PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP PERASAAN INSECURE PADA MAHASISWA PRODI BK UIN SJECH M. DJAMIL DJAMBEK BUKITTINGGI

Nurul Hidayah[1], Yeni Afrida[2], Sri Hartati[3], Elviana[4]

[1,2,3,4]*Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi*
E-mail : nurullhiidayaah@gmail.com[1], yeniafrida@uinbukittinggi.ac.id[2], srihartati@uinbukittinggi.ac.id[3], elviana@uinbukittinggi.ac.id[4]

ABSTRAK

Media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan mahasiswa dan berpotensi memengaruhi kondisi psikologis, termasuk munculnya perasaan insecure. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat mendorong individu untuk membandingkan diri dengan orang lain, sehingga meningkatkan risiko perasaan tidak aman dan rendah diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penggunaan media sosial, tingkat perasaan insecure, serta pengaruh penggunaan media sosial terhadap perasaan insecure pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif kausal. Populasi penelitian berjumlah 435 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 208 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik stratified random sampling. Data dikumpulkan melalui angket skala Likert lima tingkat dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif serta regresi linear sederhana dengan bantuan IBM SPSS Statistics. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penggunaan media sosial berada pada kategori tinggi dan tingkat perasaan insecure mahasiswa juga berada pada kategori tinggi. Analisis regresi menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh secara signifikan terhadap perasaan insecure. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi berpotensi meningkatkan perasaan tidak aman dan rendah diri pada mahasiswa, sehingga diperlukan peran layanan bimbingan dan konseling dalam membantu mahasiswa mengelola penggunaan media sosial secara lebih sehat dan memperkuat konsep diri positif.

Kata Kunci : *Media Sosial; Insecure; Mahasiswa; Bimbingan Dan Konseling*

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial tidak terlepas dari berbagai tekanan psikologis yang muncul akibat tuntutan lingkungan, hubungan sosial, serta ekspektasi terhadap diri sendiri. Dalam proses perkembangan individu, tekanan tersebut dapat memengaruhi cara seseorang menilai dirinya, membentuk kepercayaan diri, serta mengelola emosi dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu kondisi psikologis yang sering muncul sebagai respons terhadap tekanan tersebut adalah insecure, yaitu perasaan tidak aman, rendah diri, dan kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri.(Jihan Insyirah Qatrunnada et al. 2022)

Insecure merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan tidak nyaman, kecemasan, serta pandangan negatif terhadap diri sendiri.(Tunnoor et al. 2024) Individu yang mengalami insecure cenderung merasa tidak cukup baik, takut dinilai negatif oleh orang lain, serta meragukan nilai dan kompetensi dirinya. Menurut Maslow (dalam Wiramihardja), insecure dapat dipahami sebagai keadaan psikologis di mana seseorang merasa dirinya tidak aman dan memandang dunia sebagai lingkungan yang mengancam. Kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan emosional, sosial, dan akademik individu apabila tidak dikelola dengan baik.(Wiramihardja 2005)

Secara perilaku, perasaan insecure dapat terlihat dari kecenderungan menghindari interaksi sosial, enggan keluar dari zona nyaman, serta sering membandingkan diri dengan orang lain dalam aspek penampilan, kemampuan, maupun pencapaian. Perbandingan sosial yang berlebihan dapat memperkuat perasaan rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Selain itu, individu yang merasa insecure juga berisiko mengalami kecemasan sosial, ketergantungan pada validasi eksternal, serta kesulitan dalam mengekspresikan potensi diri secara optimal.(Puspita 2024)

Dalam perspektif Islam, perasaan rendah diri yang berlebihan dan hilangnya keyakinan terhadap nilai diri merupakan kondisi yang tidak dianjurkan. Surah Ali ‘Imran ayat 139 menegaskan bahwa orang-orang beriman hendaknya tidak merasa lemah atau bersedih hati, karena mereka memiliki derajat yang tinggi di sisi Allah SWT apabila berpegang teguh pada keimanan. Ayat ini mengandung pesan bahwa kepercayaan diri dan keteguhan hati merupakan bagian dari kekuatan spiritual yang perlu dijaga, sehingga individu tidak terjerumus dalam perasaan rendah diri dan ketidakberhargaan hanya karena standar duniawi (UIN Mataram, 2024).

