



The Role of Social Media in Raising Mental Health Awareness in Adolescents

Widia Astuti¹, Ryan Arsyah², Hasna Nazifa Arlina³, Hemalia Saardhese⁴

Management, Economics and Business, Universitas Pamulang, Indonesia

E-Mail: dosen01265@unpam.ac.id

Abstract

Social media has become a big part of modern teenagers' lives and has a major impact on their mental health. Studies show that using social media in an unhealthy or excessive way can increase the risk of mental health problems like depression, anxiety, and sleep issues. However, social media also has some good things, such as helping people stay connected, offering emotional support, and giving access to information. The main challenge for teenagers is dealing with the complex world of social media, where they often compare themselves to unrealistic standards. To deal with the negative effects, it's important to teach healthy social media habits, set limits on screen time, and improve digital literacy. Parents, schools, and mental health professionals need to work together to provide support and resources for teenagers facing social media pressure.

Keyword: Social Media, Mental Health, Impact, Challenges, Support, Digital Literacy

Abstrak

Media sosial sekarang menjadi bagian penting dalam hidup remaja, dan memengaruhi kesehatan mental mereka. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang terlalu berlebihan atau tidak sehat bisa meningkatkan risiko masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Meski begitu, media sosial juga memberikan manfaat, seperti membantu membangun hubungan sosial, memberikan dukungan emosional, dan memberikan akses ke berbagai informasi. Tantangan utama yang dihadapi remaja adalah menghadapi lingkungan media sosial yang rumit dan cenderung membuat mereka membandingkan diri dengan standar yang tidak realistis. Untuk mengatasi efek negatifnya, diperlukan pendidikan tentang penggunaan media sosial secara sehat, pembatasan waktu penggunaan, serta meningkatkan kemampuan literasi digital. Kerja sama antara orang tua, sekolah, dan pihak berwenang di bidang kesehatan mental juga sangat penting agar remaja bisa mendapatkan bantuan dan sumber daya yang dibutuhkan dalam menghadapi tekanan dari media sosial.

Kata kunci: Media Sosial, Kesehatan Mental, Dampak, Tantangan Dukungan Literasi Digital

INTRODUCTION

Media sosial sudah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari remaja di seluruh dunia. Karena kemajuan teknologi dan akses yang mudah, remaja bisa cepat terhubung dengan teman-temannya, berbagi pengalaman, dan mendapatkan berbagai informasi. Meski media sosial memiliki banyak manfaat seperti memudahkan komunikasi dan mengakses informasi, ada juga kekhawatiran tentang dampak negatifnya terhadap kesehatan mental remaja. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dan tidak sehat bisa menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Paparan terus-menerus pada konten yang tidak sehat atau tekanan sosial di media sosial juga bisa memperparah kondisi kesehatan mental remaja.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi remaja adalah tekanan dalam menjelajah lingkungan media sosial yang kompleks. Remaja sering tergoda untuk membandingkan diri mereka dengan gambaran sempurna yang ditampilkan oleh orang lain di media sosial, yang biasanya tidak realistis. Hal ini bisa membuat remaja merasa tidak cukup, kurang percaya diri, dan terbebani untuk mencapai standar yang dianggap tidak mungkin dicapai.

Selain itu, media sosial juga bisa menyebabkan risiko seperti cyberbullying dan pelecehan online, yang bisa memengaruhi kesehatan mental remaja secara serius. Paparan terhadap komentar negatif atau pengalaman pelecehan online bisa memicu stres, kecemasan, bahkan depresi. Hal ini semakin menjadi masalah yang mendesak seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja.

Di samping itu, peran orang tua dan sekolah dalam membimbing dan mendukung remaja dalam mengakses media sosial secara sehat sangat penting. Namun, banyak orang tua dan pendidik masih kurang memahami dampak media sosial terhadap kesehatan mental remaja, serta kurangnya sumber daya untuk membantu mereka menghadapi tantangan tersebut.

Selain itu, literasi digital juga menjadi kunci penting dalam membantu remaja memahami dengan benar media sosial dan cara menggunakan platform tersebut dengan bijak. Remaja perlu dilatih agar bisa mengenali konten yang tidak sehat, mengelola privasi online, serta menghadapi tekanan dari teman-teman di media sosial.

LITERATURE REVIEW

Media Sosial

Menurut Triyono dkk. (2017), media sosial merupakan teknologi berbasis internet yang berhasil meningkatkan tingkat interaktivitas penggunaannya. Media sosial kini tidak hanya berfungsi sebagai alat penyampai pesan, melainkan telah berkembang menjadi jaringan sosial yang membentuk komunitas atau kelompok. Jaringan sosial ini memiliki pengaruh interaksi yang lebih kuat dan lebih populer dibandingkan dengan media tradisional seperti media cetak, elektronik, siaran, dan media interpersonal lainnya.

