



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Telaah Literatur Dampak Psikologis dari *Social Media Addiction*

MUHAMMAD ZULFAN AKBAR*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Angka pengguna media sosial telah mencapai 448 miliar pengguna aktif. Media sosial memiliki dampak negatif bagi masyarakat termasuk kaitannya dengan kecanduan. Kecanduan tersebut mampu berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dan berdampak terhadap hubungan sosial. Telaah literatur ini ditujukan untuk mengidentifikasi dampak psikologis dari kecanduan sosial media (*social media addiction*). Proses peninjauan diawali dengan pencarian artikel pada tiga basis data, yaitu: *EBSCO*, *Taylor & Francis*, dan *Springer* dengan memasukkan kata kunci, yaitu: "*psychology*", "*psychological impact*", dan "*social media addiction*". Pembatasan dalam pencarian artikel diterapkan dengan membatasi tahun terbit yaitu 2019-2024. Kemudian terpilih tujuh artikel yang akan ditinjau berdasarkan yang paling relevan. Hasil yang ditemukan dari telaah literatur adalah *social media addiction* memiliki sejumlah dampak psikologis yang umumnya berupa stres dan kecemasan. Secara klinis, *social media addiction* juga menimbulkan dampak terhadap perilaku konsumtif.

Kata kunci: *Dampak Psikologis, Social Media Addiction, Telaah Literatur*

ABSTRACT

The number of social media users has reached 448 billion active users. Social media has a negative impact on society including addiction. Such addiction can affect psychological well-being and impact social relationships. This literature review aimed to identify the psychological impact of social media addiction. The review process began with article searches in three databases, namely: *EBSCO*, *Taylor & Francis*, and *Springer* by entering keywords, namely: "*psychology*", "*psychological impact*", and "*social media addiction*". Restrictions in the article search were applied by limiting the year of publication to 2019-2024. Seven articles were then selected to be reviewed based on the most relevant ones. The results found from the literature review are that social media addiction has a number of psychological impacts, generally in the form of stress and anxiety. Clinically, social media addiction also has an impact on consumptive behavior.

Keywords: *Psychological impact, Social Media Addiction, Literature Review*

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp, doi:

Dikirimkan: Diterima: Diterbitkan

Editor:

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: muhammad.zulfan.akbar-2020@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Informasi dan teknologi komunikasi di zaman digital semakin banyak mempengaruhi kehidupan masyarakat. Kemunculan media sosial merupakan suatu hal yang revolusioner dalam hal komunikasi dan konektivitas antar manusia (Malak et al., 2021). Pada media sosial seperti *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, atau *TikTok*, orang-orang terlibat dalam berbagai macam aktivitas meliputi hiburan, kegiatan sosial, menunjukkan identitas, dan saling berbagi informasi. Berbagai *platform* media sosial memiliki sejumlah kesamaan fitur, antara lain interaktif, personalisasi pengguna, mengembangkan jejaring baik secara individu maupun kelompok (Zhang et al., 2017). Mengingat daya tarik dan ketersediaan media sosial, orang-orang semakin terhubung dari segi waktu yang dihabiskan dan kehadiran di *platform* tersebut. Dengan kata lain, media sosial menjadi bagian yang “normal” dalam kehidupan sehari-hari (Guazzini et al., 2019; C. Huang, 2017). Berdasarkan laporan statistik global pada tahun 2021, media sosial mencapai angka 448 miliar pengguna aktif dengan rasio perkembangan per tahun sebesar 31,2%. Rerata waktu yang dihabiskan para pengguna adalah 2 jam 25 menit dari total keseluruhan waktu 6 jam 36 menit berselancar di internet (*India Social Media Statistics 2021 | Internet & Mobile Statistics of India*, 2021).

Media sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap masyarakat dan komunitas, positif atau negatif. Adanya media sosial telah mengubah cara komunikasi, interaksi, dan sosialisasi (Subramanian, 2017). Sejumlah literatur menyatakan bahwa pertukaran informasi di lini masa media sosial meningkatkan kepuasan hidup dan mengurangi kesepian, khususnya pada kaum remaja (Teo & Lee, 2016). Media sosial juga menawarkan dukungan sosial bagi penggunanya dengan saling berbagi cerita di dalamnya (Riva et al., 2015). Bersamaan dengan meningkatnya penggunaan media, sejumlah studi mengamati bahwa konsumsi internet, *game*, atau media sosial yang berlebihan berkaitan dengan adiksi dan gangguan psikologis lainnya (depresi, penyalahgunaan alkohol, dll) (Turel et al., 2018; Wang et al., 2016).

