



## Hubungan Paparan Media Sosial Instagram dengan *Insecurity* pada Siswa Kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur

### *The Relationship Between Exposure to Instagram Social Media and Insecurity in Grade XI Students of SMKS Bunga Persada Cianjur*

Thifaal Fariyah<sup>1</sup>, Ahmad Rizal<sup>2</sup>, Irma Herliana<sup>3</sup>

Universitas Indonesia Maju

Email: thifalfpk@gmail.com

#### Article Info

##### Article history :

Received : 07-04-2026

Revised : 09-04-2026

Accepted : 11-04-2026

Published : 13-04-2026

#### Abstract

*The use of Instagram social media is increasingly intensive among teenagers, potentially causing psychological impacts, one of which is insecurity. Insecurity in adolescents can affect self-confidence, mental health, and psychosocial development. Exposure to visual content, ideal standards, and validation-based social interactions on Instagram are factors suspected to contribute to the emergence of insecurity. This study aims to analyze the relationship between Instagram social media exposure and insecurity levels among eleventh-grade students at SMKS Bunga Persada Cianjur. This research uses a quantitative method with a cross-sectional design. The study population consisted of all eleventh-grade students at SMKS Bunga Persada Cianjur, with a sample size of 181 respondents selected using total sampling technique. Research instruments included an Instagram social media exposure questionnaire and an insecurity questionnaire. Data analysis was conducted univariately to describe respondent characteristics, Instagram social media exposure, and insecurity levels, as well as bivariate analysis using the Chi-Square test to determine relationships between variables. The results show that most respondents had moderate Instagram social media exposure (56.4%) and moderate insecurity levels (59.1%). The Chi-Square test yielded  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), indicating a significant relationship between Instagram social media exposure and insecurity levels among eleventh-grade students. Respondents with high Instagram exposure tended to experience higher insecurity levels compared to those with moderate exposure. The conclusion of this study demonstrates that Instagram social media exposure is significantly related to insecurity levels among eleventh-grade students at SMKS Bunga Persada Cianjur. Therefore, digital literacy education efforts and psychosocial support for adolescents are needed to minimize the negative impact of social media use on mental health.*

**Keywords:** *Instagram social media exposure, insecurity, adolescents*

#### Abstrak

Penggunaan media sosial Instagram semakin intens di kalangan remaja yang dapat berpotensi menimbulkan dampak psikologis, salah satunya *insecurity*. *Insecurity* pada remaja dapat memengaruhi kepercayaan diri, kesehatan mental, serta perkembangan psikososial. Paparan konten visual, standar ideal, dan interaksi sosial berbasis validasi di Instagram menjadi faktor yang diduga berkontribusi terhadap munculnya *insecurity*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan paparan media sosial Instagram dengan tingkat *insecurity* pada siswa kelas XI di SMKS Bunga Persada Cianjur. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur, dengan jumlah sampel sebanyak 181 responden yang diambil menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner paparan media sosial Instagram dan kuesioner *insecurity*. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, paparan media



sosial Instagram, dan tingkat *insecurity*, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki paparan media sosial Instagram kategori sedang (56,4%) dan tingkat *insecurity* kategori sedang (59,1%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media sosial Instagram dengan tingkat *insecurity* pada siswa kelas XI. Responden dengan paparan Instagram tinggi cenderung mengalami tingkat *insecurity* yang lebih tinggi dibandingkan responden dengan paparan sedang. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa paparan media sosial Instagram berhubungan secara signifikan dengan tingkat *insecurity* pada siswa kelas XI di SMKS Bunga Persada Cianjur. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi literasi digital dan pendampingan psikososial bagi remaja untuk meminimalkan dampak negatif penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental.

**Kata kunci: paparan media sosial Instagram, *insecurity*, remaja**

## PENDAHULUAN

Teknologi informasi menjadikan media sosial bagian penting dalam kehidupan remaja. WHO (2025) melaporkan bahwa satu dari tujuh remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, terutama depresi dan kecemasan, yang dipengaruhi oleh tekanan psikologis dan perbandingan sosial akibat penggunaan media sosial.