Kehadiran media sosial memudahkan pengguna untuk berkomunikasi secara personal maupun dengan banyak orang, kapan saja dan di mana saja, tanpa batasan, serta dengan biaya yang lebih murah dibanding telepon selama terhubung dengan jaringan internet (Moro, 2016).

Para remaja merupakan salah satu kelompok pengguna media sosial. Biasanya, mereka memanfaatkan media sosial untuk untuk membagikan kegiatan pribadi, seperti curhat dan foto bersama teman. Media sosial memungkinkan pengguna untuk bebas memberikan komentar dan mengekspresikan pendapat tanpa rasa takut, karena identitas pengguna dapat dipalsukan dan sangat mudah bagi pelaku kejahatan untuk memanfaatkannya.

Padahal, pada masa remaja, individu sedang berusaha mencari jati diri melalui interaksi dengan teman sebaya. Namun, saat ini banyak remaja beranggapan bahwa aktif di media sosial adalah hal yang keren dan gaul, sementara yang tidak ikut aktif sering dianggap ketinggalan zaman (Putri dkk., 2016, hlm. 48). Penggunaan media sosial yang sering kali bertujuan untuk menciptakan perasaan positif tanpa disadari dapat menjadi bumerang dan menimbulkan dampak negatif. Selain memengaruhi perilaku penggunaannya secara signifikan, media sosial juga berpotensi menimbulkan masalah kesehatan mental bagi penggunanya.

Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental

Dalam penggunaan media sosial tentu terdapat dampak positif dan juga dampak negatif (Amedie, 2015), yakni sebagai berikut.

1. Dampak Positif
 - a. Memudahkan seseorang untuk membentuk sebuah komunitas dan dapat mengekspresikan secara bersama melalui media sosial.
 - b. Dengan perkembangan teknologi yang semakin canggih, perusahaan-perusahaan memanfaatkan media sosial sebagai alat pemasaran dengan bentuk iklan yang sangat menarik.
 - c. Memudahkan pengguna media sosial tersebut untuk menyebarkan informasi dengan cepat dibandingkan dengan media lama.
 - d. Media sosial mampu membagikan konten pengguna hanya dengan melalui aplikasi.
 - e. Memudahkan pengguna media sosial untuk berinteraksi dengan teman atau keluarga tanpa mengenal jarak.
2. Dampak negatif
 - a. Kecemasan
Kecemasan yang dimaksud merupakan kecemasan yang dimulai dengan keinginan seseorang untuk mengekspresikan diri yang tidak realistis dan ingin membentuk kesempurnaan yang tidak mampu dilakukan oleh orang tersebut, sehingga menimbulkan kecemasan bagi pengguna.
 - b. Depresi
Dalam penggunaan media sosial dampak lainnya adalah depresi, dampak ini dipicu oleh kegagalan dalam membentuk sebuah keintiman dengan lawan jenis. Pengguna lebih

cenderung ingin menampilkan kesuksesan dibandingkan harus jujur apa adanya dirinya.

c. Aktifitas kriminal

Seseorang yang tidak bertanggung jawab akan menggunakan media sosial sebagai alat untuk menyembunyikan identitas mereka yang sebenarnya. Mereka menggunakan media sosial untuk melakukan berbagai aksi kejahatan seperti cyber bullying, perdagangan manusia, dan penipuan serta berdagangan obat-obatan terlarang.

Tantangan Dalam Penggunaan Media Sosial

Melihat kemajuan teknologi saat ini, tidak dapat disangkal bahwa media sosial turut berperan dalam perubahan dan perkembangan sosial budaya di seluruh dunia. Media sosial merupakan alat komunikasi digital yang memungkinkan penggunaanya untuk berinteraksi secara virtual dan melakukan aktivitas sosial (Iryadi, et al., 2024). Kemudahan penggunaan media sosial membuat siapa saja, termasuk remaja di bawah umur, bisa mengaksesnya. Menurut Suryani (dalam Yulieta, et al., 2021), media sosial memberikan manfaat bagi kehidupan manusia, seperti mempererat hubungan pertemanan, melakukan kampanye untuk berbagai program seperti pendidikan, sosial, agama, kesehatan, serta menjadi sarana promosi atau pemasaran produk.

