan media sosial sebesar 93,52%. Persentase laki-laki yang menggunakan media sosial sebesar 92,07%, sedangkan persentase perempuan sebesar 93,68% (Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh (Cahya dkk., 2023) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial merupakan salah satu hal yang menyebabkan rasa khawatir dan harga diri rendah. Dalam temuan tersebut, remaja (14,8%) lebih rentan menderita kecemasan dan harga diri rendah dibandingkan orang dewasa (8,4%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Nissa & Hatta, 2022) di Kota Bandung pada 116 orang didapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara harga diri pada remaja pengguna media sosial di Kota Bandung.

Berdasarkan suvei yang dilakukan peneliti tanggal 31 Maret 2024 melalui wawancara dan penyebaran kuesioner pada 10 responden di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung didapatkan hasil dari penyebaran kuesioner yaitu 4 responden mengalami harga diri rendah dengan penggunaan media sosial peringatan, 1 responden mengalami harga diri rendah dengan penggunaan media sosial normal, 4 responden mengalami harga diri tinggi dengan penggunaan media sosial normal, dan 1 responden mengalami harga diri tinggi dengan penggunaan media sosial kecanduan. Sedangkan hasil wawancara didapatkan seluruh remaja mengatakan selalu menggunakan *filter* untuk meningkatkan keindahan dan daya tarik foto serta video mereka supaya tidak menerima kritikan atau hinaan dari orang lain yang membuat mereka merasa malu,

minder dan kehilangan kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri pada remaja.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang telah dilakukan uji etik (*ethical clearance*) oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Institut Kesehatan Immanuel dengan No. 038/KEPK/IKI/V/2024. Populasi penelitian ini seluruh remaja yang berusia 16-22 tahun di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan dan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Total Sampling*, yaitu seluruh remaja berusia 16-22 tahun di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung yang berjumlah 116 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 16-22 tahun di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian sebagai responden dan mematahi protokol sampai akhir. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah remaja yang sedang berada di luar kota dan remaja yang sakit. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Juli 2024. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner yang dibagikan secara langsung oleh peneliti dengan cara mengumpulkan para responden di kantor RW 05 secara bertahap setiap hari sabtu dan minggu. Kuesioner yang digunakan untuk mengukur penggunaan media sosial adalah *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)* yang dikembangkan oleh (Andreassen dkk., 2016) dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Maheswari & Dwiutami, 2013) sedangkan kuesioner yang digunakan untuk mengukur tingkat harga diri adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* yang dikembangkan oleh (Rosenberg, 1965) dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Maroqi, 2019). Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan *uji chi-square*.

## HASIL

**Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung (n = 116)**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (100%)
<b>Usia</b>		
16 Tahun	15	13%
17 Tahun	14	12%
18 Tahun	30	26%
19 Tahun	19	16%
20 Tahun	11	10%
21 Tahun	9	8%
22 Tahun	18	15%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	55	47%
Perempuan	61	53%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil hampir setengah remaja dalam penelitian ini berusia 18 tahun (26%) dan sebagian besar remaja berjenis kelamin perempuan (53%).

**Tabel 2. Karakteristik Penggunaan Media Sosial pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung (n = 116)**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Jumlah Media Sosial yang digunakan</b>		
Satu	8	7%
Dua	26	22%
Tiga	82	71%
<b>Jenis Media Sosial yang sering digunakan</b>		
Youtube	6	5%
WhatsApp	46	40%
Instagram	34	29%
Facebook	8	7%
Tik Tok	15	13%
X	7	6%
<b>Frekuensi penggunaan media sosial</b>		
1-3 kali	17	15%
4-6 kali	52	45%
>6 kali	47	40%
<b>Durasi penggunaan media sosial</b>		
10-15 menit	16	14%
16-30 menit	43	37%
31-45 menit	27	23%
60 menit	30	26%
<b>Aktivitas yang dilakukan di media sosial</b>		
Upload foto, video dan status	81	70%
Mengomentari postingan teman	7	6%
Membaca komentar di akun media sosial	22	19%
Berjualan	3	2%
Belanja online	3	3%
<b>Pengalaman cyberbullying</b>		
Tidak pernah	91	78%
Ya, saya pernah mendapatkan ancaman di media sosial	8	7%
Ya, saya pernah mendapatkan kata-kata kasar (umpatan)	7	6%
Ya, saya pernah mendapatkan ejekan di media sosial	10	9%

