

Identifikasi Tingkat Kecenderungan Perilaku Adiktif Mahasiswa Generasi Z

Erwita Ika Violina¹, Rafael Lisinus Ginting², Salsabila Nasution³, Fadinda Aisyah⁴

Email: erwitaika@unimed.ac.id¹, rafaellisinus@unimed.ac.id²,

salsabila.nasution@unm.ac.id³, fadindaaisyah92@gmail.com⁴

Universitas Negeri Medan^{1,2,4}

Universitas Negeri Makassar³

Abstrak

Di era digital saat ini, kecenderungan adiksi terhadap teknologi, media sosial, serta substansi tertentu semakin meningkat, yang berpotensi merusak kesejahteraan mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecenderungan perilaku adiktif pada mahasiswa di Kota Medan, dengan fokus pada dua faktor utama: predisposisi individu dan bidang spesifik adiksi. Melalui pendekatan kuantitatif deskriptif, data dikumpulkan dari 491 mahasiswa menggunakan kuesioner yang mengukur kecenderungan adiktif berdasarkan berbagai variabel, termasuk pola belajar, regulasi emosi, impulsivitas, dan perilaku adiktif terkait teknologi, narkoba, judi, serta pornografi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Internet & Teknologi menjadi domain dengan kecenderungan adiksi tertinggi ($M = 17,44$), diikuti oleh regulasi emosi ($M = 15,86$). Meskipun adiksi terhadap Rokok, Alkohol, dan Narkoba menunjukkan nilai rata-rata terendah ($M = 9,53$), nilai kurtosis yang tinggi menunjukkan adanya sekelompok mahasiswa dengan kecanduan yang sangat tinggi. Di sisi lain, faktor psikologis seperti Impulsivitas dan Fungsi Eksekutif yang rendah berkontribusi pada pengambilan keputusan impulsif yang memperburuk perilaku adiktif. Penelitian ini merekomendasikan pengembangan program pencegahan dan intervensi yang lebih holistik, termasuk peningkatan layanan bimbingan dan konseling serta pelatihan keterampilan coping yang efektif, untuk membantu mahasiswa mengatasi perilaku adiktif dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Kata Kunci: Adiksi; Mahasiswa; Internet; Pornografi; Generasi Z.

Abstract

In today's digital era, the tendency of addiction to technology, social media, and certain substances is increasing, which has the potential to harm the well-being of students. This study aims to identify the level of addictive behavior tendencies in students at Medan city, focusing on two main factors: individual predisposition and specific areas of addiction. Through a descriptive quantitative approach, data were collected from 491 students using a questionnaire that measured addictive tendencies based on various variables, including learning patterns, emotional regulation, impulsivity, and addictive behaviors related to technology, drugs, gambling, and pornography. The results showed that Internet & Technology was the domain with the highest addiction tendencies ($M = 17.44$), followed by emotional regulation ($M = 15.86$). Although addiction to Cigarettes, Alcohol, and Drugs showed the lowest mean value ($M = 9.53$), the high kurtosis value indicates the presence of a group of students with very high addiction. On the other hand, psychological factors such as Impulsivity and low Executive Function contribute to impulsive decision-making that exacerbates addictive behavior. This study recommends the development of more holistic prevention and intervention programs, including enhanced guidance and counseling services and effective coping skills training, to help college students overcome addictive behaviors and improve their psychological well-being.

Keywords: Addiction; College Students; Internet; Pornography; Generation Z.

PENDAHULUAN

Perilaku adiktif merupakan kecenderungan terhadap perilaku adiktif fenomena yang semakin mendapat semakin meningkat seiring dengan perhatian dalam berbagai bidang studi, kemajuan teknologi dan akses yang mudah termasuk psikologi dan pendidikan. Di terhadap berbagai platform digital (Ferreri

et al., 2018; Neverkovich et al., 2018). Perilaku adiktif ini tidak hanya mencakup kecanduan terhadap substansi seperti narkoba atau alkohol, tetapi juga terhadap aktivitas tertentu seperti bermain game online, penggunaan media sosial, hingga konsumsi konten digital berlebihan (Chung & Lee, 2023; Mujica et al., 2022; Santangelo et al., 2022; Vidal & Meshi, 2023). Hal ini menandakan adanya perubahan signifikan dalam pola perilaku mahasiswa yang perlu diidentifikasi dan dianalisis lebih dalam. Individu yang terjebak dalam perilaku adiktif sering kali mengalami gangguan dalam konsentrasi, penurunan prestasi akademik, serta keterlambatan dalam mencapai tujuan pendidikan mereka (George et al., 2023; Panah et al., 2025).