Kecanduan sosial media didefinisikan sebagai kekhawatiran berlebih, motivasi yang kuat, serta menghabiskan banyak waktu dan energi untuk media sosial, bahkan hingga pada tingkat aktivitas sosial, hubungan interpersonal, studi/pekerjaan, dan/atau kesehatan dan kesejahteraan terganggu (Andreassen & Pallesen, 2014). Kecanduan media sosial sebagai bagian dari fenomena kecanduan internet, yaitu ketika individu tidak dapat mengendalikan dirinya untuk menggunakan media sosial (Hou et al., 2019). Menurut Turel & Serenko (2012), perilaku bermasalah terhadap pengguna sosial media dapat menyebabkan ketidakseimbangan kehidupan individu di dunia nyata dan maya. Hal tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu dan berdampak pada hubungan sosial. Menurut pandangan para ahli, kecanduan di ruang maya meliputi kecenderungan menghindari dari aktivitas sosial dan kesulitan dalam hubungan interpersonal (Kuss & Griffiths, 2017). Berdasarkan pemaparan di atas, penulis melakukan studi telaah literatur yang bertujuan untuk mengidentifikasi dampak psikologis yang disebabkan oleh *social media addiction*.

METODE

Telaah literatur ini berfokus pada identifikasi dampak psikologis yang disebabkan oleh *social media addiction* berdasarkan penelitian terdahulu. Penelusuran literatur dilakukan pada tanggal 24 Januari hingga 28 Januari menggunakan tiga *database* elektronik internasional *EBSCO* dengan URL www.ebsco.com, *Taylor & Francis* dengan URL www.tandfonline.com, dan *Springer* dengan URL



www.springer.com. Strategi pencarian dilakukan dengan memasukkan kata kunci, yaitu: “*psychology*”, “*psychological impact*”, dan “*social media addiction*”. Beberapa kriteria diterapkan dalam pemilihan artikel jurnal yang akan ditelaah, yaitu: 1) artikel dipublikasikan dalam kurun waktu 5 tahun terakhir (2019 – 2024); 2) artikel yang relevan dengan tujuan penelitian yaitu berfokus pada dampak psikologis dari *social media addiction*.

Jumlah keseluruhan literatur yang ditemukan terkait bahasan di atas adalah 18 jurnal artikel. Namun, setelah melalui proses seleksi, penulis memilih 7 artikel yang akan ditelaah yaitu artikel-artikel yang memenuhi kriteria dan sesuai dengan tujuan penelitian. Ketujuh artikel tersebut berasal dari basis data yaitu: dua artikel dari EBSCO, tiga artikel dari Springer, dua artikel dari Francis. Artikel-artikel yang akan ditelaah tersebut, selanjutnya dihimpun dan diproses dengan *software* Mendeley.

HASIL PENELITIAN

Hasil telaah dapat dilihat dari dua bagian tabel, yaitu Tabel 1 yang menampilkan profil jurnal artikel (meliputi: Tahun, Nama Jurnal, *Publisher*, dan Indeks), serta Tabel 2 berupa ulasan artikel secara lebih rinci (meliputi: Identitas Jurnal, Tujuan, Metode, Temuan, dan Keterbatasan & Saran).

Tabel 1. Profil Jurnal Artikel

Tahun	Nama Jurnal	<i>Publisher</i>	Indeks
2021	Behavior & Information Technology	Taylor & Francis Ltd.	Q1 Scimagojr
2023	International Journal of Mental Health and Addiction	Springer	Q1 Scimagojr
2023	Journal of Consumer Behaviour	Wiley-Blackwell	Q1 Scimagojr
2023	International Journal of Cognitive Therapy	Guilford Publications	Q2 Scimagojr
2023	Journal of Eating Disorders	BioMed Central Ltd.	Q2 Scimagojr
2023	BMC Psychiatry	BioMed Central Ltd.	Q1 Scimagojr
2021	Psychosis	Routledge	Q2 Scimagojr

Dari tujuh artikel yang ditelaah, 57,2% berasal dari jurnal yang terindeks Scopus Q1 dan 42,8% berasal dari jurnal yang terindeks Scopus Q2. Mayoritas artikel yang ditelaah (71,4%) merupakan penelitian yang dipublikasikan di tahun 2023.