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil sebagian besar remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung memiliki media sosial berjumlah tiga (71%), hampir setengah remaja menggunakan jenis media sosial *WhatsApp* (40%), menggunakan media sosial dengan frekuensi 4-6 kali (45%), menggunakan media sosial dengan durasi 16-30 menit (37%), sebagian besar remaja menggunakan media sosial untuk mengupload foto, video dan status (70%), dan hampir seluruh remaja tidak pernah mengalami *cyberbullying* (78%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung (n = 116)**

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (100%)
Normal	29	25%
Peringatan	70	60%
Kecanduan	17	15%

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil sebagian besar remaja memiliki penggunaan media sosial kategori peringatan (60%).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Harga Diri pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung (n = 116)**

Tingkat Harga Diri	Frekuensi (f)	Persentase (100%)
Harga Diri Rendah	63	54%
Harga Diri Tinggi	53	46%

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil sebagian besar remaja memiliki tingkat harga diri rendah (54%).

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Harga Diri pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung (n = 116)**

Penggunaan Media Sosial	Tingkat Harga Diri						<i>p-value</i>
	Rendah		Tinggi		Total		
	f	%	F	%	N	%	
Normal	9	8%	20	17%	29	25%	0,011
Peringatan	42	36%	28	24%	70	60%	
Kecanduan	12	11%	5	4%	15	15%	
Total	63	55%	53	45%	116	100%	

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki penggunaan media sosial peringatan yaitu sebanyak 70 responden (60%), dan sebagian besar responden memiliki tingkat harga diri rendah yaitu sebanyak 63 responden (55%).

Hasil uji statistik uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p value* 0,011. Karena nilai *Asymptotiv Significance (2-sided)*  $0,011 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri pada remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung menunjukkan sebagian besar responden

memiliki penggunaan media sosial peringatan (60%) dan sebagian besar responden memiliki tingkat harga diri rendah (54%). Hasil uji statistik uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* 0,011. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri pada remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung. Hal ini dapat terjadi karena ketika remaja menghabiskan terlalu banyak waktu di media sosial, mereka cenderung mengabaikan interaksi langsung dengan teman dan keluarga. Perasaan kesepian dan isolasi dapat berkontribusi pada rendahnya harga diri selain itu konten negatif, seperti *bullying* atau kritik di media sosial, dapat merusak kepercayaan diri remaja (Abidah & Aziz, 2020). Selain itu, individu dengan harga diri rendah sering kali terjebak dalam perbandingan sosial yang tidak sehat. Mereka mungkin merasa tidak sebanding dengan orang lain yang mereka lihat di media sosial, yang dapat memperburuk perasaan rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri (Adishesa, 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh, didapatkan responden dengan penggunaan media sosial dengan kategori peringatan, tingkat harga dirinya rendah, hal ini dapat terjadi karena remaja sering membandingkan diri mereka dengan teman sebaya atau *influencer* di media sosial. Ketika mereka melihat kehidupan yang tampak lebih sempurna atau lebih sukses, ini dapat menimbulkan perasaan rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri (Yusuf dkk., 2021). Adapun responden dengan penggunaan media sosial dengan kategori kecanduan, tingkat harga dirinya rendah, hal ini dapat terjadi karena ketika remaja menghabiskan terlalu banyak waktu di media sosial, mereka cenderung mengabaikan interaksi langsung dengan teman dan keluarga. Perasaan kesepian dan isolasi dapat berkontribusi pada rendahnya harga diri selain itu konten negatif, seperti *bullying* atau kritik di media sosial, dapat merusak kepercayaan diri remaja (Abidah & Aziz, 2020). Selain itu, ditemukan juga responden dengan penggunaan media sosial dengan kategori normal, tingkat harga diri dirinya rendah, hal ini dapat terjadi karena individu dengan harga diri rendah sering kali terjebak dalam perbandingan sosial yang tidak sehat. Mereka mungkin merasa tidak sebanding dengan orang lain yang mereka lihat di media sosial, yang dapat memperburuk perasaan rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri (Adishesa, 2020).

Hasil penelitian juga didapatkan remaja yang termasuk dalam penggunaan media sosial dengan kategori normal, tingkat harga dirinya tinggi, hal ini dapat terjadi karena individu dengan harga diri tinggi biasanya lebih mampu mengatur waktu mereka dengan baik. Mereka dapat menggunakan media sosial secara seimbang tanpa mengabaikan aktivitas lain yang penting dalam hidup mereka, seperti pekerjaan, hobi, dan interaksi langsung dengan orang. Selain itu, individu yang memiliki harga diri tinggi lebih mampu memanfaatkan umpan balik positif dari media sosial, seperti "*likes*" dan komentar positif, tanpa terjebak dalam perbandingan sosial yang merugikan (D. Rahmawati, 2018).