Namun, selain dampak positifnya, penggunaan media sosial juga menimbulkan efek negatif. Penelitian Ayun (dalam Sukmawati & Kumala, 2020) mengungkapkan bahwa remaja, sebagai pengguna media sosial terbanyak, sering menggunakan platform ini sebagai media untuk mengekspresikan diri, membentuk identitas dan citra diri, serta melampiaskan masalah pribadi. Oleh karena itu, pengguna media sosial harus berhati-hati dan bijaksana dalam membagikan informasi pribadi karena kelalaian dapat menyebabkan terjadinya cyberbullying. Identitas asli pelaku cyberbullying biasanya sulit terungkap (Cahyono dalam Yulieta, et al., 2021).

Cyberbullying merupakan salah satu tantangan dan dampak negatif dari penggunaan media sosial. Menurut Willard (dalam Elpemi & Isro'i, 2020), bentuk-bentuk cyberbullying meliputi Flaming, Harassment, Cyberstalking, Denigration (penjatuhian), Impersonation (penyamar), Outing and Trickery (pengungkapan rahasia dan penipuan), serta Exclusion (pengucilan).

Emosi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Diri Remaja

Menurut Arnett (dalam Rice & Dolgin, 2007), saat remaja, seseorang cenderung berusaha mendapatkan kebebasan emosional dari orangtuanya dan mulai bertanggung jawab atas tindakan sendiri. Pada usia SMA, pengaruh teman sebaya jadi lebih dominan dibandingkan pengaruh orangtua (Story & Stang, 2005). Remaja mulai menginginkan kebebasan dan otonomi, yang bagi sebagian orangtua dianggap sebagai tanda pemberontakan. Orangtua mulai menyadari bahwa remaja mulai menjauh dari pengaruh mereka (Santrock, 2011).

Persahabatan remaja cenderung lebih dalam dibandingkan masa sebelumnya, dan melibatkan pembicaraan tentang permasalahan yang lebih serius. Alasannya, remaja (termasuk orang dewasa) cenderung memilih teman yang memiliki kesamaan dengan dirinya (Lervolino dkk. , 2002). Selanjutnya, hubungan dengan teman sebaya membantu

remaja memisahkan diri dari pengaruh orangtua dan membentuk identitas diri sebagai individu.

Peran penting dukungan sosial dari teman sebaya bagi remaja dijelaskan oleh Shahzad, Ahmed, Jaffari, dan Khilji (2012) dalam penelitiannya. Mereka menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya bisa berupa dukungan emosional, bantuan pemandu, serta bantuan materi. Selain itu, Puspitasari (2010) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memiliki hubungan yang berlawanan dengan tingkat kecemasan siswa yang akan menghadapi ujian nasional. Penelitian Tahmasbipour dan Taheri (2012) juga menyampaikan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan kesehatan mental.

Dengan adanya kondisi dan kebutuhan akan kesehatan mental di dunia, khususnya di Indonesia yang sekarang ini semakin banyak terjadi dalam lingkungan pendidikan, maka menjadi suatu hal yang sangat mendesak bagi peneliti untuk meneliti mengenai kesehatan mental remaja di sekolah. Pemaparan di atas juga mengarah pada asumsi bahwa kemampuan mengatur emosi dan dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran yang besar.

Literasi Digital Sebagai Kunci Optimalisasi Media Sosial Terhadap Cyberbullying

Cyberbullying berdampak buruk pada kesehatan mental remaja. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Safaria (2016) menunjukkan bahwa korban cyberbullying di kalangan remaja Indonesia memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, rendahnya harga diri, dan pemikiran untuk bunuh diri dibandingkan remaja yang tidak mengalami cyberbullying. Temuan ini sejalan dengan studi global yang menyatakan cyberbullying dapat menyebabkan depresi, kecemasan, dan dalam kasus ekstrem, tindakan bunuh diri.

Literasi digital, yang mencakup kemampuan menggunakan, memahami, dan mengevaluasi teknologi digital secara tepat, dianggap sebagai faktor penting untuk mencegah cyberbullying. Namun, tingkat literasi digital remaja Indonesia masih relatif rendah; survei 2019 dari Center for Digital Society Universitas Gadjah Mada menunjukkan hanya 23 persen remaja yang memahami sepenuhnya keamanan online.

Penelitian sebelumnya menyoroti bahwa intervensi berbasis sekolah yang fokus pada peningkatan literasi digital siswa terbukti efektif mengurangi kasus pelecehan online dan meningkatkan kesehatan mental remaja. Walaupun literasi digital telah dimasukkan ke dalam kurikulum oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, penerapannya masih terbatas dan belum merata.

