

## MEDIA SOSIAL SEBAGAI RUANG AMAN REMAJA DARI KETIDAKPEDULIAN EMOSIONAL DALAM KELUARGA

Rafiqah Meidina Syakira<sup>1</sup>, Syahla Nur Azizah<sup>2</sup>, Johansen Kristian Hutajulu<sup>3</sup>, Hairani Siregar<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Sumatera Utara, Indonesia

Email: [rafiqahmeidina@students.usu.ac.id](mailto:rafiqahmeidina@students.usu.ac.id)<sup>1</sup>, [syahlanurazizah@students.usu.ac.id](mailto:syahlanurazizah@students.usu.ac.id)<sup>2</sup>,  
[johansenkristian@students.usu.ac.id](mailto:johansenkristian@students.usu.ac.id)<sup>3</sup>, [hairani@usu.ac.id](mailto:hairani@usu.ac.id)<sup>4</sup>

Received: 2-6-2025

Revised: 19-6-2025

Accepted: 25-6-2025



This is an Open Access article under the CC-BY-SA license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Published by Pancasila and Citizenship Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, University of Palangka Raya.

### Abstrak

Ketidakpedulian emosional dalam keluarga berpotensi mengganggu perkembangan psikologis remaja. Dalam kondisi tersebut, media sosial sering dimanfaatkan sebagai ruang aman untuk mengekspresikan emosi dan mencari dukungan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara ketidakpedulian emosional dalam keluarga dan kecenderungan remaja menggunakan media sosial sebagai ruang aman. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional. Data dikumpulkan melalui angket daring yang disebarkan kepada 101 remaja berusia 16–22 tahun di Kota Medan dengan teknik purposive sampling. Instrumen terdiri dari dua skala: skala ketidakpedulian emosional dalam keluarga dan skala persepsi media sosial sebagai ruang aman, yang disusun dalam model Likert 4 poin. Pengolahan data dilakukan melalui uji validitas, reliabilitas (Cronbach's Alpha), uji normalitas, dan analisis korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakpedulian emosional dalam keluarga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan intensitas pemanfaatan media sosial sebagai ruang aman. Meski berfungsi sebagai kompensasi emosional, penggunaan media sosial yang berlebihan tetap mengandung risiko psikologis. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang seimbang dalam mendampingi remaja memanfaatkan media sosial secara sehat.

**Kata Kunci:** Media Sosial; Remaja; Ketidakpedulian Emosional; Korelasi; Ruang Aman

### Abstract

Emotional neglect within the family can significantly disrupt adolescents' psychological development. In such conditions, social media is often used as a safe space to express emotions and seek emotional support. This study aims to analyze the relationship between emotional neglect in the family and adolescents' tendency to use social media as a safe space. This research employed a quantitative approach with a descriptive correlational design. Data were collected using an online questionnaire distributed to 101 adolescents aged 16–22 in Medan, selected through purposive sampling. The instrument consisted of two main scales: a scale

measuring emotional neglect in the family and a scale measuring adolescents' perception of social media as a safe space. Both scales used a 4-point Likert model. Data processing included validity and reliability tests (Cronbach's Alpha), normality tests, and Pearson correlation analysis. The results showed a significant positive relationship between emotional neglect in the family and the use of social media as a safe space. Although social media serves as emotional compensation, excessive use poses psychological risks. Therefore, a balanced approach is essential to support adolescents in using social media in a healthy and constructive way.

**Keywords:** Social Media; Adolescents; Emotional Neglect; Correlation; Safe Space

## A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi kritis dalam perkembangan psikososial individu, yang ditandai oleh pencarian jati diri, kebutuhan akan penerimaan sosial, serta peningkatan sensitivitas emosional (Erikson, 1968). Pada fase ini, dukungan emosional dari keluarga, khususnya orang tua, menjadi fondasi penting dalam membentuk kelekatan, regulasi emosi, dan kesehatan mental remaja secara umum (Bowlby, 1988).