Di Indonesia, 79,5% masyarakat aktif menggunakan media sosial (APJII, 2024). Meskipun bermanfaat, media sosial juga berdampak negatif pada kesehatan mental remaja. Kemenkes RI (2023) menyebutkan bahwa perbandingan sosial di media sosial dapat memicu stres, kecemasan, dan perasaan tidak aman (*insecurity*).

*Insecurity* merupakan kondisi ketidakamanan psikologis yang ditandai dengan rendahnya kepercayaan diri, kecemasan sosial, dan ketidakpuasan diri. UNICEF (2021) dan Kemenkes RI (2023) mencatat tingginya masalah kesehatan mental pada remaja, yang salah satunya berkaitan dengan penggunaan media sosial berlebihan, khususnya Instagram.

DataReportal (2025) menunjukkan lebih dari 100 juta pengguna Instagram di Indonesia, didominasi remaja. Paparan konten ideal mendorong *upward social comparison* yang dapat meningkatkan *insecurity*. Studi pendahuluan pada siswa kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur menunjukkan sebagian besar siswa mengalami *insecurity* akibat paparan Instagram, sehingga penelitian mengenai hubungan paparan media sosial Instagram dengan *insecurity* pada siswa menjadi penting untuk dilakukan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara paparan media sosial Instagram dengan tingkat *insecurity* pada siswa kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur. Desain ini dipilih karena sesuai untuk mengidentifikasi hubungan antarvariabel tanpa memberikan perlakuan tertentu kepada responden.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan metode yang telah ditetapkan sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, sehingga mampu mengukur paparan Instagram dan tingkat *insecurity* secara objektif.



Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan masing-masing variabel, serta analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara paparan media sosial Instagram dengan tingkat *insecurity*. Dengan metode penelitian ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas, akurat, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah mengenai pengaruh paparan Instagram terhadap *insecurity* pada siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### 1. Analisis Univariat

##### a. Paparan Media Sosial Instagram

*Tabel Paparan Media Sosial Instagram*

Paparan Media Sosial Instagram	f	%
Rendah	N/A	N/A
Sedang	102	56,4
Tinggi	79	43,6
Total	181	100,0

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa dari 181 responden, sebagian besar memiliki paparan media sosial Instagram kategori sedang 56,4%, sedangkan 43,6% responden berada pada kategori tinggi.

##### b. *Insecurity*

*Tabel Insecurity*

Gangguan Mental	f	%
Sedang	107	59,1
Tinggi	74	40,9
Total	181	100,0

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa dari 181 responden, sebagian besar berada pada kategori *insecurity* sedang (59,1%), sedangkan 40,9% berada pada kategori tinggi.

#### 2. Analisis Bivariat

**Tabel Tabulasi Paparan Media Sosial Instagram dengan *Insecurity* pada Siswa Kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur**

			<i>Insecurity</i>		
			Sedang	Berat	Total
Paparan Media Sosial Instagram	Sedang	Count	79	23	102
		Expected Count	60,3	41,7	102,0
	Tinggi	%within	77,5%	22,5%	100,0%
		Paparan			



	Media Sosial			
	Instagram			
	%within	73,8%	31,1%	56,4%
	Insecurity			
	%of Total	43,6%	12,7%	56,4%
	Count	28	51	79
	Expected	46,7	32,3	79,0
	Count			
	%within	35,4%	64,6%	100,0%
	Paparan Media Sosial			
	Instagram			
	%within	26,2%	68,9%	43,6%
	Insecurity			
	%of Total	15,5%	28,2%	43,6%
	Count	107	74	181
	Expected	107,0	74,0	181,0
	Count			
	%within	59,1%	40,9%	100,0%
	Paparan Media Sosial			
	Instagram			
	%within	100,0%	40,9%	100,0%
	Insecurity			
	%of Total	59,1%	40,9%	100,0%

Berdasarkan Hasil tabel crosstabulation menunjukkan bahwa responden dengan paparan Instagram sedang mayoritas mengalami *insecurity* sedang (77,5%), sedangkan responden dengan paparan Instagram tinggi mayoritas mengalami *insecurity* berat (64,6%). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi paparan media sosial Instagram, semakin tinggi tingkat *insecurity* yang dialami responden.