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan penggunaan program literasi digital untuk mencegah cyberbullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja di Indonesia karena masalah ini sangat penting. Diharapkan hasil penelitian akan memberikan informasi penting tentang cara melindungi kesehatan mental remaja di era komputer dan internet. Ini akan mendukung upaya untuk membuat generasi sehat pada tahun 2045.

METHODS

Kegiatan PKM di laksanakan di SMK Islam AL-Hikmah Jakarta Selatan dengan peserta sebanyak 21 siswa kelas XII. Metode pelaksanaan yang di gunakan meliputi:

1. Observasi Awal

Mengidentifikasi tingkat pemahaman siswa terhadap dampak kesehatan mental yang sangat penting untuk keberlangsungan masa pembelajaran.

2. Penyuluhan Interaktif

Materi mengenai kesadaran akan kesehatan mental, tentang adanya cyberbullying yang berdampak sekali terhadap psikis yang menerima nya.

3. Tanya Jawab

Siswa diminta untuk menjawab terkait dengan hal yang di sharing, seperti pertanyaan terkait tekanan akademis.



Gambar 1. Panitia penyelenggara

RESULTS

Hasil observasi dan diskusi menunjukkan bahwa PKM di SMK Islam Al-Hikmah Jakarta Selatan menemukan beberapa kendala dalam mengatasi dampak dari permasalahan yang muncul dari kesehatan mental, antara lain:

1. Stigma dan Diskriminasi: Masalah besar lainnya adalah adanya stigma negatif terhadap isu kesehatan mental. Banyak orang takut mencari bantuan karena takut dianggap "gila" atau terkena diskriminasi di lingkungan sosial, pekerjaan, atau bahkan di rumah. Stigma

ini bisa menghalangi orang untuk mengenali gejala lebih dini, mencari bantuan, dan mengikuti pengobatan secara rutin.

2. Kurangnya Kesadaran dan Pemahaman: Banyak orang masih kurang memahami tentang kesehatan mental. Mereka sering kali tidak menyadari bahwa masalah kesehatan mental adalah kondisi medis yang membutuhkan perawatan, bukan hanya kelemahan pribadi. Karena kurangnya kesadaran ini, banyak orang tidak menyadari gejala tepat waktu dan justru mengabaikannya, sehingga kondisinya bisa semakin parah.
3. Akses Terbatas terhadap Layanan: Layanan kesehatan mental yang cukup masih sulit ditemukan, terutama di daerah pedesaan. Hal ini karena jumlah tenaga profesional seperti psikiater, psikolog, dan konselor terbatas, fasilitas yang tidak memadai, serta jarak yang jauh dari pusat layanan.
4. Biaya Pengobatan yang Mahal: Pengobatan kesehatan mental, seperti terapi dan obat-obatan, biasanya membutuhkan biaya yang tidak sedikit. Tidak semua orang memiliki asuransi yang mencakup layanan kesehatan mental secara lengkap, sehingga biaya ini menjadi hambatan serius, terutama bagi mereka yang penghasilannya rendah.
5. Kurangnya Dukungan Sosial: Orang yang mengalami masalah kesehatan mental membutuhkan dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas. Tapi, mereka sering mengalami kurangnya pemahaman atau bahkan penolakan dari lingkungan terdekat. Kurangnya dukungan ini bisa memperburuk rasa kesepian dan menghalangi proses pemulihan.



Gambar 2. Sesi penyampaian materi

DISCUSSION

Tantangan dan Peluang

Mengatasi permasalahan kesehatan mental bukanlah perkara mudah. Berbagai hambatan seringkali menghalangi individu untuk mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan dan menghambat kemajuan secara kolektif:

1. **Integrasi yang Belum Optimal dalam Sistem Kesehatan:** Layanan kesehatan mental seringkali belum sepenuhnya terintegrasi dengan pelayanan kesehatan primer. Dokter umum mungkin kurang terlatih dalam mengenali tanda-tanda awal masalah kesehatan mental atau merujuk pasien ke spesialis yang tepat, sehingga penanganan tidak holistik.
2. **Kepatuhan Pengobatan Jangka Panjang:** Mengelola kondisi kesehatan mental seringkali memerlukan pengobatan atau terapi jangka panjang. Banyak individu kesulitan untuk patuh karena efek samping obat, kurangnya motivasi, atau keyakinan bahwa mereka sudah sembuh dan bisa menghentikan pengobatan sendiri. Ini dapat menyebabkan kekambuhan.