Berbagai faktor dapat memicu munculnya perasaan insecure pada individu. Greenberg mengemukakan bahwa insecure dapat dipengaruhi oleh pengalaman kegagalan atau penolakan, kecemasan sosial, serta dorongan perfeksionisme yang berlebihan. Ketika individu menetapkan standar yang terlalu tinggi terhadap dirinya sendiri dan tidak mampu memenuhi standar tersebut, perasaan kecewa, menyalahkan diri, serta ketidakpuasan terhadap diri dapat semakin meningkat. Selain itu, Puspita menyebutkan bahwa pengalaman masa lalu yang negatif, tekanan sosial, kritik berlebihan, kurangnya dukungan emosional, serta harapan yang tidak realistis juga berperan dalam memperkuat perasaan tidak aman.(Melanie Greenberg Ph.D. 2015)

Dalam perkembangan era digital saat ini, media sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang semakin berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu, khususnya dalam membentuk persepsi diri dan perbandingan sosial.(Putri, Nurwati, and S. 2016) Media sosial menyediakan ruang bagi individu untuk menampilkan berbagai aspek kehidupan, termasuk pencapaian, gaya hidup, dan citra diri yang sering kali ditampilkan secara selektif dan ideal. Paparan terhadap konten yang menampilkan standar kesuksesan, kecantikan, dan kebahagiaan yang tinggi dapat mendorong

individu untuk membandingkan dirinya dengan orang lain secara berlebihan, sehingga meningkatkan risiko munculnya perasaan insecure.(Putri et al. 2016)

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intensif berkaitan dengan meningkatnya perasaan tidak percaya diri, kecemasan, serta kebutuhan akan validasi sosial. Fachri Syauqii (2022) menemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi berkontribusi terhadap meningkatnya perasaan insecure, terutama melalui perilaku membandingkan diri dengan orang lain dan paparan citra kehidupan ideal yang tidak realistis. Selain itu, fenomena Fear of Missing Out (FoMO), yaitu rasa takut tertinggal dari pengalaman orang lain, juga dapat memperkuat kecenderungan individu untuk terus memantau aktivitas di media sosial dan membandingkan kehidupannya dengan orang lain.(Syauqii 2022)

Pengaruh media sosial terhadap perasaan insecure dapat berbeda pada setiap individu, tergantung pada pola pikir, budaya, serta tingkat kematangan emosional. Bagi sebagian orang, media sosial dapat menjadi sumber inspirasi dan motivasi, namun bagi individu lain, media sosial justru dapat memicu kecemasan, tekanan sosial, dan perasaan tidak berharga.(Khaidir 2023) Algoritma platform media sosial, seperti TikTok dan Instagram, yang sering menampilkan konten populer dan kehidupan ideal, turut memperkuat standar sosial yang sulit dicapai oleh sebagian pengguna.(Yado yamanto 2025)

Hasil observasi awal terhadap mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi menunjukkan bahwa penggunaan media sosial telah menjadi bagian dari rutinitas harian mahasiswa, baik sebagai sarana hiburan, komunikasi, maupun pencarian informasi. Mahasiswa cenderung menghabiskan waktu yang cukup lama untuk mengakses platform seperti Instagram, TikTok, Twitter/X, dan WhatsApp. Wawancara yang dilakukan terhadap sejumlah mahasiswa juga menunjukkan bahwa rata-rata durasi penggunaan media sosial mencapai 7–8 jam per hari, dengan tujuan untuk mencari hiburan, mengikuti tren, serta berinteraksi dengan teman.

Namun, di sisi lain, sebagian mahasiswa mengaku mengalami perasaan insecure yang dipicu oleh konten dan unggahan di media sosial. Mahasiswa cenderung membandingkan diri dengan teman atau figur publik yang dianggap lebih sukses, lebih menarik secara fisik, atau lebih aktif dalam berbagai kegiatan. Unggahan yang menampilkan pencapaian akademik, gaya hidup mewah, atau citra diri yang ideal sering kali menimbulkan perasaan kurang percaya diri, rendah diri, serta keraguan terhadap kemampuan diri sendiri.