Berikut pada Tabel 2 disajikan hasil ulasan temuan masing-masing artikel mengenai dampak psikologis dari *social media addiction*, yang meliputi Identitas Jurnal, Tujuan, Metode, Temuan, serta Keterbatasan dan Saran Penelitian.



Tabel 2. Hasil Telaah Jurnal Artikel

Identitas Jurnal	Tujuan	Metode	Temuan	Keterbatasan dan Saran
Malakeh Z. Malak, Ahmed H. Shuhaiber, Rasmieh M. Al-amer, Mohammad H. Abuadas & Reham K. Aburoomi. <i>Correlation between psychological factors, academic performance and social media addiction: model-based testing</i>	Menganalisis pengaruh langsung dari <i>social media addiction</i> terhadap performa akademik, dan pengaruh tidak langsung reaksi psikologis pada mahasiswa di Jordania.	<ol style="list-style-type: none"> Desain korelasi deskriptif dengan partisipan penelitian antara periode September hingga Desember 2018. <i>Sample</i> penelitian menggunakan teknik <i>random sampling</i> meliputi mahasiswa (kedokteran, dokter gigi, keperawatan, farmasi, teknik, ekonomi, dll) dari dua universitas (swasta dan publik) di Amman ibu kota Jordania. Kriteria sampel penelitian adalah mahasiswa pengguna media sosial lebih dari 3 bulan, tidak memiliki permasalahan psikologis/mental atau penyakit kronis, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Ukuran sampel keseluruhan sejumlah 510 mahasiswa. Metode pengukuran meliputi variabel 1) <i>Social Media Addiction Scale</i> (SMAS), 2) <i>Symptom checklist-25</i> (SCL-25), 3) <i>Psychological stress measure</i> (PSM-9), 4) <i>Academic Performance</i> 	<ol style="list-style-type: none"> Adanya korelasi positif antara <i>social media addiction</i> dengan reaksi psikologis, antara lain stres dan kecemasan. Akan tetapi, tidak ada korelasi yang signifikan antara <i>social media addiction</i> dengan performa akademik pada mahasiswa. 	<ol style="list-style-type: none"> Studi berikutnya agar menginvestigasi korelasi yang tidak signifikan antara <i>social media addiction</i> (SMA) dan performa akademik pada mahasiswa. Saran agar menggali manfaat media sosial bagi komunikasi dan hubungan interpersonal pada mahasiswa, dibandingkan manfaat terkait keterampilan komunikasi.



<p>Begum Ahmet Kayis, Mark D. Griffiths. <i>Exploring the Association Between Social Media Addiction and Relationship Satisfaction: Psychological Distress as a Mediator</i></p>	<p>Mengetahui peran mediasi stres psikologis dalam korelasi antara <i>social media addiction</i> dengan hubungan romantis.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan metode <i>cross-sectional</i> dengan sampel mahasiswa dari tiga universitas di wilayah Turki. 2. Jumlah total partisipan sebesar 334 orang dengan rentang usia 18 - 19 tahun, 214 orang perempuan (64%) dan 120 orang laki-laki (36%), 90 orang mahasiswa baru, 87 orang mahasiswa tahun kedua, 84 orang mahasiswa tahun ketiga, serta 73 orang mahasiswa senior. 3. Instrumen pengukuran yang digunakan, antara lain 1) <i>Relationship Assessment Scale</i> (RAS), 2) <i>Social Media Disorder Scale</i> (SMD), dan 3) <i>Depressin Anxiety & Stress Scale</i> (DASS-21). 4. Metode analisis menggunakan korelasi bivariat <i>Pearson</i> dan <i>PROCESS</i> model untuk mengetahui peran sebagai mediator. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mayoritas partisipan sebesar 156 partisipan tidak memiliki gejala depresi (46,7%), sedangkan sebesar 10,8% sangat parah. 2. Mayoritas partisipan sebesar 101 partisipan tidak memiliki gejala kecemasan (30,2%), sedangkan sebesar 24,9% sangat parah. 3. Mayoritas partisipan sebesar 163 partisipan tidak memiliki gejala stress (48,8%). 4. Berdasarkan analisis, variabel stres psikologis berperan sebagai mediator antara hubungan <i>social media addiction</i> dengan hubungan romantis. 5. <i>Social media addiction</i> memprediksi adanya mediasi parsial dari depresi, kecemasan, dan stres pada kepuasan hubungan romantis. 6. Dengan kata lain, <i>social media addiction</i> memiliki peran negatif yang signifikan terhadap kepuasan hubungan romantis melalui depresi, kecemasan, dan stres. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Studi berikutnya agar dilakukan dengan metode <i>experimental</i> atau <i>longitudinal</i> agar data yang diperoleh dapat digeneralisasi lebih baik. 2. Menggali kembali variabel mediator lainnya selain stres psikologis dalam hubungan antara <i>social media addiction</i> dengan hubungan romantis.
--	--	---	---	--