CONCLUSION

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa SMK Al-Hidayah Ciputat tentang Peran Media Sosial Dalam

Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Mental Remaja. Berdasarkan hasil pelaksanaan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Kesadaran siswa terhadap pentingnya kesehatan mental masih rendah, terutama akibat dominasi penggunaan gadget dan media sosial dalam kehidupan sehari-hari.
2. Kebiasaan sedentari (minim gerak) meningkat karena aktivitas digital seperti bermain game, menonton video, dan mengakses media sosial lebih menarik perhatian siswa dibandingkan aktivitas fisik, baik di sekolah maupun di rumah.
3. Penggunaan media sosial memiliki dampak positif dan negatif: memudahkan akses informasi dan komunikasi, namun juga meningkatkan risiko depresi, kecemasan, cyberbullying, hingga masalah keamanan digital.
4. Metode edukasi interaktif dan partisipatif (diskusi, praktik, tanya jawab) lebih efektif menanamkan nilai hidup sehat dibandingkan metode ceramah satu arah.

REFERENCES

- Astuti, W., Pasaribu, V. L. D., Oktrima, B., Saputra, H., & Rusilowati, U. (2021). Upaya Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia Melalui Peningkatan Kompetensi. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 3(1), 22-29.
- Elburdah, R. P., Pasaribu, V. L. D., Rahayu, S., Septiani, F., & Metarini, R. R. A. (2021). Mompreneur penopang perekonomian keluarga di masa pandemi Covid-19 dengan bisnis online pada Kelurahan Pondok Benda. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 75-82.
- Hakim, L., Putri, I. S., Pasaribu, V. L. D., & Tobroni, M. (2026). Public Speaking for Teens: Sharpens Self-Confidence and Effective Communication Skills. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 28-35.
- Kushermanto, S., Pasaribu, V. L. D., & Aulia, N. M. (2026). Building Cooperation and Leadership Through Youth Team Building Activities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 36-43.
- Priadi, Andri, et al. "PENYULUHAN PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA DENGAN MEMPERKUAT BUDAYA ORGANISASI MELALUI PENINGKATAN VALUE PADA LEMBAGA PENGEMBANGAN MASYARAKAT KELURAHAN PONDOK BENDA KOTA TANGERANG SELATAN." *Jurnal Lokabmas Kreatif: Loyalitas Kreatifitas Abdi Masyarakat Kreatif* 1.3 (2020): 97-105. Malayu S. P. Hasibuan. Manajemen Sumber Daya Manusia. 2007. Bumi Aksara, Jakarta.
- Pasaribu, V. L. D., Elburdah, R. P., Sudarso, E., & Fauziah, G. (2020). Penggunaan Manajemen Waktu Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Di Smp Araisiyah. *Jurnal ABDIMAS Tri Dharma Manajemen*, 1(1), 84.
- Pasaribu, V. L. D., Syafei, A. N., Farhan, A., Aufaizah, A., Irani, C., & Firtiayani, S. R. (2021). Pengaruh Displin Protokol Kesehatan Terhadap Pencegahan Penularan Virus Covid-19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 91-98