**Tabel Analisis Hubungan Paparan Media Sosial Instagram dengan *Insecurity* pada Siswa SMKS Bunga Persada Cianjur**

Chi Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	32,505	1	,000		
Continuity Correction	30,790	1	,000		
Likelihood Ratio	33,257	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	32,326	1	,000		
N of Valid Cases	181				



Berdasarkan hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai Pearson Chi-Square sebesar 32,505 dengan derajat kebebasan ( $df = 1$ ) dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara paparan media sosial Instagram dengan *insecurity* pada responden.

Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima, yang berarti semakin tinggi paparan media sosial Instagram cenderung diikuti oleh tingkat *insecurity* yang lebih tinggi.

## Pembahasan

### 1. Gambaran Paparan Media Sosial Instagram Pada Siswa Kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur

Berdasarkan analisis univariat, seluruh responden memiliki akun Instagram sebanyak 181 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa Instagram merupakan media sosial yang sangat umum digunakan oleh responden dan menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari. Kepemilikan akun Instagram secara menyeluruh mengindikasikan tingginya paparan responden terhadap interaksi sosial dan konten digital. Kondisi ini relevan dengan penelitian karena Instagram diketahui dapat memengaruhi aspek psikososial dan perilaku pengguna. Temuan ini sejalan dengan studi lima tahun terakhir yang menyatakan bahwa Instagram memiliki tingkat penetrasi tinggi dan berpengaruh signifikan terhadap pengalaman sosial remaja dan dewasa muda (Patti M Valkenburg *et al.*, 2021).

Berdasarkan analisis univariat, sebagian besar responden menggunakan Instagram lebih dari 2 jam per hari yaitu sebanyak 139 orang (76,8%), sedangkan responden yang menggunakan Instagram selama 1–2 jam per hari berjumlah 38 orang (21,0%) dan hanya 4 orang (2,2%) yang menggunakan Instagram selama 30–60 menit per hari. Temuan ini menunjukkan intensitas penggunaan Instagram yang tergolong tinggi pada responden. Durasi penggunaan media sosial yang panjang mencerminkan tingginya keterlibatan responden terhadap aktivitas digital dan interaksi sosial daring. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa penggunaan media sosial lebih dari dua jam per hari berpotensi memengaruhi kondisi psikososial, seperti perhatian, regulasi emosi, dan kesejahteraan mental. Hasil ini sejalan dengan studi lima tahun terakhir yang menyatakan bahwa durasi penggunaan media sosial yang tinggi berkaitan dengan perubahan perilaku dan kesehatan mental pada remaja dan dewasa muda (Valkenburg *et al.*, 2021).

### 2. Gambaran *Insecurity* Pada Siswa Kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur

Berdasarkan hasil analisis univariat, tingkat *insecurity* responden sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 107 orang (59,1%), sedangkan responden dengan tingkat *insecurity* tinggi berjumlah 74 orang (40,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami perasaan tidak aman diri pada tingkat yang masih moderat, namun proporsi *insecurity* tinggi juga tergolong signifikan. *Insecurity* pada tingkat sedang hingga tinggi dapat berkaitan dengan faktor psikososial seperti perbandingan sosial, penerimaan diri, dan paparan media sosial. Kondisi ini penting diperhatikan karena *insecurity* yang berkelanjutan berpotensi memengaruhi kesehatan mental, kepercayaan diri, dan interaksi sosial individu. Hasil penelitian ini sejalan dengan studi lima tahun terakhir yang menyatakan bahwa tingkat *insecurity* pada remaja dan dewasa muda cukup tinggi dan berkaitan erat dengan faktor lingkungan sosial



serta penggunaan media digital (Ine Beyens *et al.*, 2021).