Dalam penelitian juga didapatkan hasil remaja yang termasuk dalam penggunaan media sosial dengan kategori peringatan, tingkat harga dirinya tinggi, hal ini dapat terjadi karena remaja yang aktif di media sosial sering kali mendapatkan dukungan dan validasi dari teman-teman mereka melalui komentar positif, jumlah "*likes*", dan peningkatan jumlah pengikut. Ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri mereka, karena mereka merasa diterima dan dihargai

oleh orang lain (Sherman dkk., 2016). Selain itu, hasil dari kuesioner menunjukkan remaja yang termasuk dalam penggunaan media sosial dengan kategori kecanduan, tingkat harga dirinya tinggi, hal ini dapat terjadi karena kecanduan media sosial dapat mendorong remaja untuk lebih aktif dalam berbagi konten, seperti foto atau video, yang menunjukkan kemampuan dan kreativitas mereka. Ketika konten tersebut mendapatkan respons positif, hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri mereka (Ash Shidiqie dkk., 2023).

Remaja fase akhir adalah periode yang penuh dengan perubahan dan tantangan yang signifikan. Tekanan untuk berhasil dalam pendidikan, karir, dan hubungan, serta perbandingan sosial yang lebih intens, dapat membuat individu lebih rentan terhadap harga diri rendah (Febristi, 2021). Adapun hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Firda Dalila, dkk tahun 2021 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan harga diri (Dalila dkk., 2021). Hal ini dapat terjadi karena harga diri remaja dipengaruhi oleh penggunaan media sosial, terutama ketika remaja memposting foto atau video tentang diri mereka yang dianggap cukup menarik. Sebuah foto dapat langsung memengaruhi perbandingan sosial dan hal tersebut bisa menimbulkan perasaan rendah diri atau minder (Valkenburg dkk, 2006 dalam Adishesa, 2020),

Hasil selama periode penelitian dapat disimpulkan bahwa remaja yang terus menerus menggunakan media sosial akan membuat dirinya merasa senang, kesenangan tersebutlah yang dapat membuat remaja untuk menggunakan media sosial dengan durasi waktu yang lama (H. Rahmawati & Iqom, 2017). Berbagi kegiatan seperti foto yang diunggah ke media sosial akan mendapatkan *like* dan komentar dari orang lain yang mendorong efek harga diri pada remaja. Remaja mungkin merasa tidak mampu atau iri akibat perbandingan sosial yang dipengaruhi langsung oleh foto (Dalila dkk., 2021). Ketika remaja mendapat banyak *like* dan komentar yang memberi semangat, mereka akan merasa penting dan berguna. Begitupun sebaliknya, remaja yang tidak mendapatkan banyak *likes* dan banyak mendapat komentar negatif, akan membuat remaja tidak percaya diri, meyakinkan bahwa dirinya memiliki kekurangan sehingga membuat dirinya tidak menarik (Sherman dkk., 2016).

Maka, solusi yang dapat diberikan adalah remaja dapat menentukan batasan waktu yang digunakan untuk media sosial, misalnya dengan mematikan notifikasi selama bekerja, belajar atau melakukan hal penting lainnya. Pendidikan kesehatan tentang penggunaan media sosial yang tepat sangat penting untuk membantu remaja memahami dampak positif dan negatifnya. Pendidikan kesehatan ini dapat membantu mereka menghindari konten negatif dan mempertahankan harga diri. Remaja juga dapat diarahkan untuk tidak terlalu bergantung pada perbandingan sosial yang dapat menurunkan harga diri. Mereka dapat diarahkan untuk fokus pada diri sendiri dan kegiatan yang mereka sukai (Boer dkk., 2021).

Penelitian ini memiliki kontribusi atau kelebihan diantaranya penelitian ini dapat membantu pembuat kebijakan dalam merumuskan kebijakan yang mendukung penggunaan media sosial yang sehat di kalangan remaja. Ini termasuk pendidikan tentang literasi digital dan pengembangan program yang mempromosikan interaksi positif di *platform* media sosial serta dapat meningkatkan kesadaran di kalangan orang tua, pendidik, dan remaja itu sendiri tentang pentingnya mengelola penggunaan media sosial. Kesadaran ini dapat membantu

dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan harga diri yang positif.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri pada remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung. Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu menambah variabel lain yang mempengaruhi tingkat harga diri selain media sosial yaitu kondisi fisik, lingkungan keluarga, intelegensi, swafoto dan lingkungan sekitar. Penambahan variabel ini akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat harga diri pada remaja. Adapun rekomendasi untuk keperawatan yaitu perawat dapat mengajarkan keterampilan seperti berpikir kritis dan refleksi diri agar remaja dapat menilai dan menyaring konten secara lebih objektif, serta mengenali pola-pola negatif yang dapat merusak harga diri dengan cara mengajarkan teknik *reframing* (pengubahan perspektif), *emotional regulation*, ataupun *problem-solving skills*.

