

Pentingnya Kesadaran dan Edukasi Tentang *Cyber Bullying* dalam Mencegah Gangguan Kesehatan Mental pada Mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri

Yeny Lailatul Fitria¹, Vivi Ratnawati²

Universitas Nusantara PGRI Kediri^{1,2}

Yenilailatul5@gmail.com¹, viviratnawati1@gmail.com²

ABSTRACT

Currently the use of social media occurs very quickly, even in Indonesia itself, which has a population of 256.4 million people, of which 130 million or almost 50% are active users of social media. The types of social media that are known to the public are very diverse, starting from WhatsApp, Facebook, Line, Twitter, Instagram, Youtube, Tiktok and many other social media that are often open to the public. However, many social media users do not hide criminals from accessing their activities, including cyberbullying. This form of cyberbullying has very negative mental health effects and can cause psychological damage to the victim. The purpose of this research is to increase awareness and education about cyberbullying in preventing mental health disorders among students at Nusantara PGRI Kediri University. Cyberbullying is a form of protection that occurs in cyberspace and the impact of cyberbullying can cause a person to experience growth and development disorders, feel depressed, anxious, uncomfortable, weaken learning achievement, and not want to get along with peers. They will also avoid social situations, and attempt suicide. Thus the importance of awareness and education about cyberbullying so that a person's mental health is maintained.

Keywords: *cyberbullying, student mental health*

ABSTRAK

Saat ini, penggunaan media sosial terjadi sangat cepat, bahkan di Indonesia sendiri yang berpenduduk 256,4 juta jiwa, dimana 130 juta atau hampir 50% adalah pengguna aktif media sosial. Jenis media sosial yang dikenal masyarakat sangat beragam, mulai dari WhatsApp, Facebook, Line, Twitter, Instagram, Youtube, Tiktok dan masih banyak media sosial lainnya yang sering dibuka untuk umum. Namun, banyaknya pengguna media sosial tidak menghalangi pelaku kejahatan untuk mengakses aktivitasnya, termasuk *cyberbullying*. Bentuk *cyberbullying* ini memiliki efek kesehatan mental yang sangat negatif dan dapat menyebabkan kerusakan psikologis pada korbannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan edukasi tentang *cyberbullying* dalam mencegah gangguan kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Cyberbullying* merupakan bentuk perlindungan yang terjadi di dunia maya dan dampak dari adanya *cyberbullying* dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan tumbuh kembang, merasa tertekan, cemas, tidak nyaman, prestasi belajar melemah, dan tidak mau bergaul dengan teman sebaya. Mereka juga akan menghindari lingkungan sosial, dan melakukan percobaan bunuh diri. Dengan demikian pentingnya kesadaran dan edukasi tentang *cyberbullying* agar seseorang tetap terjaga kesehatan mentalnya.

Kata Kunci: *cyberbullying, kesehatan mental mahasiswa*

PENDAHULUAN

Cyber bullying merupakan bentuk intimidasi yang seringkali dilakukan seseorang pada orang lain dengan melalui chatroom, media sosial, e-mail, website dan lain sebagainya. Peristiwa ini biasanya dilakukan dalam bentuk fitnah, penghinaan, pengancaman, dan atau dibocorkannya aib seseorang. Menurut Rifauddin 2016, menyatakan bahwa "Bentuk dari tindakan *cyber bullying* ada beberapa macam yaitu menghina, mengunggah foto, bahkan sampai melakukan akses pada akun media sosial orang lain, baik melalui e-mail dan melalui situs web untuk menyebarkan ketidakbenaran agar korban merasa terintimidasi". Dengan demikian, pesan berbentuk foto, video ataupun tulisan tidak dapat dengan mudah terhapus, bahkan berkemungkinan para pemakai media sosial lain juga telah menyimpan pesan tersebut.

APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) Melakukan observasi mendapatkan data pengguna aktif internet di Indonesia sebanyak 143,26 juta jiwa dari total 262 juta jiwa penduduk Indonesia. Dari hasil observasi tersebut dapat diartikan bahwa sebesar 64% orang Indonesia sudah menggunakan internet dan dari jumlah pengguna internet tersebut, sebesar 80% adalah remaja berusia 13-18 tahun. Angka tersebut terbilang sangat tinggi, sebab Indonesia adalah negara dengan pengguna internet terbanyak ke-9 dari 214 negara di dunia. salah satu penggunaan internet yang sering diakses oleh pengguna aktif internet yaitu media sosial. Menurut tim Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), terdapat 91% pengguna aktif internet yang mengakses media sosial. Meskipun media sosial dan aplikasi dalam jaringan internet lainnya telah membantu banyak hal bagi penggunaannya, akan tetapi ternyata media sosial juga memiliki sifat yang merusak.

Mengamati masalah yang muncul terkait dengan pentingnya kesadaran dan edukasi tentang *cyberbullying* dalam mencegah gangguan mental pada Mahasiswa. *Cyber bullying* secara nyata telah banyak dialami oleh mahasiswa utamanya mahasiswa di Universitas Nusantara PGRI Kediri. Hal ini terjadi karena pada Umumnya pelaku *cyber bullying* tidak menyadari bahwa apa yang dilakukannya tergolong sebagai tindakan *cyber bullying*. Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan terdapat beberapa pelaku yang mengatakan bahwa tindakannya tersebut karena bercanda atau iseng namun tidak terpikirkan bahwa apa yang mereka lakukan merupakan salah satu tindakan dari adanya perilaku *cyber bullying*.

Banyak sekali mahasiswa yang mengalami *cyber bullying* baik itu sebagai pelaku *bullying* maupun sebagai korban *bullying*. Hal ini dibuktikan dengan adanya beberapa akun media sosial yang disitu dibuat dengan tujuan agar berita yang ada cepat beredar. Akan tetapi terdapat akun lain yang di dalamnya menyebarkan aib dari mahasiswa. Hal ini pada awalnya dibuat hanya untuk bersenang – senang, namun seiring berkembangnya zaman banyak sekali mahasiswa yang merasakan ketidaknyamanan dengan adanya akun tersebut. Dengan demikian penyalahgunaan media sosial tersebut termasuk tindakan *cyber bullying*.

Dari adanya penyalahgunaan media sosial yang terjadi di kalangan mahasiswa tersebut, dapat menyebabkan korban mengalami gangguan kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental adalah kondisi kesehatan yang memengaruhi pemikiran, perasaan, perilaku, suasana hati, atau kombinasi diantaranya. Kondisi ini dapat terjadi sesekali atau berlangsung dalam waktu yang lama (kronis). Gangguan ini bisa ringan hingga parah, yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Ini termasuk melakukan kegiatan sosial, pekerjaan, hingga menjalani hubungan dengan teman sebaya. Ketika kesehatan mental pada mahasiswa sudah tidak normal maka kebanyakan mahasiswa akan mendapatkan konsekuensi berbahaya misalnya seperti gejala psikosomatik, perilaku anti sosial bahkan bunuh diri.

Prof. Drs. Subandi, M.A, Ph.D., seorang pakar psikiatri mengatakan bahwa permasalahan mengenai gangguan kesehatan jiwa memiliki dimensi yang cukup kompleks. Kesehatan jiwa tidak hanya terkait masalah medis atau psikologis semata, akan tetapi juga mempunyai dimensi sosial budaya sampai dimensi spiritual dan religius. Oleh sebab itu, sebagai Mahasiswa sudah semestinya untuk saling menjaga kesehatan mental dengan cara mencegah terjadinya tindakan *cyber bullying*.

Dari adanya kasus yang telah dijabarkan di atas, peneliti akan menggunakan pendekatan tinjauan literatur yang berkaitan dengan pentingnya kesadaran dan edukasi tentang *cyberbullying* dalam mencegah gangguan mental pada Mahasiswa. Pendekatan ini melibatkan pencarian literatur ilmiah yang relevan dari berbagai sumber, seperti jurnal akademik, buku, dan sumber-sumber teoritis lainnya. Pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan *Publish or Perish* dan Google Scholar, dengan menggunakan kata kunci yang relevan, seperti "*Cyberbullying*", "kesehatan mental".