### **3. Hubungan Paparan Media Sosial Instagram Dengan *Insecurity* Pada Siswa Kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur**

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 32,505 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara variabel independen dan variabel dependen yang diteliti. Nilai ini didukung oleh uji alternatif lainnya seperti Continuity Correction dan Likelihood Ratio yang juga menghasilkan nilai  $p < 0,05$ . Hasil tersebut mengindikasikan bahwa perbedaan kategori pada variabel independen berasosiasi signifikan dengan perbedaan tingkat variabel dependen. Dengan demikian, hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima.

Signifikansi hasil uji Fisher's Exact Test yang juga menunjukkan  $p = 0,000$  memperkuat temuan bahwa hubungan antarvariabel tidak terjadi secara kebetulan. Hal ini penting terutama ketika distribusi data bersifat kategorik, karena uji Fisher memberikan estimasi yang lebih akurat pada kondisi tertentu. Secara konseptual, hubungan ini dapat dijelaskan melalui teori psikososial yang menyatakan bahwa faktor lingkungan dan paparan tertentu dapat memengaruhi kondisi psikologis individu. Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa paparan sosial tertentu memiliki kontribusi signifikan terhadap perubahan kondisi mental dan emosional (Yang *et al.*, 2021).

Selain itu, nilai Linear-by-Linear Association sebesar 32,326 dengan  $p = 0,000$  menunjukkan adanya kecenderungan hubungan yang konsisten antar kategori variabel. Artinya, peningkatan pada satu variabel diikuti oleh peningkatan atau perubahan yang searah pada variabel lainnya. Temuan ini sejalan dengan penelitian lima tahun terakhir yang menyatakan bahwa hubungan antara paparan sosial dan kondisi psikologis bersifat linear dan progresif. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memperkuat bukti empiris bahwa variabel yang diteliti memiliki hubungan yang signifikan dan relevan secara klinis maupun sosial (J Loes Pouwels *et al.*, 2021).

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Paparan Media Sosial Instagram dengan *Insecurity* pada Siswa Kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur, diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki paparan media sosial Instagram pada kategori sedang, yaitu sebanyak 102 responden (56,4%), sedangkan 79 responden (43,6%) berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan Instagram cukup intens di kalangan siswa dan berpotensi memengaruhi kondisi psikologis mereka.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat *insecurity* siswa kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 107 responden (59,1%), sementara 74 responden (40,9%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa mengalami perasaan tidak aman terhadap diri sendiri dalam taraf yang cukup bermakna.

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 32,505 dengan derajat kebebasan ( $df = 1$ ) dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media sosial Instagram dengan tingkat *insecurity* pada siswa kelas XI SMKS Bunga Persada Cianjur.



Secara Keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat paparan media sosial Instagram dan tingkat *insecurity* pada kategori sedang. Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara paparan media sosial Instagram dengan tingkat *insecurity* pada siswa kelas XI, sehingga semakin tinggi paparan media sosial Instagram, maka cenderung diikuti dengan meningkatnya tingkat *insecurity*.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

#### 1. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat meningkatkan upaya edukasi terkait penggunaan media sosial yang sehat dan bijak melalui kegiatan penyuluhan, bimbingan konseling, atau integrasi materi literasi digital dalam pembelajaran. Hal ini penting untuk mencegah dampak negatif paparan media sosial terhadap kondisi psikologis siswa, khususnya terkait *insecurity*.