<p>Agata Maccarrine-Eaglen, Peter Schofield. <i>The influence of social media addiction on compulsive buying behaviour: A comparative analysis of LGBT+ and heterosexual consumers</i></p>	<p>Mengetahui pengaruh <i>social media addiction</i> terhadap perilaku <i>compulsive buying</i> (CBB) dengan pengaruh moderasi <i>self-efficacy</i> melalui analisis komparatif konsumen heteroseksual dan LGBT+.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan metode survei kuesioner dan disesuaikan dengan kultur/budaya populasi, yaitu LGBT+ 2. Terdapat beberapa variabel yang diukur pada penelitian ini, antara lain 1) <i>Social media addiction</i> (Van den Eijnden et al., 2016), 2) <i>Self-efficacy</i> (Chen et al., 2001), 3) <i>Compulsive buying behavior</i> (Maccarrone-Eaglen & Schofield, 2017), FoMO (Przybylski et al., 2013). 3. Total jumlah partisipan penelitian sebesar 389 orang dengan profil sebagai berikut; heteroseksual berasal dari Inggris (63,1%), Amerika Serikat (11,7%), Eropa-Kaukasia (16,9%), dan Amerika Latin-Asia (6,8%). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berdasarkan analisis faktor eksploratori dengan <i>Maximum Likelihood</i> dan <i>Promax oblique rotation</i>, diketahui bahwa dua dimensi CBB menjelaskan 70.07% varians. 2. Konsumen LGBT+ lebih rentan pada perilaku <i>social media addiction</i> dan <i>compulsive buying</i>, dengan sebagian besar laki-laki. 3. Temuan tersebut juga mengindikasikan individu dengan <i>social anxiety</i> cenderung rentan mengalami perilaku <i>social media addiction</i> dan <i>compulsive buying</i>. 4. Adanya korelasi yang kuat antara penggunaan media sosial, <i>social media addiction</i>, dan CBB pada heteroseksual. Selain itu, kecenderungan FoMO lebih tampak pada heteroseksual. 5. <i>Self-efficacy</i> tidak berpengaruh signifikan terhadap CBB pada LGBT+ dan tidak memoderasi pengaruh <i>social media addiction</i> terhadap CBB baik pada konsumen heteroseksual maupun LGBT+. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan studi dengan sampel sub-kelompok LGBT+ yang lebih besar untuk mengetahui korelasi tingkat pendidikan dengan <i>social media addiction</i> dan CBB. 2. Menjelaskan lebih lanjut perbedaan masing-masing kelompok dari LGBT+ 3. Berfokus pada perilaku konsumtif rasional dan irasional pada LGBT+ mengingat adanya perbedaan kultur dalam masyarakat begitu pula dengan penerimaan mereka. 4. Memerlukan adanya studi lanjutan dengan metode <i>longitudinal</i> untuk mengetahui perbedaan tingkatan CBB seiring berjalannya waktu.
--	---	---	---	---