Sayangnya, tidak semua remaja memiliki akses terhadap lingkungan keluarga yang suportif secara emosional. Ketidakpedulian emosional dalam keluarga—ditandai oleh kurangnya perhatian, empati, dan keterlibatan orang tua terhadap kondisi psikologis anak—telah terbukti berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Kondisi ini dapat memicu perasaan kesepian, terabaikan, hingga menurunnya kemampuan mengelola emosi secara adaptif (Steinberg, 2014).

Ketidakpedulian emosional dalam keluarga merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Kadar keintiman batin antara remaja dengan orang tua yang rendah berpeluang besar menurunkan kemampuan regulasi emosi dan ketahanan online remaja (Hasanah & Latifah, 2021). Pada konteks ini, media sosial seringkali menjadi alternatif bagi remaja untuk mencari dukungan emosional, mencari validasi, serta membangun koneksi sosial yang tidak mereka peroleh dari lingkungan terdekat di rumah.

Sebuah studi lainnya mengidentifikasi fenomena "alone together", dimana remaja cenderung terhubung dengan teknologi digital dibandingkan interaksi keluarga secara langsung, yang pada gilirannya sanggup mempengaruhi perilaku emosional mereka (Ramadhanintyas et al., 2023). Media sosial memungkinkan remaja menciptakan ruang-ruang privat seperti akun sekunder (*second account*), akun anonim, atau fitur *close friends* sebagai bentuk pelarian dari relasi yang kurang mendukung pada realita kehidupannya sehari-hari.

Penggunaan media sosial sebagai ruang aman memiliki implikasi yang kompleks. Di satu sisi, ia memberikan kesempatan bagi remaja untuk menyalurkan ekspresi emosional dan menemukan dukungan sebaya yang validatif. Namun di sisi lain, tanpa pengawasan dan keseimbangan, hal ini juga berpotensi menimbulkan risiko psikologis seperti kecanduan, ketergantungan afektif pada dunia maya, dan penghindaran terhadap masalah interpersonal nyata. Atas dasar tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi sembari menganalisa hubungan antara ketidakpedulian emosional dalam keluarga dan kecenderungan remaja memanfaatkan media sosial sebagai ruang aman. Bila mampu memahami hubungan ini secara lebih menyeluruh, harapan untuk menemukan pijakan bagi intervensi berbasis keluarga maupun pendekatan literasi digital yang lebih berorientasi pada kesejahteraan emosional remaja akan lebih memungkinkan.

## B. KAJIAN TEORI

### 3.1 Ketidakpedulian Emosional dalam Keluarga

Ketidakpedulian emosional dalam keluarga dapat diartikan sebagai suatu kondisi ketika

anggota keluarga, khususnya orang tua, gagal menunjukkan kehangatan, empati, perhatian, dan dukungan emosional yang cukup kepada anak (Steinberg, 2014). Dalam keluarga yang kurang intim secara emosional, remaja cenderung merasa tidak dihargai, kesepian, dan tidak memiliki tempat yang aman untuk mengungkapkan perasaan mereka.

Menurut pandangan Teori *Attachment* (Bowlby, 1988), hubungan emosional yang aman dan konsisten antara anak dan pengasuh utama sangat penting dalam pembentukan regulasi emosi dan perkembangan sosial anak. Ketika kelekatan ini terganggu atau tidak terbentuk dengan sempurna sebagai akibat dari ketidakpedulian emosional, anak akan mencari sumber kelekatan alternatif di luar keluarga intinya. Dengan demikian, tampak jelas bahwa dukungan sosial keluarga mempengaruhi penyesuaian sosial pada remaja (Jelita et al., 2021).

Ketidakpedulian emosional dalam keluarga jelas berpeluang besar mendorong remaja untuk mencari sumber dukungan emosional dari luar lingkungan keluarga biologis. Pola berulang sehubungan dengan tingkat komunikasi keluarga yang tidak efektif kerap berkelindan dengan tingkat adiksi media sosial pada remaja (Afifah et al., 2024).

### 3.2 Media Sosial sebagai Ruang Aman

Media sosial dapat berfungsi sebagai ruang aman bagi remaja untuk mengekspresikan diri dan mencari dukungan emosional. Sebuah studi menyatakan bahwa media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku komunikasi remaja, baik positif maupun negatif (Anwar et al., 2024). Namun, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan risiko seperti kecanduan dan gangguan kesehatan mental (Susilawati et al., 2023).

