

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, P. S., Murniati, M., & Cahyaningrum, E. D. (2025). Hubungan Frekuensi Bermain Gadget dengan Pola Tidur Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(2), 231-238. <https://doi.org/10.37287/jppp.v7i2.6060>
- Adrian. (2024). Mengenal Doomscrolling dan Bahaya yang Mengintai. <https://www.alodokter.com/mengenal-doomscrolling-dan-bahaya-yang-mengintai>
- Arya. (2023). *Doomscrolling* Pada Media Sosial. <https://hangtuah.ac.id/doomscrolling-pada-media-sosial/>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2024). APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang. <https://apji.or.id/berita/d/apjii-juml>
- Agita, et al. (2025). Gulir Tak Berujung: Pengaruh Doomscrolling terhadap Kesehatan Mental Gen Z Karawang. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies* Vol 5 No 2 (2025) 1569 – 1578 P-ISSN 2774-5058 E-ISSN 2775-7269 DOI: 47467/eduinovasi.v5i2.9741
- Arisgo, et al. (2024). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Pada Remaja Awal Di SMP Negeri 22 Krui Pesisir Barat Tahun 2024. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* Volume 4 Nomor 5 Tahun 2024 Page 1510-1517 E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246 Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- BPS JATIM. (2023). Persentase Penduduk Usia 5 Tahun Ke Atas yang Pernah Mengakses Internet dalam 3 Bulan Terakhir untuk Kelompok Umur 5-12 tahun Menurut Provinsi dan Jenis Kelamin, 2023. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/NDI0IzI=/persentase-penduduk-usia-5-tahun-ke-atas-yang-pernah-mengakses-int>
- Cahya, M. N., Ningsih, W., & Lestari, A. (2023). Dampak media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja: tinjauan pengaruh penggunaan media sosial pada kecemasan dan depresi remaja. *Jurnal Sosial Teknologi*, 3(8), 704-706.
- Cendrawan, J., & Ajisukmo, C. R. P. (2020). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keinginan Mahasiswa dalam Menggunakan Media Sosial. *Jurnal Ilmiah Komunikasi*, 17(2), 173-182.

- Dewi. (2025). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pasien Hipertensi di RS Bhakti Asih Jatibarang. *JPNM Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin*, 3(2). <https://doi.org/10.59945/jpnm.v3i2.405>
- Hansya & Ardi. (2025). Pengaruh Doomscrolling Terhadap Mental Well-being Dimediasi Oleh Psychological Distress Pada Pengguna Media Sosial X Generasi Z. *ARTIKEL PENELITIAN*. <https://repository.unair.ac.id/133526/1/Artikel>
- Hotijah, S. (2019). *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember*. Skripsi. Fakultas Keperawatan, Universitas Jember.
- Kemenkes. (2025). *Jenis-jenis Gangguan Mental, Mungkin Kamu Mengalami Salah Satunya*. <https://kemkes.go.id/id/jenis-jenis-gangguan-mental-mungkin-kamu-mengalami-salah-satunya>
- Kemenkes. (2023). Apa Itu Stres: Gejala, Penyebab, Pencegahan dan Pengobatan. <https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres#:~:text=Faktor%20Risiko%20Stres&text=Tidak%20bisa%20tidur%20atau%20mengalami,Memiliki%20trauma%20pada%20masa%20lalu.>
- Kemenkes. (2024). Apa Itu Stres: Gejala, Penyebab, Pencegahan dan Pengobatan. <https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres>
- Khairunisa, et al (2023). Analisis Tingkat Penggunaan Handphone pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri di Kabupaten Malang-Turen. SEMINAR NASIONAL. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&VRMtrg8q>
- Kumar. (2024). Scrolling and Stress: Exploring Internet Usage for Social Media and Psychological Distress in Young Adults. https://www.researchgate.net/publication/379189808_Scrolling_and_Stress_Exploring_I
- Kistan. (2019). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Dukungan Keluarga terhadap Kecemasan Pasien Pra Operasi di RSUD Pangkep. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* Vol 14 No 4 ISSN 2302-2531, 411 – 414
- Munasania, N., Adzkia Rahmanisa, S., Kumala, S. I., Filaili, M., Hanun, Z., & Yudiutomo, A. P. (2022). Analisis Peningkatan Penggunaan Media Sosial pada Masa Pandemi COVID-19 terhadap Mahasiswa Universitas Negeri Semarang. *Jurnal Mediasi*, 1(2). <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/medias>
- Marrsel, et al. (2025). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Kecemasan Mahasiswa di Universitas Negeri Manado. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan* Volume 4 No. 1, Juli-September 2025, pp 662-670