<p>Kim L. Gratz, Julia R. Richmond, Kayla M. Scamaldo, Keith A. Edmond, Jason P. Rose, Matthew T. Tull. <i>Prospective Impact of Borderline Personality Disorder Symptoms and Social Media Addiction on Coping and Health Related Outcomes During a Global Pandemic</i></p>	<p>Mengetahui hubungan prospektif antara gejala <i>Borderline Personality Disorder</i> (BPD) dengan mekanisme <i>coping</i> dan kondisi kesehatan serta peran moderasi <i>social media addiction</i> dalam hubungan tersebut.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sampel penelitian merupakan 377 orang dewasa Amerika Serikat. 2. Partisipan penelitian meliputi 51,7% perempuan, 46,7%, dengan rentang usia 20 – 74 tahun. 3. Berdasarkan ras, partisipan penelitian terdiri dari kulit putih (85,1%), kulit hitam (9,3%), Asia/Asia-Amerika (6,1%), Latin (4,3%), dan Amerika (1,6%). 4. Instrumen pengukuran yang digunakan, yaitu <i>McLean Screening Instrument for BPD</i> (MSI-BPD; Zanarini et al., 2003), <i>Bergen Social Media Addiction Scale</i> (BSMAS; Andreassen et al., 2017), <i>Bergen Facebook Addiction Scale</i> (BFAS; Andreassen et al., 2012; Andreassen et al., 2016), <i>Feelings and Me Questionnaire for Adults</i> (FAM; Kovacs, 2000; Kovacs et al., 2009), <i>Drug Use Questionnaire</i> (DUQ; Hien & First, 1991), <i>Interpersonal Needs Questionnaire</i> (INQ; Van Orden et al., 2012), <i>Short Health Anxiety Inventory</i> (SHAI; Abramowitz et al., 2007; Salkovski et al., 2002) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kondisi ambang BPD berkorelasi positif dengan strategi regulasi emosi yang maladaptif. 2. Selain itu, BPD juga berkorelasi positif dengan penggunaan obat-obatan terlarang dan tingginya <i>social media addiction</i>. 3. Perilaku <i>social media addiction</i> berkorelasi signifikan dengan mekanisme <i>coping</i> dan kondisi kesehatan. 4. Gejala BPD dan <i>social media addiction</i> merupakan varians yang signifikan dalam strategi regulasi emosi yang maladaptif. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Studi berikutnya perlu menggali bagaimana penggunaan media sosial pada individu BPD dan kekurangan penggunaan media sosial pada populasi ini dengan berbagai konteksnya. 2. Perlu adanya studi terkait korelasi gejala BPD dengan <i>social media addiction</i> pada mekanisme <i>coping</i> yang maladaptif dan kondisi kesehatan.
---	---	--	---	---