## Daftar Pustaka

- Abidah, A., & Aziz, A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92–107. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Adishesa, E. 1. (2020). *Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram dan Self-Esteem pada Remaja (Instagram Use and Self-Esteem among Adolescents)*. 11(1), 26–36. <https://doi.org/10.35814/mindset.v11i01.1297>
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). Bergen Social Media Addiction Scale. *Psychology of Addictive Behaviors*. <https://doi.org/10.1037/t74607-000>
- Ash Shidiqie, N., Akbar, N. F., & Faristiana, A. R. (2023). Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja. *Simpaty*, 1(3), 98–112. <https://doi.org/10.59024/simpaty.v1i3.225>
- Boer, M., Stevens, G. W. J. M., Finkenauer, C., de Looze, M. E., & van den Eijnden, R. J. J. M. (2021). Social media use intensity, social media use problems, and mental health among adolescents: Investigating directionality and mediating processes. *Computers in Human Behavior*, 116, 106645. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106645>
- Cahaya, M., Ningsih, W., & Lestari, A. (2023). Dampak media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja: tinjauan pengaruh penggunaan media sosial pada kecemasan dan harga diri remaja. *Jurnal Sosial dan Teknologi (SOSTECH)*, 3(8). <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i8.917>

- Dalila, F., Mutiara Putri, A., Harkina, P., & Studi Psikologi, P. (2021). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Harga Diri. Dalam *Jurnal Psikologi Malahayati* (Vol. 3, Nomor 1).
- Damayanti, C. (2021). *Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Risiko Insomnia Mahasiswa Stikes Medistra Indonesia Di Bekasi*.
- Erawati, N. P. W., Shinta Devi, N. L. P., & Puspita, L. M. (2021). *Hubungan antara Harga Diri terhadap Pengungkapan Diri dalam Penggunaan Media Sosial pada Remaja* (Vol. 9, Nomor 5).
- Febristi, A. (2021). Faktor Pengasuh dengan Self Esteem (Harga Diri) pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 3(2), 64–72. <https://doi.org/10.36590/jika.v3i2.131>
- Gani, A. G. (2020). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja*.
- Kemendes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Kementerian Kesehatan RI. 2023.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia. (2017). *Survey Penggunaan TIK 2017 serta implikasinya terhadap aspek sosial budaya masyarakat*.
- Maheswari, J., & Dwiutami, L. (2013). Pola Perilaku Dewasa Muda yang Kecenderungan Kecanduan Situs Jejaring Sosial. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 2(1), 51–62. <https://doi.org/10.21009/JPPP>
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Najib, M. A., Sugiarto, A., & Erawati, E. (2018). Swafoto Narsistik dan Harga Diri Remaja. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2 (2)(103).
- Nissa, R. N., & Hatta, M. I. (2022). Hubungan Self-Esteem dengan Perilaku Cyberbullying pada Remaja Pengguna Media Sosial Twitter. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(1). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.886>
- Pratama, D., & Puspita Sari, Y. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.org*, 1(3), 2021–2022.
- Rahmawati, D. (2018). *Millennials and I-generation life* (Laksana, Ed.).
- Rahmawati, H., & Iqom, M. K. (2017). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja. Dalam *Jurnal Keperawatan Jiwa* (Vol. 5).

Rosenberg, Morris. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale. *Journal of Religion and Health*.

Sherman, L. E., Payton, A. A., Hernandez, L. M., Greenfield, P. M., & Dapretto, M. (2016). The Power of the Like in Adolescence: Effects of Peer Influence on Neural and Behavioral Responses to Social Media. *Psychological Science*, 27(7), 1027–1035. <https://doi.org/10.1177/09567976166645673>

Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend Networking Sites and Their Relationship to Adolescents' Well-Being and Social Self-Esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584–590. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.584>

Yusuf, L., Bagus, C., Program, M., Keperawatan, S. I., & Kedokteran, F. (2021). Harga Diri pada Remaja Menengah Putri di SMA Negeri 15 Kota Semarang. *Jurnal Nursing Studies*, 1. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>