Selain itu, kecenderungan adiktif dapat memengaruhi kesehatan mental, meningkatkan rasa kecemasan, stres, dan depresi, (Karakose et al., 2023; Ksiksou et al., 2023; Vally et al., 2023) yang jika tidak ditangani dapat berujung pada masalah psikologis yang lebih serius. Dalam konteks ini, penting untuk memahami karakteristik perilaku adiktif mahasiswa dan dampaknya agar dapat melakukan upaya pencegahan dan intervensi yang tepat karena tidak jarang, mahasiswa yang terjerat dalam perilaku adiktif kehilangan kemampuan untuk mengatur waktu dan emosi, serta

menghindari tanggung jawab akademik dan sosial mereka (Henden, 2023; Lavallee, 2023). Faktor penyebab perilaku adiktif pada mahasiswa sangat kompleks dan melibatkan berbagai aspek, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kecenderungan individu terhadap stres, perasaan terisolasi, serta ketidakmampuan dalam mengelola emosi. Faktor eksternal, seperti pengaruh teman sebaya, tekanan sosial, dan akses mudah ke internet dan perangkat digital, juga berperan besar dalam membentuk perilaku adiktif (Henden, 2023; Lavallee, 2023). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa generasi Z, yang tumbuh di era digital, lebih rentan terhadap kecanduan teknologi dan media sosial dibandingkan dengan generasi sebelumnya (Ginting et al., 2025; Kholqi, 2025).

Dampak perilaku adiktif tidak hanya memengaruhi individu, tetapi juga berdampak pada lingkungan sosial, termasuk keluarga, teman, dan bahkan institusi pendidikan tempat mereka belajar (Kumalasari et al., 2023; Nuryono, 2025; Purnama & Asdlori, 2023). Mahasiswa yang terjebak dalam perilaku adiktif sering kali mengalami permasalahan dalam hubungan sosial mereka, yang pada gilirannya dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional mereka (Yegul & Ulutas Keskinçilic, 2022). Hal ini

menjadi tantangan besar bagi pendidik dan konselor akademik untuk menciptakan lingkungan kampus yang mendukung dan memberikan perhatian lebih terhadap mahasiswa yang berisiko. Meskipun perilaku adiktif pada mahasiswa telah banyak dibahas dalam berbagai literatur, masih terdapat gap yang cukup besar dalam pemahaman mengenai bagaimana perilaku adiktif ini berkembang pada mahasiswa generasi Z. Penelitian yang ada umumnya berfokus pada kecanduan teknologi secara umum tanpa menggali lebih dalam perbedaan antara faktor-faktor yang memengaruhi perilaku adiktif pada generasi Z dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecenderungan perilaku adiktif mahasiswa generasi Z dan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhinya.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai kecenderungan perilaku adiktif pada mahasiswa generasi Z, khususnya yang berkaitan dengan penggunaan teknologi dan media sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi para pendidik, konselor, serta pihak universitas dalam merancang kebijakan dan program pencegahan yang lebih efektif terhadap perilaku adiktif di kalangan mahasiswa.

Urgensi penelitian ini sangat penting mengingat dampak jangka panjang dari perilaku adiktif terhadap perkembangan pribadi dan akademik mahasiswa. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang perilaku adiktif generasi Z, diharapkan dapat tercipta intervensi yang lebih tepat dan solutif untuk membantu mahasiswa mengatasi masalah ini. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pengambil kebijakan di perguruan tinggi dalam merancang program dukungan psikososial yang lebih efektif guna mengurangi risiko perilaku adiktif dan meningkatkan kualitas kehidupan mahasiswa.