<p>Po-Ching Huang, Janet D. Latner, Kerry S. O'Brien, Yen-Ling Chang, Ching-Hsia Hung, Jung-Sheng Chen, Kuo-Hsin Lee, & Chung-Ying Lin. <i>Associations between social media addiction, psychological distress, and food addiction among Taiwanese university students</i></p>	<p>Mengidentifikasi hubungan antara <i>social media addiction</i>, stres psikologis, dan <i>food addiction</i> pada mahasiswa di Taiwan.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah partisipan adalah 598 orang dengan rerata usia 22,8 tahun 2. Sebagian besar merupakan mahasiswa laki-laki (65,8%) serta rerata <i>Body Mass Index</i> (BMI) sebesar 21,98. 3. Instrumen pengukuran yang digunakan, antara lain <i>Bergen Social Media Addiction Scale</i> (BSMAS), <i>Depression Anxiety and Stress Scale</i> (DASS-21), dan <i>Yale Food Addiction Scale 2.0</i> (YFAS 2.0) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adanya korelasi signifikan antara <i>social media addiction</i> dengan stres psikologis. 2. Setelah melalui proses <i>bootstrapping</i>, Efek mediasi juga ditunjukkan variabel stres psikologis pada korelasi antara <i>social media addiction</i> dengan <i>food addiction</i>. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penggunaan metode <i>self-report</i> memungkinkan adanya bias pada responden penelitian. 2. Karakteristik mahasiswa yang spesifik mengakibatkan hasil penelitian tidak sepenuhnya dapat digeneralisasi. 3. Perlu adanya studi <i>longitudinal</i> untuk menguji keterkaitan variabel dalam jangka waktu yang lebih panjang.
<p>Deon Tullet-Prado, Jo R. Doley, Daniel Zarate, Rapson Gomez, & Vasileios Stavropoulos. <i>Conceptualising social media addiction: a longitudinal network analysis of social media addiction symptoms and their relationships with psychological distress in a community sample of adults.</i></p>	<p>Mengetahui hubungan antara gejala <i>social media addiction</i> dengan stres psikologis dalam rentang waktu yang panjang pada studi jejaring analisis <i>longitudinal</i>.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Partisipan sejumlah 462 orang dewasa dengan rentang usia 18 – 64 tahun ($M_{usia} = 30.8$ tahun, 69,3% laki-laki, 29% perempuan, 1,9% lainnya) 2. Instrumen pengukuran menggunakan <i>Bergen Social Media Addiction Scale</i> (BSMAS) dan <i>Depression Anxiety and Stress Scale</i> (DASS-21). 3. Partisipan diukur dua kali dalam kurun waktu 12 bulan, analisis data menggunakan <i>network analysis</i> (NA) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gejala <i>social media addiction</i> ditemukan stabil dalam kurun waktu penelitian (12 bulan) juga berkorelasi dengan depresi, kecemasan, dan stres. 2. Gejala depresi tampak tidak memiliki pengaruh besar terhadap gejala <i>social media addiction</i> dibandingkan pada kecemasan dan stres. 3. Salah satu komponen <i>social media addiction</i>, yaitu <i>mood modification</i> secara konsisten memfasilitasi hubungan gejala stres dengan kecemasan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Partisipan penelitian berasal dari negara Barat sehingga sulit untuk digeneralisasi ke populasi yang lebih luas. 2. Penggunaan skala <i>self-report</i> rentan akan bias subjektivitas. 3. Studi berikutnya perlu dilakukan dengan populasi sampel dengan gejala klinis. 4. Variabel lain yang berkaitan dengan <i>problematic social media use</i> (PSMU) juga dapat dipertimbangkan di studi berikutnya.

Feten Fekih-Romdhane, Hadhami Sassi, & Majda Cheour. <i>The relationship between social media addiction and psychotic-like experiences in a large nonclinical student sample</i>	Mengidentifikasi korelasi antara <i>social media addiction</i> dengan pengalaman psikosis pada sampel non-klinis individu usia muda di Tunisia.	<ol style="list-style-type: none"> Partisipan penelitian merupakan 1007 mahasiswa (86,4% menghabiskan sebagian besar waktu di internet dan 98,5% penggunaan media sosial yang rutin) Instrumen pengukuran menggunakan <i>Community Assessment of Psychic Experiences (CAPE; Konings et al., 2006; Stefanis et al., 2002), Arabic Social Media Addiction Scale (ASMAS)</i>. 	<ol style="list-style-type: none"> Setelah mengontrol variabel demografi (<i>gender, usia</i>) dan penggunaan obat-obatan terlarang, diketahui bahwa penggunaan media sosial per hari dan dimensi konsekuensi sosial dari ASMAS berpengaruh signifikan terhadap PLE (<i>psychotic-like experience</i>) Adanya korelasi signifikan yang konsisten antara <i>social media addiction</i> dengan PLE (<i>psychotic-like experience</i>) 	<ol style="list-style-type: none"> Penggunaan studi <i>cross-sectional</i> yang terbatas sehingga tidak sepenuhnya dapat digeneralisasi. Maka, diperlukan studi eksperimental dan <i>longitudinal</i>. Sulitnya menemukan hubungan kausal antara penggunaan media sosial dengan kondisi kesehatan mental. Saran studi berikutnya agar menggali dua spektrum pengguna media sosial, yaitu pengguna yang aktif terlibat komunikasi interpersonal dan observer pasif untuk memahami lebih baik keterkaitan media sosial dengan PLE (<i>psychotic-like experience</i>).
--	---	--	---	--