Berangkat dari konstruksi pemikiran yang termaktub dalam *Social Compensation Hypothesis* (Valkenburg & Peter, 2009), individu yang merasa kesepian atau terabaikan dalam hubungan sosial offline akan menggunakan media sosial untuk menggantikan atau melengkapi hubungan tersebut. Dalam kajian (Jia-Yuan et al., 2025), faktor pengabaian orang tua terbukti berkontribusi secara signifikan terhadap kecanduan media sosial pada remaja, dimediasi oleh kebutuhan psikologis dasar seperti rasa diterima dan keinginan untuk berkembang secara pribadi.

Lebih lanjut, kecemasan sosial pada remaja berkorelasi positif dengan intensitas penggunaan media sosial, terutama pada platform yang mendukung privasi seperti akun anonim atau fitur “close friend” (Carmelita & Anggraini, 2025). Ini memperkuat argumen bahwa media sosial digunakan sebagai ruang alternatif yang dianggap lebih aman dan tidak menghakimi dibandingkan lingkungan keluarga. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang menyoroti fenomena tersebut secara spesifik dalam konteks remaja urban di Kota Medan, dengan menggabungkan skala ketidakpedulian emosional dalam keluarga dan persepsi terhadap media sosial sebagai ruang aman. Studi ini juga menggunakan pendekatan korelasional kuantitatif yang jarang diangkat dalam isu-isu kesejahteraan psikososial remaja berbasis media digital di Indonesia.

## C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional guna menganalisa peran media sosial sebagai ruang aman bagi remaja yang mengalami ketidakpedulian emosional dalam keluarga. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 16-22 tahun yang aktif menggunakan media sosial dan berdomisili di wilayah Kota Medan dan sekitarnya. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*, dengan jumlah responden sebanyak 101 remaja.

Instrumen penelitian berupa angket daring yang disusun melalui Google Form serta terdiri atas tiga bagian:

1. Data Demografis berupa usia dan jenis kelamin
2. Skala Ketidakpedulian Emosional dalam Keluarga terdiri dari 5 item pertanyaan yang diadaptasi dari dimensi kelekatan dan perhatian emosional orang tua. Skala ini mengukur sejauh mana remaja merasa tidak mendapatkan perhatian dan dukungan emosional dari keluarga.

3. Skala Media Sosial sebagai Ruang Aman terdiri dari 5 item pertanyaan yang mengukur persepsi remaja terhadap media sosial sebagai tempat aman untuk mengekspresikan emosi, berbagi cerita, dan mencari dukungan emosional.
4. Kedua skala menggunakan model Likert 4 poin, mulai dari: 1 = Tidak Setuju, hingga 4 = Sangat Setuju.

Analisa data memanfaatkan metode 478statistic deskriptif serta analisis korelasi Pearson demi mengetahui hubungan antara ketidakpedulian emosional dalam keluarga dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai ruang aman bagi remaja.