- Pasaribu, V. L. D., Susanti, F., & Hartuti, E. T. K. (2019). Memotivasi Siswa dan Siswi SMK Letris Indonesia di Dalam Menentukan Pilihan Untuk Melanjutkan Pendidikan Atau Bekerja Setelah Lulus Sekolah. *Jurnal Pengabdian Dharma Laksana*, 1(2), 161-172.
- Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Meningkatkan Produktivitas Usaha Dimasa Pandemi Pada Ibu PKK RT 004/003 Kelurahan Sawah Baru Ciputat, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.
- Pasaribu, V. L. D., Dwiyantri, A., Sabina, C., Ridwan, M., Gunawan, D. D., & Noviani, B. C. (2021). Evaluasi Penerapan 3M Dimasa Pandemic Covid 19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 54-60.
- Pasaribu, V. L. D., Agrasadya, A., Shabrina, N., & Krisnaldy, K. (2020). Menjadi Enterpreneur Muda Yang Memiliki Jiwa Leadership Untuk Menghadapi Masa Depan. *Abdi Laksana: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-9.
- Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Menjadi Enterpreneur Muda Yang Memiliki Jiwa Leadership Untuk Menghadapi Masa Depan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180.
- Pasaribu, V. L., Yuniati, H. L., Pratana, R., Sembayu, R., Purba, S. M., & Nurbayani, T. T. (2021). Manajemen Keuangan untuk Menghadapi dan Bertahan di Era Covid-19. *Jurnal Abdimas Tri Dharma Manajemen*, 2(2), 12-18.
- Pasaribu, V. L. D., & Setyowati, R. (2021). Adaptasi Kehidupan New Normal pada Masa Pandemi Covid-19 di Yayasan Pondok Pesantren dan Panti Asuhan Nurul Ikhsan Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Lokabmas Kreatif: Loyalitas Kreatifitas Abdi Masyarakat Kreatif*, 2(2), 82-88.
- Pasaribu, V. L. D., Oktrima, B., Prabowo, B., Arianto, N., & Haryoko, U. B. (2020). Progam Pendampingan Dan Penyelenggaraan Pendidikan Anak Pada Usia Dini Terhadap Prestasi Belajar Dilingkungan Rt 020 Rw 009. Kel Giri Peni. Kec Wates. Yogyakarta. *Jurnal LOKABMAS Kreatif*, 1(01).
- Pasaribu, V. L. D., Satria, P., Sari, R. P., Valencya, I., & Setyowati, R. Nursahidin. Adaptasi Kehidupan New Normal Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Yayasan Pondok Pesantren Dan Panti Asuhan Nurul Ikhsan Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan. *Jurnal LOKABMAS Kreatif*, 2(02), 89-97
- Pasaribu, V. L. D., Sulaiman, S., Sutiman, S., Thaharudin, T., & Purnomo, B. Y. (2020). Pengenalan Letak Posyandu Terdekat Dikelurahan Pisangan Dengan Manajemen Pemasaran Revolusi 4.0 Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Letak Dan Fungsi Posyandu Terdekat Pada Kelurahan Pisangan. *Dedikasi Pkm*, 1(1), 105-110.
- Pasaribu, V. D., Qomah, F. I., Sajida, S. R., Putri, D. O., Hidayat, M. K., & Senoaji, R. DARING ATAU KEGIATAN TATAP MUKA EFESIENSI MANA.
- Pasaribu, V. L. D., & Agrasadya, N. S. Krisnaldy.(2020). Meningkatkan Produktivitas Usaha Dimasa Pandemi Pada Ibu PKK RT 004/003 Kelurahan Sawah Baru Ciputat, Tangerang Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 177-180

- Pasaribu, V. L. D., Adiputra, B., Oktaviani, D., & Ramdonih, F. (2026). Financial Health in the Digital Era: Gen Z Financial Literacy to Combat a Consumptive Lifestyle. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 66-70.
- Pasaribu, V. L. D., Rahmah, A., Fitri, L., & Rommadon, R. (2026). Digital Marketing as a Means of Career Opportunities and Entrepreneurship. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 52-58.
- Pasaribu, V. L. D., Saputra, B., Alayya, F., & Utami, R. D. (2026). Boosting Self-Confidence Through Public Speaking: A Youth Workshop. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 71-76.
- Pasaribu, V. L. D., Rahayu, A., Septianti, A., & Wirana, A. P. (2026). Measuring Digital Content and Campaign Activities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 44-51.
- Pasaribu, V. L. D., Fadilah, R., Purwanti, A., & Amelia, N. (2026). The Importance of Soft Skills for Teenagers in the Modern Era: Challenges and Opportunities. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 11-18.
- Pasaribu, V. L. D., Wijohandoko, T., Yanuarso, B. P., & Tumanggor, M. (2026). Optimizing Micro-Business Financial Management in Benda Baru Subdistrict Through Financial Management Training. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 01-10.
- Pasaribu, V. L. D., Anggelita, A. Y., Putri, A. N., Wiyadi, A., & Fatonah, D. (2026). Counseling on Cultivating an Entrepreneurial Spirit in the Digital Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 19-27.
- Pasaribu, V. L. D., Witjaksono, M. G., Khoerunnisa, D., & Maharani, N. (2026). Social Media Ethics at the Wisma Karya Bakti Orphanage. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1).
- Pasaribu, V. L. D., Sulistyawati, R., Tupamahu, J., & Sabila, S. (2026). The Role of Soft Skills in Shaping Students' Leadership and Social Responsibility in the Era of Society 5.0. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1).
- Pasaribu, V. L. D., Zalukhu, M., & Akbar, I. M. (2026). Smart and Responsible Leadership of Vocational High School Students in the Era of Society 5.0. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 181-190.
- Pasaribu, V. L. D., Hermanto, H., Bidaya, Y., & Buulolo, R. (2026). Leadership Transformation Strategies to Strengthen the Responsibility and Character of Vocational High School Students in the Society 5.0 Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 211-220.
- Pasaribu, V. L. D., Priyanto, G., Ndruru, K., & Indrawan, J. (2026). Leadership Camp Era 5.0: Developing Leadership and Social Responsibility in Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(1), 191-199.
- Pasaribu, V. L. D., Juraemi, A. F. R., Nabila, S., & Suwandi, W. (2026). The Influence of Family Environment on High School Students' Learning Motivation. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 987-996.