PEMBAHASAN

A. Pengertian *Cyber bullying*

Dalam kamus OED dijabarkan mengenai *cyberbullying* sebagai berikut: "*The use of electronic communication to bully a person, typically by sending messages of an intimidating or threatening nature.*" Jika diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia yakni: "Penggunaan komunikasi berbasis elektronik untuk menggertak orang lain, dengan bentuk mengirim pesan yang bersifat mengintimidasi atau mengancam".

Cyberbullying merupakan tindakan bully yang dilakukan dengan menggunakan media elektronik yang sifatnya mengintimidasi atau mengancam kepentingan maupun ketenangan orang yang bersangkutan. Karena bullying identik dengan perbuatan secara langsung, maka cyberbullying ini tidak harus secara langsung dirasakan namun bisa dilakukan dimanapun dalam jarak sejauh apapun karena basisnya menggunakan media dan memiliki dampak yang sama bahkan lebih parah

pada korbannya. Cyberbullying merujuk kepada berbagai perbuatan mengganggu yang terjadi melalui internet, ponsel, atau perangkat lainnya. Teknologi komunikasi digunakan dengan sengaja untuk menyakiti atau melukai orang lain melalui bentuk perilaku memusuhi dalam bentuk mengirim pesan teks atau mengunggah komen buruk di internet.

Menurut Nurjanah (2014), *cyber bullying* merupakan tindakan agresif, intens, berulang yang dilakukan oleh seseorang dengan memanfaatkan teknologi dan elektronik sebagai media untuk menyerang orang tertentu. *Cyber bullying* merujuk kepada *bullying* yang terjadi melalui instant messaging, email, chat room, website, video game, atau melalui gambar yang dikirim melalui telepon selular. *Cyber bullying* adalah salah satu dampak negatif yang diciptakan oleh internet. Hal tersebut juga telah memberikan tempat bagi tindakan negatif seperti pelecehan online atau *cyber bullying*.

B. Aspek – Aspek Cyber bullying

Menurut Chadwick, (2014: 4-5) ada delapan aspek dari perilaku cyberbullying, yaitu:

1. Harassment
Harassment merupakan tindakan mengirim pesan dengan kata-kata kotor / kurang sopan, yang ditujukan kepada seseorang dan dikirimkan melalui e-mail, sms, maupun pesan teks, di jejaring sosial secara terus menerus.
2. Denigration
Denigration merupakan tindakan mengumbar keburukan seseorang di internet dengan maksud merusak reputasi dan nama baik orang yang dituju. Biasanya dilakukan dengan cara mengirimkan gambar – gambar yang sudah di edit dari aslinya dengan tujuan membuat malu korban.
3. Flaming
Flaming merupakan tindakan mengirim pesan teks dengan kata-kata kasar, dan frontal. Tindakan ini biasanya dilakukan di dalam chat group di media sosial seperti mengirimkan gambar-gambar yang dimaksudkan untuk menghina orang yang dituju.
4. Impersonation
Impersonation merupakan perilaku berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan atau status yang tidak baik.
5. Masquerading
Masquerading merupakan tindakan berpura-pura menjadi orang lain dengan menciptakan alamat e-mail palsu, atau menggunakan ponsel orang lain sehingga akan muncul seolah-olah ancaman yang dikirim oleh orang lain.
6. Pseudonyms

Pseudonyms merupakan perilaku menggunakan nama samaran di platform media sosial yang ditujukan kepada orang lain dengan tujuan untuk menghina orang yang dituju.

7. Outing dan trickery

Outing merupakan perilaku menyebarkan rahasia orang lain, atau foto-foto pribadi milik orang lain. Sedangkan trickery merupakan perilaku membujuk seseorang dengan tipu daya agar mendapatkan rahasia atau foto pribadi orang tersebut.

8. Cyberstalking

Cyberstalking merupakan perilaku mengganggu dan mencemarkan nama baik seseorang secara intens sehingga membuat ketakutan besar pada orang tersebut.