#### D. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### a. Hasil

Tabel 1. Hasil Uji Validitas

		Correlations											
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Skor_Totol	
P1	Pearson Correlation	1	.646**	.629**	.610**	.497**	.438**	.347**	.225*	.288*	.354**	.885	
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.024	.039	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P2	Pearson Correlation	.646**	1	.527**	.431**	.470**	.317**	.427**	.393**	.232*	.367**	.718*	
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.019	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P3	Pearson Correlation	.629**	.527**	1	.837**	.500**	.829**	.505**	.493**	.282*	.362**	.788*	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.012	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	
P4	Pearson Correlation	.610**	.431**	.431**	1	.614**	.458**	.314**	.250*	.218*	.299**	.879**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.012	.035	.007	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P5	Pearson Correlation	.497**	.470**	.500**	.614**	1	.424**	.299**	.195	.264**	.284**	.854**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.002	.051	.008	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P6	Pearson Correlation	.438**	.317**	.829**	.450**	.424**	1	.671**	.619**	.466**	.492**	.813**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P7	Pearson Correlation	.347**	.427**	.393**	.314**	.299**	.677**	1	.885**	.416**	.465**	.748**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P8	Pearson Correlation	.225*	.367**	.282*	.250*	.195	.818**	.665**	1	.368**	.489**	.871**	
	Sig. (2-tailed)	.024	.000	.000	.012	.051	.000	.000		.000	.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101
P9	Pearson Correlation	.288*	.232*	.282*	.218*	.264**	.466**	.415**	.388**	1	.423**	.858**	
	Sig. (2-tailed)	.039	.019	.012	.035	.000	.000	.000	.000		.000	.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	
P10	Pearson Correlation	.354**	.367**	.365**	.368**	.264**	.483**	.405**	.488**	.439**	1	.843**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.007	.000	.000	.000	.000	.000		.000	
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	
Skor_Totol	Pearson Correlation	.885	.718*	.788*	.879**	.854**	.813**	.748**	.871**	.858**	.843**	1	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		
	N	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	101	

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).  
\* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Menilik angka keluaran uji validitas di atas, tatkala seluruh instrumen pertanyaan menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 serta Pearson Correlation konsisten bernilai positif, maka semua butir pertanyaan kuesioner dapat dinyatakan terbukti valid.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	101	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	101	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.768	11

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P1	49.33	172.002	.647	.749
P2	49.11	172.538	.684	.749
P3	49.38	167.997	.755	.741
P4	49.51	172.012	.629	.749
P5	49.50	171.692	.611	.749
P6	49.55	165.150	.779	.737
P7	49.28	167.502	.712	.741
P8	49.09	170.742	.626	.748
P9	49.37	175.354	.498	.756
P10	48.77	173.038	.600	.751
Skor_Total	25.93	47.245	1.000	.881

Hasil uji di atas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,768, memberikan sinyalemen konkret bahwa nilai tersebut telah melampaui ambang batas 0,60 (Azwar, 2022), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa seluruh instrumen pertanyaan kuesioner terbukti konsisten/reliabel.

Tabel 3. Uji Statistik Deskriptif

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum		Mean		Std. Deviation	Variance	Skewness		Kurtosis	
					Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error			Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
P1	101	3	1	4	298	2.95	.093	932	.870	-.048	.240	-.837	.476	
P2	101	3	1	4	280	2.77	.085	858	.738	-.216	.240	-.603	.476	
P3	101	3	1	4	253	2.50	.100	1.004	1.012	.046	.240	-1.060	.476	
P4	101	3	1	4	239	2.37	.095	956	.914	.041	.240	-.954	.476	
P5	101	3	1	4	241	2.39	.099	1.000	.999	-.108	.240	-1.139	.476	
P6	101	3	1	4	235	2.33	.111	1.115	1.242	.160	.240	-1.345	.476	
P7	101	3	1	4	263	2.60	.108	1.087	1.182	-.201	.240	-1.235	.476	
P8	101	3	1	4	282	2.79	.103	1.033	1.086	-.515	.240	-.842	.476	
P9	101	3	1	4	254	2.51	.094	945	.892	.029	.240	-.877	.476	
P10	101	3	1	4	314	3.11	.093	937	.878	-.965	.240	-.167	.476	
Skor_Total	101	30	10	40	2621	25.95	.663	6.865	47.126	-.220	.240	-.496	.476	
Valid N (listwise)	101													

Keluaran uji di atas menampilkan nilai *Skewness* dan nilai *Kurtosis* yang cenderung mendekati nol pada seluruh item pertanyaan. Dengan demikian, data yang terakumulasi bisa dikatakan telah berdistribusi secara normal.

Tabel 4. Analisis Korelasi Bivariate Pearson

		X_Skor_Total	Y_Skor_Total
X_Skor_Total	Pearson Correlation	1	.545**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	101	101
Y_Skor_Total	Pearson Correlation	.545**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	101	101

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Temuan di atas mengonfirmasi hipotesa bahwa ketika remaja tidak memperoleh perhatian dan keterlibatan emosional dari keluarga, mereka cenderung mencari kompensasi secara sosial dan emosional melalui media sosial. Hal ini sejalan dengan konstruksi yang ditawarkan dalam Social Compensation Hypothesis (Valkenburg & Peter, 2009) yang

menyatakan bahwa individu dengan relasi sosial yang lemah atau tidak memuaskan di dunia nyata akan menggunakan media sosial sebagai sarana untuk memperbaiki atau menggantikan relasi tersebut secara daring.