- Melnyk & Stadnik. (2024). Doomscrolling Questionnaire. https://www.researchgate.net/publication/390179429_Doomscrolling_Questionnaire/link/67e396dce62c604a0d15ba43/download?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19
- Nursalam. (2020). *Metodeologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. (P. P. Lestari, Penyunt.) Jakarta: Salemba Medika.
- Wafa, M. A. (2024). *Hubungan Doomscrolling dengan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara* [Skripsi, Universitas Islam Sumatera Utara]. Institutional Repository UISU. <http://repository.uisu.ac.id/handle/123456789/3247>
- Pandya, J. K. (2024). Studi Kasus Dampak Doomscrolling terhadap Kecemasan Mental Mahasiswa Gen Z di Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi. *Journal of Family Life Education*, 3(2), 73–84.
- Sa'i, et al (2025). Remaja di Era Digital: Menangkal Efek Negatif Doomscrolling dan Fomo Terhadap Siswa SMP Ihyaussalafiyah Surabaya. *IJoEd: Indonesian Journal on Education* Volume 1 Issue 4 2025 Page 402-410 E-ISSN 3064-6146 e-mail: admin@ijoed.org website: <https://ijoed.org/index.php/ijoed>
- Syakira, N. R., Ifdil, I., & Khairati, A. (2025). Analisis doomscrolling pada mahasiswa berdasarkan jenis kelamin, usia, dan intensitas penggunaan media sosial. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 13(2), 561-577. <https://doi.org/10.29210/1164100>
- Seriaka, et al. (2023). Anxiety Level of Inpatient Families in General ICU Room of St. Anthony Hospital Pontianak. *Formosa Journal of Science and Technology (FJST)* Vol.2, No.10, 2023: 2725-2738
- Sari. (2025). Apa Itu Doomscrolling? Dampak & Cara Mencegahnya. <https://www.cloudcomputing.id/pengetahuan-dasar/apa-itu-doomscrolling>
- Satici, S. A., Gocet Tekin, E., Deniz, M. E., & Satici, B. (2022). Doomscrolling Scale: its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing. *Applied Research in Quality of Life*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s11482-022-10110-7>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Shabahang, R., Kim, S., Hosseinkhanzadeh, A. A., Aruguete, M. S., & Kakabaraee, K. (2023). “Give Your Thumb a Break” from Surfing Tragic Posts: Potential Corrosive Consequences of Social Media Users’ Doomscrolling. *Media Psychology*, 26(4), 460–479. <https://doi.org/10.1080/15213269.2022.2157287>

- Sharma, B., Lee, S. S., & Johnson, B. K. (2022). Supplemental Material for The dark at the end of the tunnel: Doomscrolling on social media newsfeeds. *Technology, Mind, and Behavior*, 3(1). <https://doi.org/10.1037/tmb0000059.supp> Volume 7 Nomor 2, April 2025
- Wicaksono, T. A., Reformasianto, V. L., Mufidah, D., Angelina, E., Wimbari, S., Kusrohmaniah, S., & Wicaksono, T. A. (2024). The Impact of TikTok Social Media on Users: A Neuropsychological Perspective Dampak Media Sosial Tiktok pada Pengguna: Perspektif Neuropsikologi. *Jurnal Psikologi*, 13(3), 455-463.
- Wulandari, R., & Netrawati, N. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 5(2), 41-46.
- Yasmine Adzka Sajida, Zulfa Tsaabita, Zeinny Permatasari Syaputri Damanik, Deliza Qorizki, Aulia Firza Fakhriani, Asep Purwo Yudi Utomo, & Diyamon Prasandha. (2024). Analisis Tindak Tutur Ilokusi dalam Cuitan Akun X Calon Presiden 2024 Nomor 1 Anies Baswedan. *Jurnal Kajian Dan Penelitian Umum*, 2(4), 31-56. <https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v2i4.1166>
- You, dkk. (2023). Factors of heavy social media use among 13-year-old adolescents on weekdays and weekends <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s12519-023-00690-1.pdf>
- WHO. (2024). Menstranformasi Kesehatan Remaja. https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-11-2024-transforming-adolescent-health--who-s-comprehensive-report-on-global-progress-and-gaps&ved=2ahUKEwiAifi_lqCQAXqyDgGHWn7FV0QFnoECB8QAQ&usq=AOvVaw0XRNZhZ6dvtLGZ5b6b1Rzg
- Zaputri, M. (2021). Dampak kecanduan media sosial tik tok terhadap perilaku belajar mahasiswa bimbingan dan konseling IAIN Batusangkar.
- Zheng, H., Liu, X., & Li, Z. (2022). The Mental Health Effects of Exposure to Constant Negative News through Social Media. *Journal of Digital Mental Health*, 5(1), 12-25.
- Zhou, dkk. (2023). Problematic Sosial Media. https://repository.unair.ac.id/133526/1/Artikel%20Ilmiah%20Repository_Muhamad%20Raydava%20Hansya_111811133140