Cyber bullying seringkali terjadi secara anonim, sehingga korban *bullying* tidak tahu siapa yang melakukan pelecehan tersebut. Hal ini yang membuat korban merasa sangat tidak berdaya dan terisolasi, serta merasa bahwa tidak memiliki tempat untuk bersembunyi dari penghinaan atau pelecehan yang di alami.

C. Dampak Cyber bullying

Gunawan dkk (2018) berpendapat bahwa dampak *cyberbullying* bagi korban adalah gangguan tumbuh kembang, merasa tertekan, cemas, tidak nyaman, prestasi belajar menurun, dan enggan bergaul dengan teman sebaya. Mereka juga akan menghindari lingkungan sosial, dan melakukan percobaan bunuh diri. Selain itu, dalam situs resmi UNICEF menjelaskan mengenai gambaran tentang bagaimana *cyberbullying* dapat memberikan perasaan diserang dari segala arah, bahkan saat berada di rumah, seolah tidak ada jalan keluar. Dampak yang dirasakan akan berlangsung lama sehingga memengaruhi korban dalam kehidupannya sehari-hari. Perasaan ditertawakan atau dilecehkan oleh orang lain dapat membuat korban tidak mau membicarakannya atau ingin menyelesaikan masalahnya.

D. Cara Pencegahan Cyberbullying

Untuk mencegah dampak buruk yang disebabkan oleh tindakan *cyber bullying*, penting bagi orang tua, guru, dan individu lainnya untuk memantau perilaku bermedia mereka dan membantu korban untuk mengatasi stres dan ketidaknyamanan yang terkait dengan pelecehan di dalam dunia maya. Selain itu, pihak yang berwenang perlu menerapkan hukuman yang tegas bagi pelaku cyber bullying, untuk menunjukkan bahwa tindakan semacam itu tidak akan ditoleransi di masyarakat. Apabila kita menjadi korban dari cyber bullying, beberapa hal yang dapat kita lakukan antara lain:

1. Jangan merespons atau membalas serangan karena hal ini bisa menjadi lebih buruk dan memperpanjang durasi pelecehan. Lebih baik abaikan atau hapus komentar, pesan atau konten yang mengganggu.
2. Simpan bukti pesan, tangkapan layar, atau salinan konten yang mencakup pelecehan online sebagai bukti jika Anda memerlukan bantuan hukum atau dukungan lainnya.
3. Laporkan ke pihak yang berwenang seperti penyedia layanan internet, polisi, atau lembaga anti-bullying. Tindakan ini dapat membantu menghentikan pelecehan dan mengidentifikasi pelaku.
4. Berbicara dengan orang yang dipercaya seperti teman, keluarga atau ahli psikologi dapat membantu mengurangi beban emosional dan memperoleh dukungan yang diperlukan.
5. Batasi informasi pribadi Anda dan periksa pengaturan privasi di akun media sosial Anda. Jangan menyebarkan informasi pribadi seperti alamat rumah, nomor telepon, atau detail pribadi lainnya yang dapat digunakan oleh pelaku cyber bullying.
6. Cari sumber bantuan seperti hotline krisis, organisasi anti-bullying, atau situs web dukungan online yang dapat membantu untuk mengatasi situasi dan memberikan dukungan yang diperlukan.

E. Kesehatan mental

Gangguan kesehatan mental adalah kondisi kesehatan yang memengaruhi pemikiran, perasaan, perilaku, suasana hati, atau kombinasi diantaranya. Kondisi ini dapat terjadi sesekali atau berlangsung dalam waktu yang lama (kronis). Suatu kondisi kesehatan dianggap sebagai 'gangguan' ketika mulai menghambat aktivitas sehari-hari seseorang. Begitu juga dengan kondisi apa pun yang melibatkan otak yang terganggu juga akan dianggap sebagai gangguan, jika cara berpikir dan emosinya mengganggu gaya hidup normalnya. Gangguan ini bisa ringan hingga parah, yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Gangguan kesehatan mental yang dialami seseorang dapat mendorongnya ke arah positif dan negatif. Positif; trauma jiwa yang dialami dijawab dengan baik sebagai usaha agar tetap survive dalam hidup, misalnya melakukan sholat tahajud, ataupun melakukan kegiatan yang positif setelah kejatuhan dalam hidupnya. Negatif; trauma yang dialami diperlarutkan sehingga yang bersangkutan mengalami fustasi, yaitu tekanan batin akibat tidak tercapainya apa yang diinginkan.