#### **b. Pembahasan**

Bila kita merunut kerangka historis perkembangan psikososial remaja, Teori identitas menempatkan masa remaja dalam krisis identitas vs kebingungan peran. Apabila remaja tidak mendapatkan dukungan emosional dari keluarga, krisis ini dapat memburuk dan menyebabkan mereka mencari pemenuhan pencarian jati diri serta penerimaan dari lingkungan sekitarnya, termasuk media sosial (Erikson, 1968).

Di sisi lain, teori *attachment* mendeskripsikan bahwa kedekatan emosional yang kokoh dengan orang tua membentuk dasar kontrol emosi yang stabil. Ketika keintiman tersebut terganggu oleh gejala ketidakpedulian emosional, remaja akan mencari “attachment figures” alternatif dalam rupa teman dunia maya, komunitas daring, atau akun anonim yang menawarkan ruang privat bagi kenyamanan dan pengakuan diri (Bowlby, 1988).

Studi (Jia-Yuan et al., 2025) menguatkan hal tersebut dengan menyatakan bahwa pengabaian orang tua berkontribusi terhadap kecanduan media sosial melalui mediasi kebutuhan psikologis dasar yang tidak terpenuhi, seperti kebutuhan akan penerimaan, dukungan, dan pengakuan. Media sosial berfungsi sebagai *safe haven* digital, tempat di mana remaja merasa dilihat, didengar, dan dipahami—hal yang gagal mereka dapatkan dari keluarga.

Temuan ini juga turut disokong oleh penelitian (Susilawati et al., 2023) yang menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat tekanan emosional tinggi akibat relasi keluarga yang dingin, lebih cenderung menunjukkan pola penggunaan media sosial yang intensif sebagai mekanisme pertahanan diri. Namun, pemanfaatan media sosial sebagai pelarian emosional bukan tanpa risiko. Salah satu faktor penyebab masalah kesehatan mental remaja dewasa ini adalah akibat pemanfaatan media sosial secara berlebihan (Guslinda et al., 2024). Jika tidak disertai kontrol dan pengawasan yang memadai, penggunaan tersebut dapat berujung pada *dysfunctional coping*, berupa ketergantungan, penurunan keterampilan sosial di dunia nyata, hingga peningkatan risiko depresi dan isolasi digital (Keles et al., 2020).

### **E. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara ketidakpedulian emosional dalam keluarga dan kecenderungan remaja menggunakan media sosial sebagai ruang aman. Remaja yang merasa kurang mendapat perhatian dan dukungan emosional dari keluarga cenderung mencari kompensasi afektif melalui media sosial, yang digunakan sebagai tempat untuk mengekspresikan diri, berbagi perasaan, dan memperoleh validasi dari orang lain. Penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan memfokuskan pada konteks remaja urban di Kota Medan serta mengukur hubungan dua variabel tersebut secara kuantitatif. Meskipun media sosial dapat menjadi ruang pelarian yang bersifat positif, pemanfaatannya yang berlebihan tetap mengandung risiko psikologis, sehingga diperlukan pendampingan yang seimbang dari keluarga dan lingkungan sosial.

### **F. SARAN**

Bagi keluarga, khususnya orang tua dan wali, diperlukan upaya meningkatkan kualitas keterlibatan emosional dengan anak remaja melalui komunikasi terbuka dan kehadiran yang suportif dalam kehidupan sehari-hari. Pemberian validasi emosional dan penciptaan ruang aman di rumah menjadi kunci agar remaja tidak sepenuhnya bergantung pada dunia maya untuk pemenuhan afeksi mereka.