- Pasaribu, V. L. D., Wardatun, L. S., Pandhuwinata, P., & Laurent, S. (2026). The Relationship Between Harassment and Self-Confidence Levels of Vocational High School Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 966-976.
- Pasaribu, V. L. D., Zakaria, D. A., Jamil, N. A., & Septiana, Z. D. (2026). Transforming Financial Education: Preparing an Independent and Resilient Young Generation. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 919-931.
- Pasaribu, V. L. D., Sulistiawati, L., & Handayani, T. (2026). Improving Generation Z's Financial Resilience Through Digital Financial Literacy at Daarul Shafa Islamic Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 954-966.
- Pasaribu, V. L. D., Aryanto, Y. K., Daryanto, R., & Sofyan, D. A. (2026). Holistic Education: Combining Financial Literacy and Soft Skills in High Schools. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 942-954.
- Pasaribu, V. L. D., Tasya, F. S., & Anwariah, Y. (2026). The Influence of Verbal Violence on Adolescent Mental Health in School Environments. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 976-987.
- Pasaribu, V. L. D., Mayshitta, L. A., Novendra, S. R., & Andini, A. F. (2026). The Relationship Between Peer Bullying and Decreased Learning Interest in Vocational High School Students. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 908-919.
- Pasaribu, V. L. D., Sari, R. M., Pujawati, S., & Herlita, T. (2026). The Role of Soft Skills in Cultivating an Entrepreneurial Spirit Among Teenagers. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 931-942.
- Pasaribu, V. L. D., Adiyani, M., Auliaputri, N., & Fadilah, P. R. (2026). Training on Using Microsoft Word in Writing Papers to Support High School Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 314-323.
- Pasaribu, V. L. D., Aribah, N. N., & Pambudi, G. (2026). Leadership & Teamwork Class: Collaboration, Not Competition. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 283-289.
- Pasaribu, V. L. D., Dzikrirullah, D., Putri, G. A. O., & Saputri, O. R. (2026). The Role of Financial Education in Shaping the Savings Behavior of Students in Islamic Boarding Schools. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 334-343.
- Prabowo, R. N., Siahaan, H., Pasaribu, V. L. D., & Kurniawat, T. R. (2026). Career Motivation: Ready to Work, Ready to Create, Ready to Become. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 290-296.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, R. A., Hidayah, S. N., & Sofhin, S. A. (2026). Building Educational Awareness of the Dangers of Free Association for Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School, Setu District, South Tangerang. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 475-484.
- Pasaribu, V. L. D., Rahmadani, R., Riswadi, A. N., & Yuliyani, A. L. (2026). Financial Literacy and Strengthening the Character of Islamic Students in Facing Modern Economic Challenges. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 344-354.

- Pasaribu, V. L. D., Ikhwan, M., Pratama, I. S. P., & Saputra, R. A. (2026). Strengthening the Entrepreneurial Spirit of Young People Through Business-Based Greenpreneur Programs in the Digital Era. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 446-456.
- Pasaribu, V. L. D., Fadilla, D., & Saputra, R. M. (2026). The Influence of Social Media Use on Promiscuity among School Adolescents at Al-Hidayah Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 390-399.
- Pasaribu, V. L. D., Al Agaf, S., Syahwita, D., & Ameliya, E. (2026). Creative CV and Portfolio Creation Training Using Canva to Improve Work Readiness and Organizational Skills for High School Students at Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 497-504.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, P., Anggraeni, P., & Ramadani, N. (2026). Counseling on Optimization and Innovation in Building Personal Branding Since High School Through LinkedIn to Increase Career Opportunities in the Tight Competition in the Industrial World for High School Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 466-474.
- Pasaribu, V. L. D., Sherlyana, G. Z., Kautaman, I. R., & Cedar, R. M. (2026). Time Management & Productivity A la Gen Z. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 306-315.
- Pasaribu, V. L. D., Agustina, A., & Amelia, G. (2026). Powerpoint Software Learning Media Training to Increase Student Learning Enthusiasm and Literacy. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 505-513
- Pangestu, B. B., Fitria, N., Dewi, S. M., & Pasaribu, V. L. D. (2026). Public Speaking & Personal Branding Class: Dare to Appear in Front of the Camera. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 297-305
- Pasaribu, V. L. D., Hafit, R., Khairunnisa, A. A., & Daulay, T. A. P. (2026). Digital Marketing Workshop: How to Sell Online Through Social Media at Al-Hikmah Vocational School, Jakarta. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 316-323.
- Pasaribu, V. L. D., Fatimawati, E., Rasyid, R. R. M., & Pramudita, A. A. (2026). The Relationship Between Financial Literacy and the Consumptive Behavior of Students at the Nurul Ihsan Islamic Boarding School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 324-333.
- Pasaribu, V. L. D., Zaskia, S. A., Arum, D. P., & Waluyo, J. (2026). Utilization of AI and Information Technology in the World of Education to Increase Learning Efficiency and Creativity. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 355-365.
- Pasaribu, V. L. D., Saputra, R. N., Istiqomah, T. N., & Lestari, M. (2026). Evaluation of Student Readiness in Facing the Transition to Post-Vocational School Life, Between the World of Work and the World of Higher Education. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 410-420.
- Pasaribu, V. L. D., Utomo, M. R. A., Ridwan, M., & Rizaldi, M. (2026). Socialization and Education on Clean and Healthy Lifestyle Patterns (PHBS) in Schools and Households. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 430-437.