KAJIAN PUSTAKA

Perilaku Adiktif

Perilaku adiktif didefinisikan sebagai pola perilaku berulang yang bersifat kompulsif dan tetap dilakukan meskipun individu menyadari konsekuensi negatif yang ditimbulkannya (Dresp-Langley & Hutt, 2022; Flayelle et al., 2023). Secara teoretis, perilaku ini melibatkan disregulasi pada sistem *reward* di otak, di mana individu mengalami peningkatan sensitivitas terhadap penguatan instan (*immediate reward*) dan penurunan kontrol kognitif terhadap impuls (Dresp-Langley & Hutt, 2022; Flayelle et al., 2023). Dalam konteks mahasiswa, perilaku adiktif tidak hanya terbatas pada penggunaan zat atau

substansi, tetapi telah bergeser pada adiksi perilaku seperti ketergantungan internet, perjudian, hingga konsumsi pornografi. Munculnya kecenderungan adiktif pada mahasiswa sangat dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan mekanisme pertahanan diri (Patriana, 2025).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk mengidentifikasi tingkat kecenderungan perilaku adiktif di kalangan mahasiswa di Kota Medan. Pendekatan deskriptif ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik kecenderungan adiksi mahasiswa dengan mengukur dua faktor utama yang mempengaruhi perilaku adiktif, yaitu faktor predisposisi individu dan faktor bidang spesifik adiksi.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS untuk memperoleh hasil yang valid dan reliabel. Penelitian ini berfokus pada dua faktor utama yang mempengaruhi kecenderungan perilaku adiktif dengan 2 faktor, faktor 1 predisposisi individu, faktor ini mencakup enam variabel yang berhubungan dengan kondisi dan karakteristik individu yang berpotensi memengaruhi perilaku adiktif mahasiswa, yaitu, pola belajar & kognitif, regulasi emosi, impulsivitas & sensitivitas reward, strategi coping, fungsi eksekutif, persepsi risiko & outcome expectancy.

Selanjutnya faktor 2 bidang spesifik adiksi (screening), faktor ini mengukur kecenderungan mahasiswa terhadap empat jenis perilaku adiktif spesifik, yang terdiri dari rokok, alkohol, dan/atau narkoba, internet & teknologi, Perilaku judi/belanja, seks/pornografi.

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Kota Medan yang memiliki kecenderungan terhadap masalah adiksi. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang didasarkan pada kriteria tertentu untuk memastikan bahwa sampel yang diambil relevan dengan tujuan penelitian. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 491 mahasiswa, yang terdiri dari mahasiswa semester 1, semester 3 dan semester 5. Tabulasi jumlah sampel dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Tabulasi Sampel Penelitian

Tingkat	Jumlah
Semester 1	181 Mahasiswa
Semester 3	159 Mahasiswa
Semester 5	151 Mahasiswa

Pemilihan mahasiswa berdasarkan semester bertujuan untuk mendapatkan pandangan yang representatif dari mahasiswa dengan latar belakang akademik yang berbeda.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode survei daring melalui penyebaran kuesioner kepada mahasiswa yang telah diinformasikan

mengenai tujuan penelitian, jenis data yang dikumpulkan, serta hak mereka untuk menolak partisipasi. Kuesioner terdiri dari dua bagian utama: Bagian pertama berisi pertanyaan mengenai karakteristik demografis peserta, seperti jenis kelamin, usia, dan semester kuliah. Bagian kedua berisi pertanyaan yang mengukur kecenderungan adiksi mahasiswa terhadap dua faktor utama (predisposisi individu dan bidang spesifik adiksi) menggunakan skala Likert. Skala Likert yang digunakan memiliki rentang nilai dari 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 5 (Sangat Setuju), yang memungkinkan penilaian terhadap sejauh mana mahasiswa setuju atau tidak setuju dengan berbagai pernyataan yang terkait dengan perilaku adiktif.