DISKUSI

Adanya media sosial telah mengubah cara komunikasi, interaksi, dan sosialisasi (Subramanian, 2017). Bersamaan dengan meningkatnya penggunaan media, sejumlah studi mengamati bahwa konsumsi internet, *game*, atau media sosial yang berlebihan berkaitan dengan adiksi dan gangguan psikologis lainnya (depresi, penyalahgunaan alkohol, dll) (Turel et al., 2018; Wang et al., 2016). Berdasarkan hasil telaah literatur, diketahui bahwa terdapat sejumlah dampak psikologis yang disebabkan oleh perilaku *social media addiction*. Malak et al. (2021) menyatakan adanya korelasi positif antara *social media addiction* dengan reaksi psikologis berupa stres dan kecemasan. Stres psikologis juga berperan sebagai mediator hubungan perilaku *social media addiction* dengan variabel lainnya, antara lain kepuasan hubungan romantis. *Social media addiction* mampu memprediksi adanya mediasi



sebagian antara depresi, kecemasan, dan stres pada kepuasan hubungan romantis (Satici et al., 2023). Selain stres psikologis, perilaku *social media addiction* juga berbanding lurus dengan kecenderungan munculnya gejala *Borderline Personality Disorder* (BPD) dan *Psychotic-Like Experience* (PLE) (Fekih-Romdhane et al., 2021; Gratz et al., 2023).

Selain kondisi psikologis secara klinis, *social media addiction* juga memiliki dampak terhadap munculnya perilaku konsumtif. Maccarrone-Eaglen & Schofield (2023) menyatakan bahwa seseorang dengan *social media addiction* cenderung melakukan *compulsive buying behavior* (CBB) khususnya pada populasi LGBT+. Tidak hanya itu, temuan tersebut juga mengindikasikan individu yang memiliki *social anxiety* rentan mengalami *social media addiction* dan *compulsive buying*.

Berdasarkan ulasan sejumlah literatur yang telah dilakukan, masih ditemukan keterbatasan pada tiap penelitiannya. Umumnya keterbatasan tersebut terletak pada penggunaan metode *self-report* yang rentan adanya bias subjektif. Sebagian besar penelitian dilakukan secara *cross-sectional*, hal ini membatasi kemungkinan hasil studi dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih luas atau beragam. Keterbatasan lain yang kerap kali ditemukan adalah minimnya jumlah dan karakteristik sampel yang relatif homogen sehingga kurang representatif. Maka dari itu, partisipan penelitian pada studi berikutnya harus lebih heterogen agar perilaku *social media addiction* dapat ditinjau dari berbagai macam konteks.

SIMPULAN

Berdasarkan telaah literatur yang telah dilakukan, *social media addiction* atau kecanduan sosial media memiliki dampak psikologis yang cukup signifikan dan beragam. Hasil menunjukkan kecanduan sosial media memberikan dampak pada usia dan golongan yang cukup variatif. Hasil yang ditemukan pada umumnya menyebutkan bahwa kecanduan sosial media menimbulkan dampak psikologis berupa stres, kecemasan hingga depresi. Tidak hanya itu, kecanduan sosial media juga menimbulkan perilaku-perilaku kompulsif seperti *compulsive buying* hingga *food addiction* serta gangguan-gangguan seperti BPD dan PLE.

Penelitian terkait *social media addiction* memiliki kelemahan berupa metode asesmen yang masih memunculkan bias akibat penggunaan *self-report*. Hal ini yang diharapkan pada penelitian mendatang supaya mampu meminimalisasi bias tersebut melalui penggunaan atau pemilihan metode yang meningkatkan objektivitas partisipan sehingga bias penelitian dapat dikurangi. Kekurangan lain berasal dari homogenitas sampel yang membuat generalisasi dari hasil penelitian masih dipertanyakan. Penelitian dengan topik serupa setelahnya diharap mampu memperluas partisipan guna memberikan heterogenitas hasil sehingga generalisasi dari hasil tersebut cukup untuk menggambarkan populasi yang lebih luas. Saran bagi peneliti yang hendak melakukan tinjauan literatur mengenai topik serupa adalah diharapkan mampu mencakup penelitian-penelitian yang memiliki aspek dan kondisi masyarakat yang belum terdapat pada tinjauan literatur ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, Ibu Reza Lidia Sari selaku dosen pembimbing, keluarga penulis, teman-teman terdekat penulis dan pihak-pihak lain yang telah banyak memberikan dukungan serta membantu penulis dalam proses penyusunan telaah literatur ini.



DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Muhammad Zulfan Akbar tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social Network Site Addiction - An Overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25).
- Fekih-Romdhane, F., Sassi, H., & Cheour, M. (2021). The relationship between social media addiction and psychotic-like experiences in a large nonclinical student sample. *Psychosis*, 13(4), 349–360. <https://doi.org/10.1080/17522439.2020.1861074>
- Gratz, K. L., Richmond, J. R., Scamaldo, K. M., Edmonds, K. A., Rose, J. P., & Tull, M. T. (2023). Prospective Impact of Borderline Personality Disorder Symptoms and Social Media Addiction on Coping and Health Related Outcomes During a Global Pandemic. *International Journal of Cognitive Therapy*, 16(4), 571–593. <https://doi.org/10.1007/s41811-023-00183-z>
- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., & Meringolo, P. (2019). An Explorative Model to Assess Individuals' Phubbing Risk. *Future Internet*, 11(21).
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology*, 13(1).
- Huang, C. (2017). Time Spent on Social Network Sites and Psychological Well-Being: A-Meta-Analysis. *Cyberpsychology Behavior Social Network*, 20, 346–354.
- Huang, P. C., Latner, J. D., O'Brien, K. S., Chang, Y. L., Hung, C. H., Chen, J. S., Lee, K. H., & Lin, C. Y. (2023). Associations between social media addiction, psychological distress, and food addiction among Taiwanese university students. *Journal of Eating Disorders*, 11(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40337-023-00769-0>
- India Social Media Statistics 2021 | Internet & Mobile Statistics of India*. (2021).
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(311).
- Maccarrone-Eaglen, A., & Schofield, P. (2023). The influence of social media addiction on compulsive buying behaviour: A comparative analysis of LGBT+ and heterosexual consumers. *Journal of Consumer Behaviour*, 22(1), 98–121. <https://doi.org/10.1002/cb.2115>
- Malak, M. Z., Shuhaiber, A. H., Al-amer, R. M., Abuadas, H., & Aburoomi, R. J. (2021). Correlation between psychological factors , academic performance and social media addiction : model-based testing. *Behaviour & Information Technology*, 0(0), 1–13. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1891460>
- Riva, G., Wiederhold, B. K., & Cipresso, P. (2015). Psychology Of Social Media: From Technology To Identity. *The Psychology of Social Networking: Personal Experience in Online Communities*, May, 4–14. <https://doi.org/10.1515/9783110473780-003>



- Satici, B., Kayis, A. R., & Griffiths, M. D. (2023). Exploring the Association Between Social Media Addiction and Relationship Satisfaction: Psychological Distress as a Mediator. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(4), 2037–2051. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00658-0>
- Subramanian. (2017). Influence of Social Media in Interpersonal Communication. *Journal of Scientific Progress and Research*, 38(109), 70–75. www.ijsspr.com
- Teo, W. J. S., & Lee, C. S. (2016). Sharing brings happiness?: Effects of sharing in social media among adult users. *Lecture Notes in Computer Science (Including Subseries Lecture Notes in Artificial Intelligence and Lecture Notes in Bioinformatics)*, 10075 LNCS(June), 351–365. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49304-6_39
- Tullett-Prado, D., Doley, J. R., Zarate, D., Gomez, R., & Stavropoulos, V. (2023). Conceptualising social media addiction: a longitudinal network analysis of social media addiction symptoms and their relationships with psychological distress in a community sample of adults. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–27. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04985-5>
- Turel, O., Brevers, D., & Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of Psychiatric Research*, 97.
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5).
- Wang, J.-L., Gaskin, J., Wang, H.-Z., & Liu, D. (2016). Life satisfaction moderates the associations between motives and excessive social networking site usage. *Addiction Research & Theory*, 24.
- Zhang, M. W., Tran, B. X., Le, H. T., Nguyen, H. D., Nguyen, C. T., Tran, T. D., Latkin, C. A., & Ho, R. C. (2017). Perceptions of Health-Related Information on Facebook: Cross-Sectional Study Among Vietnamese Youths. *Interact. J. Med. Res.*, 5(e16).