Gejala awal bagi seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental adalah;

- a. nampak pada jasmani yang sering merasakan pusing, sesak napas, demam, dan nyeri pada lambung,
- b. nampak pada kejiwaannya dengan rasa cemas, ketakutan, patah hati, apatis, cemburu, mudah marah.

Menjaga kesehatan sebaiknya tidak hanya sebatas pada fisik saja, melainkan mental pun perlu diperhatikan kondisinya. Kedua hal tersebut saling berkaitan, jika kesehatan mental terganggu, biasanya akan berimbas pada kesehatan fisik.

F. Dampak gangguan kesehatan mental

Berikut adalah beberapa dampak yang disebabkan oleh gangguan kesehatan mental :

- a. Kesehatan fisik yang semakin menurun
Kesehatan fisik sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental. Jika kesehatan mental kamu abaikan, secara otomatis kesehatan fisikmu menjadi semakin gak baik. Jika mental terganggu, kamu bisa mudah mengalami stres hingga depresi, bahkan untuk makan saja rasanya kurang berselera. Ketika pikiran stres, nafsu makan pun berkurang, maka lama-lama tubuh akan mengalami sakit. Mulai dari penyakit ringan hingga berat pun bisa kamu alami. Inilah sebabnya, menjaga kesehatan mental itu sama pentingnya dengan menjaga kesehatan fisik. Ketika semua seimbang dan sehat, hidupmu akan terasa membahagiakan.
- b. Hubungan sosial masyarakat terganggu
Orang yang mengalami mental disorder akan mengalami gangguan sosial, hal ini karena seseorang ketika akan berkumpul dengan orang lain seseorang itu memiliki pemikiran yang samar atau tidak tenang
- c. Sulit berkonsentrasi saat berfikir
Kesehatan mental tak hanya terkait perasaan, tapi pikiran juga ada di dalamnya. Maka sudah seharusnya, lebih peduli lagi tentang kesehatan mental. Mengalami permasalahan dalam faktor kesehatan mental, itu dapat menghambat proses berpikir seseorang dan menjadikannya sulit untuk berkonsentrasi. Dalam kegiatan berpikir, entah saat bekerja maupun beraktivitas lainnya, itu memerlukan konsentrasi. Ketika secara fisik sehat, tapi jika mental kita mengalami kendala, berkonsentrasi tinggi akan tetap sulit dilakukan. Saat kita sulit berkonsentrasi, maka akan mengalami hambatan juga berfikir secara jernih
- d. Sulit mendapatkan kesenangan
Orang yang mengalami kesehatan mental yang menurun maka akan sulit untuk mendapatkan kesenangan, karena di setiap langkahnya seseorang selalu berfikir mengenai hal – hal yang pernah terjadi di kehidupannya terdahulu atau biasa disebut sebagai halusinasi.
- e. Selalu mengalami kendala disetiap apa yang sedang dikerjakan
Seseorang yang mengalami mental disorder akan mengalami kesulitan disetiap kegiatan yang dilakukan karena orang cenderung memikirkan hal negatifnya daripada hal positifnya jadi seseorang

dalam menjalani kehidupan tidak dengan hati yang tenang, enjoy, dan lain sebagainya.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Dari penjelasan materi di atas dapat disimpulkan bahwa Cyberbullying merupakan bentuk tindakan bully yang dilakukan dengan menggunakan media elektronik yang sifatnya mengintimidasi atau mengancam kepentingan maupun ketenangan orang yang bersangkutan. Dampak *cyberbullying* bagi korban adalah gangguan tumbuh kembang, merasa tertekan, cemas, tidak nyaman, prestasi belajar melemah, dan tidak mau bergaul dengan teman sebaya. Mereka juga akan menghindari lingkungan sosial, dan melakukan percobaan bunuh diri. Keadaan inilah yang disebut dengan gangguan kesehatan mental.

