



## The Effect of Information Services Through Documentary Film Media on Social Media Addiction in Students

Awang Normalanda Sekartresna<sup>1</sup>, Sri Ngayomi Yudha Wastuti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan, Indonesia

**Abstract :** This study aims to determine the effect of information services through documentary films on social media addiction in students, the sample in this study were 27 students in class VII A. This type of research is quantitative research with experimental methods, namely one group pretest-posttest design, data collection techniques in this study are using observation, documentation and questionnaires totaling 27 items. Based on the results of the Paired Sample Test hypothesis using SPSS 25.0, the  $t$ -table is 2.052, then  $t_{count} > t_{table}$  ( $9.315 > 2.052$ ). Then  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected. Thus it can be concluded that there are differences in social media addiction for the Pre Test and Post Test, so it can also be concluded that "there is an effect of information services through documentary film media on social media addiction in students", while the amount of influence is 92.16%. Thus Information Services through documentary film media have an influence of 92.16% on social media addiction.

**Keywords :** Information services; Social Media Addiction; Media Documentary Film.

## Pengaruh Layanan Informasi Melalui Media Documentary Film Terhadap Kecanduan Media Sosial Pada Siswa

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Layanan Informasi Melalui *Documentary Film* Terhadap Kecanduan Media Sosial Pada Siswa, sampel dalam penelitian ini adalah 27 orang siswa kelas VII A. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen yaitu *one group pretest-posttest design*, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi, dokumentasi dan angket yang berjumlah 27 item. Berdasarkan hasil hipotesis *Paired Sample Test* dengan menggunakan SPSS 25.0, tabel sebesar 2,052, maka  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $9,315 > 2,052$ ). Maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kecanduan media sosial untuk Pre Test dan Post Test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa "ada pengaruh layanan informasi melalui media *documentary film* terhadap kecanduan media sosial pada siswa", adapun besarnya pengaruh tersebut adalah 92,16%. Dengan demikian Layanan Informasi melalui media *documentary film* memberikan pengaruh sebesar 92,16% terhadap kecanduan media sosial.

**Kata kunci :** Layanan informasi; Kecanduan Media Sosial; Media *Documentary Film*.

### Article history

Received: 27 June 2024

Revised: 28 June 2024

Accepted: 28 June 2024

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



**Corresponding Author:** Awang Normalanda Sekartresna ; [Awangsekartresna11@gmail.com](mailto:Awangsekartresna11@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Akibat pandemi virus corona yang melanda sejak tahun 2020 di Indonesia, pemerintah memberlakukan pembatasan kegiatan masyarakat. Sehingga aktivitas masyarakat lebih bersifat *individual* yang memicu masyarakat melakukan kegiatan secara daring seperti melihat berbagai *platform* media sosial. Bahkan selama dekade terakhir memeriksa dan menggulir media sosial telah menjadi aktivitas yang semakin populer. Menurut data statistik, intensitas pemakaian media sosial telah dilaporkan oleh *We are social* bahwa Januari 2021 Indonesia berada diposisi peringkat 9 dari 47 negara yang dianalisis. Dengan rata-rata intensitas selama 3 jam 14 menit. Sedangkan rata – rata

*world wide* selama 2 jam 25 menit. (Zhao & Zhou, 2021) menyatakan bahwa Pandemi global COVID-19 yang sedang berlangsung yang disebabkan oleh novel coronavirus (SARS-CoV-19) berdampak signifikan pada gaya hidup individu. Karena kebijakan untuk membatasi penyebaran virus, seperti perintah “berlindung di tempat”. Orang-orang, mau atau tidak dan sedang menjalani transisi dari aktivitas offline ke online. Selain pekerjaan jarak jauh atau pembelajaran jarak jauh, banyak orang menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial, seperti Facebook dan Twitter, yang dapat memenuhi kebutuhan mereka akan informasi terkait bencana, hiburan, serta komunikasi antarpribadi. Terlepas dari peran menguntungkan yang tidak dapat disangkal yang dimainkan media sosial dalam Keadaan darurat seperti COVID-19, peningkatan penggunaan media sosial cenderung menyebabkan penggunaan media sosial yang membuat ketagihan.