#### 2. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat lebih bijak dalam menggunakan media sosial Instagram dengan membatasi durasi penggunaan serta menghindari perilaku membandingkan diri secara berlebihan dengan orang lain. Selain itu, siswa dianjurkan untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui pengembangan potensi diri dan interaksi sosial yang positif di lingkungan sekolah maupun keluarga.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan desain yang berbeda, seperti *longitudinal study*, serta menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *insecurity*, seperti dukungan sosial, konsep diri, dan kondisi psikologis sebelumnya. Selain itu, penggunaan metode pengumpulan data yang lebih beragam diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anny Valentina<sup>1</sup>, Grivena Lavender Putri<sup>2</sup>, Valiani<sup>3</sup>, O. H. P. (2022). KOMUNIKASI VISUAL UNTUK EDUKASI INSECURITY PADA REMAJA PEREMPUAN YANG DIAKIBATKAN OLEH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL. *KOMUNIKASI VISUAL UNTUK EDUKASI INSECURITY PADA REMAJA PEREMPUAN YANG DIAKIBATKAN OLEH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31598/bahasarupa.v5i2.1067>
- APJII. (2024). APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang. *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*. <https://doi.org/https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Budisiwi, H. (2023). *11 THE IMPACT OF INSECURITY ON SELF-ADJUSTMENT IN*.
- Cheng, X., & Yang, Y. (2022). *The Causes of Social Anxiety Disorder in the Different Developmental Stages*. *638(Icpahd 2021)*, 329–334.
- Chia-Chen Yang, Sean M Holden, M. D. K. C. (2021). Social Media Social Comparison of Ability (but not Opinion) Predicts Lower Identity Clarity: Identity Processing Style as a Mediator. *National Library of Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0801-6>
- Daniel Fernandes, Yohana Puteri Damayanti Adi Pangestu, Marialusiana, M. Y. I. (2021). Penggunaan



- Aplikasi Tiktok untuk Mempublikasikan Karya Mencintai Ketidaktelesmpurnaan Diri melalui Kampanye Love Imperfections. *Penggunaan Aplikasi Tiktok Untuk Mempublikasikan Karya Mencintai Ketidaktelesmpurnaan Diri Melalui Kampanye Love Imperfections*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31234/osf.io/h8rax>
- DATAREPORTAL. (2025). Instagram Users, Stats, Data & Trends for 2025. *Instagram Users, Stats, Data & Trends for 2025*. [https://doi.org/https://datareportal.com/essential-instagram-stats?utm\\_source=DataReportal&utm\\_medium=Country\\_Article\\_Hyperlink&utm\\_campaign=Digital\\_2024&utm\\_term=Indonesia&utm\\_content=Facebook\\_Stats\\_Link](https://doi.org/https://datareportal.com/essential-instagram-stats?utm_source=DataReportal&utm_medium=Country_Article_Hyperlink&utm_campaign=Digital_2024&utm_term=Indonesia&utm_content=Facebook_Stats_Link)
- Desti agustin, Prihastuti, F. andriani. (2025). Pengaruh Antara Social Comparison terhadap Body Dissatisfaction pada Mahasiswi Pengguna Instagram di Program Studi Profesi Psikolog Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Simki Pedagogia Universitas Nusantara PGRI Kediri*. <https://doi.org/https://doi.org/10.29407/jsp.v8i2.1118>
- Farisa nur amalia, H. laksmiwati. (2021). HUBUNGAN ANTARA KOMPARASI SOSIAL DAN BODY DISSATISFACTION PADA PEREMPUAN PENGGUNA INSTAGRAM DI SURABAYA. *Journal Penelitian Psikologi*. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i6.41526>
- Fatima Mougharbel 1, 2, Jean-Philippe Chaput 2, 3, Hugues Sampasa-Kanyinga 2, Hayley A Hamilton 4, Ian Colman 3, 5, Scott T Leatherdale 6, G. S. G. (2023). Heavy social media use and psychological distress among adolescents: the moderating role of sex, age, and parental support. *Heavy Social Media Use and Psychological Distress among Adolescents: The Moderating Role of Sex, Age, and Parental Support*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1190390>
- Fitria Nissa Zahara, Ridwan Effendi, V. S. (2020). THE EFFECT OF INSTAGRAM INFLUENCERS CONTENT EXPOSURE ON THE MOTIVATION FOR ONLINE SELF-. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 29, 199–209.
- Hakim, A. R. (2021). Insecure Dalam Ilmu Psikologi Ditinjau Dari Perspektif Al-Qur'an. *Skripsi*, hlm. 1.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). *Users of the world , unite ! The challenges and opportunities of Social Media*. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- KBBI. (2005). *Shared by: MY-DIARYZONE*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa. *Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa*. <https://doi.org/https://kemkes.go.id/id/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa>
- Larissa tifara efendi, Y. astin sokang. (2025). Hubungan Intensitas Penggunaan Sosial Media Instagram dengan Citra Tubuh Pada Remaja Akhir. *Journal of Social Science Research*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/innovative.v5i4.20229>
- Mardiana, N. dkk. (2021). Fenomena Insecure Pada Remaja di Era Pandemi COVID-19. *Fenomena Insecure Pada Remaja Di Era Pandemi COVID-19*. <https://doi.org/http://e-journal.umc.ac.id/index.php/JIK/citationstylelanguage/get/associacao-brasileira-de-normas-tecnicas?submissionId=2565&publicationId=1949>
- Maya Haddad. (2024). *PENGUNAAN INSTAGRAM SEBAGAI MEDIA TREND FASHION MAHASISWI IAIN KENDARI*. 8–45.
- Nursalam. (2020). *Ilmu keperawatan Pendekatan Praktis Nursalam. Ilmu keperawatan Pendekatan Praktis*.
- Patti M Valkenburg , Ine Beyens , J Loes Pouwels , Irene I van Driel, L. K. (2021). Social Media Browsing and Adolescent Well-Being: Challenging the “Passive Social Media Use Hypothesis.” *Oxford Academic*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/jcmc/zmab015>
- Pranata, R. A. (2022). *MOTIVASI PENGGUNAAN FITUR LIKE INSTAGRAM (STUDI DESKRIPTIF KUALITATIF PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA)*. [https://eprints.ums.ac.id/96818/1/Naskah\\_Publikasi.pdf](https://eprints.ums.ac.id/96818/1/Naskah_Publikasi.pdf)
- Raden Ajeng Nuurizqia Utami Prawiro, R. U. P., & Herni Susanti, I. Y. W. (2024). HUBUNGAN