Setelah data terkumpul, analisis dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS. Data yang diperoleh dari kuesioner akan dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran tentang tingkat kecenderungan perilaku adiktif mahasiswa berdasarkan dua faktor utama yang telah ditentukan. Analisis statistik yang dilakukan meliputi perhitungan frekuensi, rata-rata, dan distribusi respons, serta uji validitas dan reliabilitas instrumen untuk memastikan kualitas data yang terkumpul.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengumpulan data dan telah dilakukan analisis data hasil penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Data Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Kurtosis	Std. Error
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic
Pola Belajar & Kognitif	491	6	17	12.79	2.044	.449	.220
Regulasi emosi	491	6	24	15.86	2.594	.461	.220
Impulsivitas & Sensitivitas Reward	491	7	21	13.80	2.193	.132	.220
Strategi Coping	491	5	19	12.39	2.130	.599	.220
Fungsi Eksekutif	491	5	17	11.55	1.778	1.271	.220
Persepsi Risiko & Outcome Expectancy	491	4	16	11.31	1.686	1.749	.220
Rokok, Alkohol dan narkoba	491	7	24	9.53	2.972	5.450	.220
Internet & Teknologi	491	7	28	17.44	3.473	1.023	.220
Judi	491	7	24	13.36	3.647	-.264	.220
Pornografi	491	6	22	8.91	3.244	.341	.220
Valid N (listwise)	491						

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif terhadap 491 responden mahasiswa, ditemukan bahwa Internet dan Teknologi menjadi domain dengan kecenderungan masalah tertinggi dibandingkan bentuk adiksi lainnya, dengan nilai rata-rata (*mean*) sebesar 17.44 ($SD = 3.473$). Hal ini menunjukkan bahwa perilaku adiktif di lingkungan kampus saat ini didominasi oleh penggunaan platform digital. Sejalan dengan hal tersebut, aspek Regulasi Emosi juga menunjukkan skor yang cukup tinggi ($M = 15.86$; $SD = 2.594$), yang mengindikasikan bahwa mahasiswa cenderung memiliki hambatan dalam mengelola kondisi emosionalnya, yang sering kali menjadi pemicu munculnya perilaku adiktif sebagai bentuk pelarian.

Dari sisi perilaku adiksi zat, kategori Rokok, Alkohol, dan Narkoba memiliki rata-rata terendah ($M = 9.53$), namun memiliki nilai *Kurtosis* yang sangat signifikan yaitu 5.450. Nilai *kurtosis* yang tinggi ini menunjukkan adanya sebaran data yang sangat runcing, yang berarti meskipun mayoritas mahasiswa memiliki kecenderungan rendah terhadap napza, terdapat kelompok kecil mahasiswa (*outliers*) yang memiliki tingkat kecanduan sangat tinggi dan memerlukan penanganan klinis segera.

Sementara itu, pada kategori Judi, ditemukan nilai *kurtosis* negatif (-0.264) dengan standar deviasi tertinggi (3.647), yang mencerminkan bahwa masalah perjudian di kalangan mahasiswa memiliki variasi yang sangat beragam dan tersebar merata di berbagai level risiko (PRAYOGO, 2025).

Pada aspek fungsi kognitif, mahasiswa menunjukkan keterbatasan pada Persepsi Risiko & Outcome Expectancy ($M = 11.31$) dan Fungsi Eksekutif ($M = 11.55$). Skor yang rendah pada fungsi eksekutif, ditambah dengan tingkat Impulsivitas ($M = 13.80$), memberikan gambaran bahwa mahasiswa cenderung mengambil keputusan secara instan tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari perilaku adiktif yang mereka lakukan (Prayogo, 2025).

Kondisi ini diperburuk dengan skor Strategi Coping yang berada pada angka 12.39, yang mengisyaratkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam melakukan pemecahan masalah secara sehat masih perlu ditingkatkan melalui layanan bimbingan dan konseling yang lebih komprehensif (Hawasi et al., 2022; Pambudhi et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh dan didukung dengan penelitian Iftayani, (2025) bahwa kecenderungan perilaku adiksi masih rentan dikalangan mahasiswa. Namun terdapat beberapa gap dalam penelitian ini yang perlu untuk dieksplorasi lebih lanjut. Salah satu gap yang mencolok adalah kurangnya penelitian yang mendalam mengenai hubungan antara kecenderungan perilaku adiktif dengan faktor-faktor psikososial lainnya, seperti dukungan sosial, motivasi akademik, dan peran keluarga dalam konteks mahasiswa generasi Z. Meskipun penelitian ini sudah memetakan beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku adiktif, faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya dan faktor lingkungan kampus belum dieksplorasi secara mendalam. Penelitian lebih lanjut perlu menggali lebih dalam tentang peran aspek-aspek ini dalam mempengaruhi kecenderungan perilaku adiktif mahasiswa.

Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah untuk mengeksplorasi perbedaan tingkat kecenderungan adiktif berdasarkan jenis kelamin, latar belakang sosial-ekonomi, dan status akademik mahasiswa. Selain itu, disarankan untuk melakukan penelitian longitudinal yang mengamati perubahan kecenderungan adiktif mahasiswa dari waktu ke waktu, untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi dinamika perilaku adiktif tersebut. Penelitian longitudinal juga dapat membantu melihat hubungan sebab-akibat antara perilaku adiktif dan faktor-faktor psikologis atau sosial lainnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya peran layanan bimbingan dan konseling dalam membantu mahasiswa mengatasi kecenderungan perilaku adiktif (Yegul & Ulutas Keskinkılıc, 2022). Oleh karena itu, disarankan agar universitas menyediakan program pencegahan dan intervensi yang lebih holistik, yang tidak hanya berfokus pada masalah kecanduan substansi, tetapi juga pada pengelolaan emosi, pengembangan fungsi eksekutif, serta penguatan strategi coping yang sehat. Pembekalan keterampilan sosial dan emosional melalui workshop atau pelatihan juga bisa menjadi salah satu cara untuk mengurangi potensi perilaku adiktif di kalangan mahasiswa.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pemahaman perilaku adiktif di kalangan mahasiswa, khususnya di kalangan mahasiswa generasi Z. Namun, masih banyak aspek yang perlu diteliti lebih dalam, seperti pengaruh teknologi dan media sosial terhadap perilaku adiktif, serta bagaimana cara universitas dan masyarakat dapat berkolaborasi untuk mengurangi dampak negatif dari perilaku adiktif tersebut. Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan dan program yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa perilaku adiktif di kalangan mahasiswa lebih dominan dipengaruhi oleh penggunaan Internet & Teknologi, yang menunjukkan tingkat kecenderungan adiksi tertinggi dibandingkan dengan jenis perilaku lainnya. Selain itu, faktor-faktor psikologis seperti Regulasi Emosi dan Impulsivitas juga memainkan peran penting dalam memperburuk kecenderungan adiktif, sementara Fungsi Eksekutif dan Persepsi Risiko yang rendah menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung membuat keputusan impulsif tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang. Meskipun adiksi terhadap

zat seperti Rokok, Alkohol, dan Narkoba lebih rendah, terdapat kelompok mahasiswa yang menunjukkan kecanduan yang sangat tinggi, yang perlu perhatian lebih lanjut.

Sebagai rekomendasi, penelitian selanjutnya perlu menggali lebih dalam mengenai faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku adiktif, seperti peran lingkungan sosial dan keluarga, serta melakukan penelitian longitudinal untuk melihat dinamika perubahan perilaku adiktif mahasiswa dari waktu ke waktu. Dengan demikian, diharapkan dapat tercipta lingkungan kampus yang lebih mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa dan mengurangi kecenderungan perilaku adiktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Chung, S., & Lee, H. K. (2023). Public health approach to problems related to excessive and addictive use of the internet and digital media. *Current Addiction Reports*, 10(1), 69–76.
- Dresp-Langley, B., & Hutt, A. (2022). Digital addiction and sleep. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6910.
- Ferreri, F., Bourla, A., Mouchabac, S., & Karila, L. (2018). e-Addictology: an overview of new technologies for assessing and intervening in addictive behaviors. *Frontiers in Psychiatry*, 9, 51.
- Flayelle, M., Brevers, D., King, D. L., Maurage, P., Perales, J. C., & Billieux, J. (2023). A taxonomy of technology design features that promote potentially addictive online behaviours. *Nature Reviews Psychology*, 2(3), 136–150.
- George, A. S., George, A. S. H., Baskar, T., & Shahul, A. (2023). Screens steal time: How excessive screen use impacts the lives of young people. *Partners Universal Innovative Research Publication*, 1(2), 157–177.
- Ginting, L. R., Alfarizi, F., Sitorus, G. S. R., Situmeang, E. V., & Putri, S. D. (2025). Psikologi Digital: Dinamika Generasi Z dalam Era Media Sosial. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 132–141.
- Hawasi, O., Yulia, C., & Yunus, A. (2022). Keefektifan Media Ular Tangga Untuk Meningkatkan Strategi Coping Stress. *Research and Development Journal of Education*, 8(2), 511–517.
- Henden, E. (2023). Addiction and autonomy: Why emotional dysregulation in addiction impairs autonomy and why it matters. *Frontiers in Psychology*, 14, 1081810.
- Iftayani, I. (2025). Gambaran Perilaku Adiksi Internet, Faktor yang Memfasilitasi serta Dampaknya pada Mahasiswa. *Journal of Psychosociopreneur*, 4(1), 170–179.
- Karakose, T., Yıldırım, B., Tülübaş, T., & Kardas, A. (2023). A comprehensive review on emerging trends in the dynamic evolution of digital addiction and depression. *Frontiers in Psychology*, 14, 1126815.
- Kholqi, A. M. S. (2025). Analisis Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Generasi Z: Perspektif Psikologi, Teknologi, dan Pendidikan. *Syamil: Multidisciplinary Scientific Research Journal*, 1(01), 23–33.