Selain itu, observasi di lingkungan akademik menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa memperlihatkan tanda-tanda insecure, seperti menghindari interaksi sosial, enggan berpartisipasi dalam diskusi kelompok atau organisasi kemahasiswaan, serta takut mencoba hal-hal baru karena khawatir akan kegagalan. Fenomena ini mengindikasikan bahwa perasaan insecure tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga dapat memengaruhi perkembangan sosial, akademik, dan potensi diri mahasiswa.

Berdasarkan fenomena tersebut, terdapat kebutuhan untuk mengkaji secara lebih mendalam hubungan antara penggunaan media sosial dan perasaan insecure di kalangan mahasiswa, khususnya pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap perasaan insecure pada mahasiswa, serta memberikan dasar

empiris bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling dalam membantu mahasiswa mengelola penggunaan media sosial secara lebih sehat dan adaptif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif kausal, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap perasaan insecure pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. Penelitian dilakukan di lingkungan kampus UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi dengan subjek mahasiswa angkatan 2023, 2024, dan 2025. Populasi penelitian berjumlah 435 mahasiswa, dan sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 208 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan Stratified Random Sampling untuk memastikan keterwakilan setiap angkatan secara proporsional.

Data dikumpulkan menggunakan angket tertutup berbasis skala Likert lima tingkat, yang disusun berdasarkan indikator utama variabel media sosial dan perasaan insecure. Variabel media sosial diukur melalui aspek partisipasi, keterbukaan, percakapan, komunitas, dan konektivitas, sedangkan variabel insecure diukur melalui kecenderungan menghindari interaksi sosial, bertahan di zona nyaman, dan perilaku membandingkan diri dengan orang lain. Instrumen penelitian telah melalui uji validitas isi dengan metode expert judgment dan dianalisis menggunakan indeks Aiken's V, yang menunjukkan tingkat validitas yang baik. Selanjutnya, uji validitas empiris dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment, dan seluruh item dinyatakan valid ($p < 0,05$). Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang tinggi dan layak digunakan.

Analisis data dilakukan dengan statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat penggunaan media sosial dan perasaan insecure mahasiswa, serta analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh media sosial terhadap perasaan insecure. Pengolahan data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 27 dengan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penggunaan media sosial pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi berada pada kategori tinggi. Temuan ini didasarkan pada hasil analisis statistik deskriptif yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor penggunaan media sosial yang berada dalam rentang kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa media sosial telah menjadi bagian yang sangat dominan dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa, baik sebagai sarana hiburan, komunikasi, pencarian informasi, maupun mengikuti perkembangan tren.

Tabel 1 Statistik Deskriptif Tingkat Penggunaan Media Sosial Mahasiswa

Keterangan	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	59-70	7	3,4%
Sedang	70-110	80	38,5%
Tinggi	110-146	121	58,2%
Total	-	**208**	**100%**

Rata-rata Skor	**112,3**	

Tingginya tingkat penggunaan media sosial menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki intensitas akses yang besar terhadap berbagai platform digital. Kondisi ini mencerminkan perubahan pola interaksi sosial mahasiswa yang semakin bergeser ke ruang daring. Media sosial tidak hanya digunakan untuk kebutuhan sosial, tetapi juga menjadi sarana untuk mengekspresikan diri, membangun citra diri, serta memperoleh validasi sosial. Namun, penggunaan media sosial yang tinggi juga berpotensi menimbulkan dampak psikologis apabila tidak diimbangi dengan kontrol diri yang baik.

Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa tingkat perasaan *insecure* pada mahasiswa juga berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa perasaan tidak aman, rendah diri, dan kurang percaya diri masih cukup kuat dialami oleh mahasiswa. Tingginya tingkat *insecure* tercermin dari kecenderungan mahasiswa untuk merasa kurang yakin terhadap kemampuan diri, sering membandingkan diri dengan orang lain, serta memiliki kekhawatiran terhadap penilaian sosial di lingkungan akademik maupun di media sosial

Tabel 2. Statistik Deskriptif Tingkat Perasaan *Insecure* Mahasiswa

Keterangan	Interval Kelas	Frekuensi	Persentase
Rendah	69-70	1	0,5%
Sedang	70-110	84	40,4%
Tinggi	110-144	123	59,1%
Jumlah	**-**	**208**	**100%**
Rata-rata Skor		**112,6**	

Tingginya perasaan *insecure* menunjukkan bahwa masalah ini bukan hanya bersifat individual, tetapi juga merupakan fenomena psikososial yang cukup serius di kalangan mahasiswa. Perasaan tidak aman yang berlebihan dapat berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, hambatan dalam berinteraksi sosial, serta menurunnya keberanian mahasiswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik dan organisasi. Jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan emosional, sosial, dan akademik mahasiswa.

Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh secara signifikan terhadap perasaan *insecure* pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi sebesar 0,655 dengan nilai signifikansi <0,001. Koefisien regresi bernilai positif, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat perasaan *insecure* mahasiswa.

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	**Std. Error**	**Beta**		
1	(*Constant*)	39,088	3,304		11,829	<,001
	Media Sosial	,655	,029	,844	22,603	<,001

a. Dependent Variabel: *Insecure*

Nilai koefisien determinasi (R Square) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memberikan kontribusi sebesar 71,3% terhadap perasaan *insecure*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Temuan ini menunjukkan bahwa media sosial merupakan salah satu faktor yang memiliki peran signifikan dalam membentuk kondisi psikologis mahasiswa, meskipun bukan satu-satunya penyebab munculnya perasaan *insecure*.

Tabel 4. Hasil Uji Koefesien Determinasi (R^2)

Model *Summary*

Model	R	R *Square*	*Adjusted R Square*	Std. *Error of the Estimate*
1	,844[a]	,713	,711	8,19559

a. *Predictor: (Constant),* Media Sosial

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Fachri Syauqii (2022) yang menyatakan bahwa intensitas penggunaan media sosial dapat meningkatkan kecenderungan individu untuk membandingkan diri dengan orang lain, sehingga memperkuat perasaan rendah diri dan tidak percaya diri.(Syauqii 2022) Temuan ini juga mendukung penelitian Zatrahadi dan Lestari (2024) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dan tingkat *insecure* mahasiswa. Paparan terhadap konten yang menampilkan standar kehidupan ideal berpotensi meningkatkan tekanan psikologis dan memperkuat perasaan tidak aman.(M. Fahli Zatrahadi 2024)

Dalam perspektif teori perbandingan sosial (*social comparison theory*), individu cenderung menilai dirinya berdasarkan perbandingan dengan orang lain. Media sosial memperkuat proses ini dengan menyediakan akses luas terhadap representasi kehidupan orang lain yang sering kali ditampilkan secara selektif dan ideal. Ketika mahasiswa terus terpapar pada konten yang menampilkan prestasi, penampilan, atau gaya hidup yang tampak lebih unggul, mereka berpotensi merasa kurang puas terhadap diri sendiri, yang pada akhirnya meningkatkan perasaan *insecure*.

Dalam konteks mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, tingginya perasaan *insecure* memiliki implikasi yang penting terhadap perkembangan pribadi dan profesional mereka. Sebagai calon konselor, mahasiswa BK diharapkan memiliki kepercayaan diri, kestabilan emosional, serta kemampuan interpersonal yang baik. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi, khususnya dalam membantu mahasiswa mengelola penggunaan media sosial secara lebih sehat serta memperkuat konsep diri positif.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penggunaan media sosial pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa, baik sebagai sarana komunikasi, hiburan, maupun pencarian informasi.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat perasaan insecure mahasiswa berada pada kategori tinggi. Temuan ini mengungkap bahwa sebagian besar mahasiswa masih mengalami perasaan tidak aman, rendah diri, serta kurang percaya diri, yang dapat berdampak pada interaksi sosial, partisipasi akademik, dan perkembangan pribadi.

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh secara signifikan terhadap perasaan insecure pada mahasiswa. Semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat perasaan insecure yang dirasakan mahasiswa. Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa media sosial memberikan kontribusi yang bermakna terhadap munculnya perasaan insecure, meskipun faktor lain di luar penelitian ini juga turut memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa.