- KARAKTERISTIK PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN HARGA DIRI PADA PEMUDA 15–24 TAHUN. *HUBUNGAN KARAKTERISTIK PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN HARGA DIRI PADA PEMUDA 15–24 TAHUN*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32419/jppni.v9i1.554>
- Ramadhani, Zannuba Nur and, R. S. K. (2024). Fenomena Insecure Remaja Perempuan dalam Penggunaan Media Sosial Instagram. *Fenomena Insecure Remaja Perempuan Dalam Penggunaan Media Sosial Instagram*. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/128970>
- RI, K. E. P. dan P. K. N. K. K. (2021). *pedoman dan standar etik penelitian dan pengembangan kesehatan nasional*. <https://doi.org/https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4214>
- Soraya, A. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa (Studi Korelasional Kuantitatif Tentang Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Sumatera Utara). *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa (Studi Korelasional Kuantitatif Tentang Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Sumatera Utara)*. <https://doi.org/http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/14823>
- Sri Rejeki, Euis Komalawati, P. I. (2020). Penggunaan Instagram Terhadap Citra Diri Mahasiswa. *Penggunaan Instagram Terhadap Citra Diri Mahasiswa*. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.31334/lugas.v4i2.1225>
- Sugiyono. (2023a). *METODE PENELITIAN KUANTITAFI KUALITATIF dan R&D* (Vol. 17).
- Sugiyono, P. D. (2023b). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF*. In *METODE PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF*.
- UNICEF. (2021). The State of the World's Children 2021 On My Mind: Promoting, protecting and caring for children's mental health. *The State of the World's Children 2021 On My Mind: Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health*. <https://doi.org/https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>
- WHO. (2025). *Mental health of adolescents*. <https://doi.org/https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>