- Pasaribu, V. L. D., Saputra, A. A., Alfari, R., & AS, N. I. F. (2026). The Influence of Social Media Use on Free Association in School Environments. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 377-389.
- Pasaribu, V. L. D., Putri, A. S., Lestari, A., & Wahyuni, S. P. (2026). Household Waste Management Training Towards a Clean and Healthy Environment. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 366-376.
- Pasaribu, V. L. D., Dwitama, M. C. A., Simanullang, S. A., & Putri, D. R. (2026). Utilization of AI (Artificial Intelligence) in Teaching and Learning Activities for Students of Nurul Iksan Islamic Boarding School in Momonggor Village. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 485-496.
- Pasaribu, V. L. D., Sholeh, M. I., Fitriani, P., & Gustiansyah, M. F. (2026). Optimizing Investment Portfolios with Mutual Funds and Stocks: Strategies for Optimizing Investment Portfolios by Combining Mutual Funds and Stocks. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 421-429.
- Pasaribu, V. L. D., Syaukani, M. H., Saputra, M. R., & Andrean, R. (2026). The Role of Leadership in Creating a Positive and Collaborative Learning Environment. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 438-445.
- Pasaribu, V. L. D., Fatawi, A., Sumarno, K. R. P., & Ulya, N. K. (2026). Utilization of Social Media as a Means of Promoting Products Created by Students of Al-Hidayah Vocational School. *Jurnal Masyarakat Sejahtera*, 1(2), 400-409.
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
- Bambang Sunarwan. (2015). Aktifitas Komunikasi Dan Media Sosial. *Jurnal Studi Komunikasi Dan Media*.
- Hidayati, R. (2021). Manajemen Waktu dalam Penggunaan Gadget untuk Remaja. Jakarta: Literasi Mandiri.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suryadi, A. (2022). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Pola Hidup Remaja. Bandung: Informatika Cendekia.
- Sutrisno, B. (2019). Pendidikan Karakter dan Peran Sekolah dalam Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat. Bandung: Media Edukasi
- Yusuf, M. (2021). Gadget dan Anak Muda: Keseimbangan Digital dan Aktivitas Fisik. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Triyono, Agus, dkk. (2017). Komunikasi Religi, dan Budaya. Yogyakarta: Asosiasi Pendidikan Ilmu Komunikasi Perguruan Tinggi Muhammadiyah (APIK PTM).
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat

- Haniza, N. (2019). Pengaruh Media Sosial terhadap Perkembangan Pola Pikir, Kepribadian dan Kesehatan Mental Manusia. J. Komun.
- Yulieta F.T., Syafira H.N.A., Alkautsar M.H., Maharani S., & Audrey V.. (2021). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental [Article]. De Cive: Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan
- Sukmawati, A., & Kumala, A.P.B. (2020). Dampak cyberbullying pada remaja di media sosial [Article]. Alauddin Scientific Journal of Nursing
- Elpemi, N., & Isro'i, N. (2020). Fenomena cyberbullying pada peserta didik. IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education
- Safaria, T. (2016). Prevalence and Impact of Cyberbullying in a Sample of Indonesian Junior High School Students. Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET, 15(1), 82-91.
- Yunanto, T. A. R. (2019). Perlukah kesehatan mental remaja? Menyelisik peranan regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya dalam diri remaja. Jurnal Ilmu Perilaku, 2(2), 75-88.