- Ksiksou, J., Maskour, L., & Alaoui, S. (2023). Effects of cognitive-behavioral group therapy on reducing levels of internet addiction, depression, anxiety, and stress among nursing students in Morocco. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 17(3).
- Kumalasari, N. M. D., Humaaizi, H., & Irmayanti, T. (2023). Faktor-faktor Penyalahgunaan Narkotika dan Zat Adiktif pada Remaja di Balai Rehabilitasi Parmadi Putra'Insyaf Sumatera Utara 2023. *Perspektif*, 12(3), 934–941.
- Lavallee, Z. (2023). Affective scaffolding in addiction. *Inquiry*, 1–29.
- Mujica, A. L., Crowell, C. R., Villano, M. A., & Uddin, K. M. (2022). Addiction by design: Some dimensions and challenges of excessive social media use. *Medical Research Archives*, 10(2), 1–29.
- Neverkovich, S. D., Bubnova, I. S., Kosarenko, N. N., Sakhieva, R. G., Sizova, Z. M., Zakharova, V. L., & Sergeeva, M. G. (2018). Students' internet addiction: study and prevention. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(4), 1483–1495.
- Nuryono, W. (2025). Analisis Faktor Dan Dampak Penyalahgunaan Narkotika Serta Upaya Preventif Dan Kuratif Di Smpn 44 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 15(1), 179–184.
- Pambudhi, Y. A., Abas, M., Marhan, C., & Fajriah, L. (2022). Strategi coping stress mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Amal Pendidikan*, 3(2), 110–122.
- Panah, R. K., Hormozi, A. K., & Khodadadi, J. (2025). A qualitative study of academic performance and career goals of adolescents with signs of addiction. *International Journal of New Findings in Health and Educational Sciences (IJHES)*, 3(1), 111–119.
- Patriana, P. (2025). Pendekatan Psikologi Terhadap Adiksi. *Al-Sambasy: Jurnal Kajian Pendidikan*, 1(2), 65–73.
- Prayogo, P. E. K. O. (2025). *Fenomena Judi Online Pada Kalangan Mahasiswa Di Kabupaten Pacitan*. Stkip Pgri Pacitan.
- Purnama, Y., & Asdlori, A. (2023). The role of social media in students' social perception and interaction: Implications for learning and education. *Technology and Society Perspectives (TACIT)*, 1(2), 45–55.
- Santangelo, O. E., Provenzano, S., & Firenze, A. (2022). Risk factors for addictive behaviors: a general overview. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6583.
- Vally, Z., Helmy, M., & Fourie, L. (2023). The association between depression and addictive social media use during the COVID-19 pandemic: The mediating role of sense of control. *Plos One*, 18(9), e0291034.
- Vidal, C., & Meshi, D. (2023). Behavioral addictive disorders in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 62(5), 512–514.
- Yegul, S., & Ulutas Keskinilic, A. (2022). Investigation of the relationship between high school students' attitudes towards addictive substances and social exclusion status. *Journal of Substance Use*, 27(3), 252–257.