Remaja sebagai subjek utama perlu mengembangkan kesadaran diri dalam penggunaan media sosial secara sehat dan seimbang. Membangun relasi sosial yang sehat baik secara daring maupun luring, serta mencari saluran ekspresi yang positif di luar media sosial seperti kegiatan

seni atau komunitas menjadi hal yang penting. Selain itu, menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman dan keluarga, serta tidak ragu mencari bantuan profesional terkait kesehatan mental bila mengalami gejala disorientasi atau kesulitan menjaga mood harian tetap stabil juga perlu diperhatikan (Lanjahi et al., 2025).

dan institusi pendidikan memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi literasi digital dan kesehatan mental dalam kurikulum nonformal. Penyediaan layanan konseling yang responsif terhadap dinamika emosional remaja, khususnya mereka yang menunjukkan tanda-tanda keterasingan dalam keluarga, menjadi aspek penting yang perlu diperkuat.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan melakukan studi longitudinal agar dapat memantau perkembangan jangka panjang dari hubungan antara dinamika keluarga dan penggunaan media sosial. Penambahan variabel komplementer seperti dukungan teman sebaya, self-esteem, atau regulasi emosi akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengaruh mediasi atau moderasi dalam hubungan antar variabel yang diteliti.

## REFERENSI

- Afifah, W., Sari, N. Y., & Nopriadi. (2024). Hubungan Pola Komunikasi Keluarga Dengan Adiksi Media Sosial Pada Remaja. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 3(1), 53–58. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol3.iss1.1114>
- Anwar, A., Salam, R., & Lahmuddin. (2024). Efek Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Komunikasi Remaja. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(3), 1553–1562. <https://doi.org/10.47476/assyari.v6i3.7054>
- Azwar, S. (2022). Reliabilitas dan validitas: Edisi 4. *Pustaka Pelajar*.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.
- Carmelita, A. F. P. N., & Anggraini, R. (2025). Hubungan Antara Kecemasan Sosial Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Fathana: Jurnal Psikologi Ar-Raniry*, 3(1), 37–48.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: youth and crisis. In *Norton & Co. Norton & Co.*
- Guslinda, Suryani, U., & Okjevi, Y. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 7(2), 96–102.
- Hasanah, R., Ainun, & Latifah, M. (2021). Investigasi Online Resilience Remaja: Eksplanasi Peranan Karakteristik Remaja, Karakteristik Keluarga, Kelekatan Remaja-Orang Tua, Regulasi Emosi, dan Hubungan Persahabatan. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 14(3), 270–281.
- Jelita, E. N., Sudirman, S., & Minarni. (2021). Dukungan Sosial Keluarga dan Kecerdasan Emosional terhadap Penyesuaian Sosial. *Jurnal Psikologi Karakter. Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 54–59.
- Jia-Yuan, Z., Hui, Z., Yubin, C., Ling-Hui, Z., Yuqiu, Z., & Yang, L. (2025). Parental neglect and social media addiction of adolescents: The chain mediation effect of basic psychological need and personal growth initiative. *Journal of Pediatric Nursing*, 81, 24–30.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Lanjahi, N., Kadir, L., & Arsad, N. (2025). Hubungan Penggunaan Teknologi Media Sosial Dengan Gangguan Mental Emosional Remaja di SMAN 1 Kabila The Relationship Between The Use Of Social Media Technology And Emosional Mental Disorders In Adoelesscents ( Student ) At Sman ( State Senior High School . *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(1), 576–584. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i1.6938>
- Ramadhanintyas, K. N., Rahmawati, A. D., & Wibowo, P. A. (2023). Alone Together Dengan Perubahan Perilaku Emosional Remaja Dalam Keluarga. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11(1), 45–56.
- Steinberg, L. D. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.

- Susilawati, N., Fashan, F., & Rahmani, S. (2023). Pengaruh Kecanduan Media Sosial pada Remaja di Kota Banda Aceh. *Jurnal Sosiologi USK (Media Pemikiran & Aplikasi)*, 17(1), 161–171. <https://doi.org/10.24815/jsu.v17i1.32798>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Social consequences of the Internet for adolescents: A decade of research. *Current Directions in Psychological Science*, 18(1), 1–5.