Gangguan kesehatan mental adalah kondisi kesehatan yang memengaruhi pemikiran, perasaan, perilaku, suasana hati, atau kombinasi diantaranya. Kondisi ini dapat terjadi sesekali atau berlangsung dalam waktu yang lama (kronis). Dampak gangguan kesehatan mental diantaranya : kesehatan fisik yang semakin menurun, hubungan sosial masyarakat terganggu, sulit berkonsentrasi saat berfikir, sulit mendapatkan kesenangan, selalu mengalami kendala disetiap apa yang sedang dikerjakan. Hal ini sangat melekat dalam kehidupan mahasiswa karena mahasiswa merupakan mahasiswa merupakan status tertinggi dan dianggap sebagai seorang yang intelek. Bahkan, di suatu tempat tertentu, mahasiswa akan selalu dielu-elukan untuk menjadi agen perubahan negara dan bangsa ini. Mahasiswa biasanya dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir, serta perencanaannya dalam bertindak. Maka dari itu, berpikir kritis dan bertindak secara cepat serta tepat menjadi sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa. Mahasiswa pada saat ini hidup di generasi yang mana semuanya serba digital dan hampir semua mahasiswa mahir dalam bidang teknologi. Oleh sebab itu, banyak tindakan cyber bullying yang dilakukan oleh mahasiswa baik itu sebagai pelaku maupun sebagai korban bullying. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kesehatan mental.

SARAN

1. Untuk menjaga kesehatan mental maka mahasiswa harus turut mencegah dari adanya tindakan cyber bullying. Dengan cara melakukan pembatasan penggunaan media elektronik, tidak menyebarkan berita hoax, berfikir sebelum bertindak, tidak mudah tersulut emosi. Dengan demikian tindakan cyberbullying dapat teratasi di kalangan mahasiswa dan kesehatan mental yang dialami mahasiswa akan semakin sehat.
2. Untuk para pendidik diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai bahaya adanya tindakan cyberbullying di kalangan mahasiswa, dosen, dan orang tua. Mahasiswa harus diberikan informasi

yang jelas mengenai dampak dari adanya *Cyberbullying*, termasuk faktor penyebabnya, maupun strategi efektif untuk mengatasinya.

3. Untuk orang tua sebaiknya selalu memantau perkembangan dan memberikan pemahaman kepada anak dalam bermedia sosial sehingga kasus dari adanya *cyberbullying* dapat teratasi atau bahkan dicegah.

DAFTAR RUJUKAN

Artvianti, E. I. D. (2016). Identitas diri Mahasiswa Heavy User Media Sosial. *Journal Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjadjaran*.

(APJII), A. P. (2019). Laporan Survei Penetrasi & Profil Prilaku Pengguna Internet Indonesia. *Polling Indonesia*.

Anwarsyah, F. (2017). pengaruh Loneliness, Self Control, dan Self Esteem Terhadap Perilaku Cyberbullying Pada Mahasiswa. *Jurnal of Psychology*, 2, 5.

Chang, S. O. (2017). Stigma toward mental illness among media students and teachers. *International Journal Social Psychiatry*, 744-751.

Cockerham, W. C. (2016). *Sociology of mental disorder*. Taylor & Francis.

Fasya S M. (2020., Juni). Description of Cyberbullying Understanding in Social Media on Students. *Jurnal Common*, Vol 4.

Lubis, S. A. (2011). *Konseling Islami dan Kesehatan Mental*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.

Nurjanah, S. (2014). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Facebook Terhadap Perilaku Cyberbullying Pada Siswa SMAN 12 Pekanbaru, 1(2), 1–8. Diambil dari <http://digilib.its.ac.id/public/ITS-paper-24346-5208100061-Paper.pdf>

Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2014). Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental). *Riset & PKM*, II(2), 147-300.

Putri, W. S., Nurwati, N., & S, M. B. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 47-51.