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan media sosial yang tidak terkontrol berpotensi memperkuat perasaan tidak aman dan rendah diri pada mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dari berbagai pihak, khususnya institusi pendidikan dan layanan bimbingan dan konseling, untuk membantu mahasiswa mengembangkan konsep diri yang positif, meningkatkan kepercayaan diri, serta mengelola penggunaan media sosial secara lebih sehat dan bijak.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi empiris dalam memahami hubungan antara penggunaan media sosial dan perasaan insecure di kalangan mahasiswa, serta dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pencegahan dan intervensi dalam bidang bimbingan dan konseling di perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

Andy Riski Pratama, Yulius, Maysa Latifa, Syafrudin, and Messy. 2024. "INOVASI KURIKULUM PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI) DALAM MENDORONG PENANAMAN NILAI-NILAI KEARIFAN LOKAL." *An-Nahdlah: Jurnal Pendidikan Islam* 4(1):145–52. doi:10.51806/an-nahdlah.v4i1.160.

Jelita, Mimi, Lucky Ramadhan, Andy Riski Pratama, Fadhilla Yusri, and Linda Yarni. 2023. "Teori Belajar Behavioristik." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)* 5(3):404–11. doi:10.31004/JPDK.V5I3.16174.

Jihan Insyirah Qatrunnada, Salma Firdaus, Sofika Dwi Karnila, and Usup Romli. 2022. "Fenomena Insecurity Di Kalangan Remaja Dan Hubungannya Dengan Pemahaman Aqidah Islam." *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam* 5(02):139–52. doi:10.37542/iq.v5i02.655.

Khaidir, Muhammad. 2023. "Dampak Media Sosial Terhadap Pengembangan Konsep Diri Pada Remaja Di Smks Humaniora Panton Labu." *An-Nida : Jurnal Komunikasi Islam* 15(1):93–105. doi:10.34001/an-nida.v15i1.4825.

Lale Alziana Mayada Putri. 2024. "INSECURE DALAM AL-QUR'AN (KAJIAN ANALISIS Q.S. AL-BAQARAH AYAT 155 DAN Q.S. ALI-IMRAN AYAT 139 DALAM TAFSIR AL-MISBAH KARYA M. QURAISH SHIHAB)." UIN Mataram.

Latifa, Maysa, Andy Riski Pratama, Rahmat Hidayat Hasan, Muhiddinur Kamal, and Supratman Zakir. 2024. "Evaluation of Interactive Learning Through the Quizizz Application at MTsN 2 Payakumbuh City." *J-PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 10(2).

doi:10.18860/jpai.v10i2.24400.
M. Fahli Zatrahadi, ManjaLestari. 2024. “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Tingkat InsecureMahasiswa.” *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6(144).
Melanie Greenberg Ph.D. 2015.“The 3 Most Common Causes of Insecurity and How to Beat Them.”
Muhamad Iqbal, Silfia Hanani, Nur Indri Yani Harahap, and Andy Riski Pratama. 2023. “Kritik Karl Marx Terhadap Manajemen Pendidikan Islam: Perspektif Sosiologi Kritis.” *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan* 2(4):31–42. doi:10.56444/soshumdik.v2i4.1226.
Puspita, Kurnia. 2024. *Menghadapi Dan Mengatasi Insecure*. Yogyakarta: Victory Pustaka Media.
Putri, Wilga Secsio Ratsja, Nunung Nurwati, and Meilanny Budiarti S. 2016. “Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja.” *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(1). doi:10.24198/jppm.v3i1.13625.
Syauqii, Fachri. 2022. “Pengaruh Media Sosial Terhadap Keberadaan Insecure: Sebuah Analisis.” *Communication & Social Media* 2(2):74–78. doi:10.57251/csm.v2i2.978.
Tunnoor, Saidah, Nadya Huda, Hartati Hartati, Nurul Huda Fitriani, Mahrita Mahrita, and M. Ihsan Ramadhani. 2024. “Problematika Insecure Pada Remaja Di Kelas X SMA PGRI 2 Banjarbaru.” *Anterior Jurnal* 23(1):34–42. doi:10.33084/anterior.v23i1.5921.
Wiramihardja, Sutardjo A. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama.
Yado yamanto, Linda Yarni. 2025. “Motivasi Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Mahasiswa Prodi BK.” 5:92–98.