Berdasarkan (Tutgun-Ünal & Deniz, 2015) menyatakan bahwa keasyikan yang berlebihan terhadap penggunaan internet, pemikiran yang berulang untuk mengontrol atau membatasi penggunaan, kegagalan untuk mencegah permintaan akses, menghabiskan lebih banyak waktu dalam setiap kasus di internet, keinginan untuk berinternet saat tidak sedang online dipandang sebagai masalah signifikan dalam penggunaan internet. (Alavi et al., 2011) Semakin banyak penelitian tentang kecanduan internet menunjukkan bahwa kecanduan internet adalah gangguan psikososial dan karakteristiknya adalah sebagai berikut: toleransi, gejala penarikan, gangguan afektif, dan masalah dalam hubungan sosial. Penggunaan internet menimbulkan kesulitan psikologis, sosial, sekolah dan/atau pekerjaan dalam kehidupan seseorang. 18% peserta penelitian dianggap sebagai pengguna Internet patologis, yang penggunaan Internetnya secara berlebihan menyebabkan masalah akademik, sosial, dan interpersonal. Penggunaan internet yang berlebihan dapat membuat tingkat gairah psikologis yang tinggi, mengakibatkan kurang tidur, gagal makan untuk waktu yang lama, dan aktivitas fisik yang terbatas, mungkin menyebabkan pengguna mengalami masalah kesehatan fisik dan mental seperti depresi, OCD, hubungan keluarga yang rendah dan kecemasan.

Menurut (Kuss & Griffiths, 2017) Situs Jejaring Sosial adalah komunitas virtual tempat pengguna dapat membuat profil publik individu, berinteraksi dengan teman di dunia nyata, dan bertemu orang lain berdasarkan minat bersama. (Kuss & Griffiths, 2011) SNS (Situs network sites) adalah “layanan berbasis web yang memungkinkan individu untuk: (1) membangun profil publik atau semi-publik dalam sistem yang dibatasi, (2) mengartikulasikan daftar pengguna lain dengan siapa mereka berbagi koneksi, dan (3) melihat dan melintasi daftar koneksi mereka dan yang dibuat oleh orang lain dalam sistem” .

Selanjutnya, (Kuss & Griffiths, 2017) mengungkapkan bahwa untuk sebagian kecil individu, penggunaan situs jejaring sosial mungkin menjadi satu-satunya aktivitas terpenting yang mereka lakukan, yang mengarah ke keasyikan dengan penggunaan SNS (salience). Aktivitas di situs ini kemudian digunakan untuk menginduksi perubahan suasana hati, perasaan menyenangkan atau efek mati rasa (modifikasi suasana hati). Peningkatan jumlah waktu dan energi diperlukan untuk terlibat dalam aktivitas SNS untuk mencapai perasaan dan keadaan pikiran yang sama yang terjadi pada fase awal penggunaan (toleransi). Ketika penggunaan SNS dihentikan, individu yang kecanduan akan mengalami gejala psikologis dan kadang-kadang fisiologis negatif (penarikan diri), seringkali mengarah pada pemulihan perilaku bermasalah (kambuh).

Selain itu, menurut (Throuvala et al., 2019) menyatakan bahwa remaja mengalami tekanan teman sebaya untuk memiliki kehadiran online yang konstan untuk berpartisipasi dalam lingkungan offline dan online, untuk menghasilkan konten yang disukai dan khas, dan untuk membuat gambar online dengan cara yang menarik dan dapat diterima oleh rekan-rekan mereka. Penggunaan yang seimbang secara inheren sulit dipertahankan karena faktor individu, sosial (peer), dan lingkungan (yaitu, karakteristik desain), yang menentukan frekuensi dan tingkat keparahan interaksi. Bukti yang berkembang telah mengakui dampak desain persuasif dalam memulai dan memperpanjang keterlibatan pengguna.

Menurut (Nursalam et al., 2019) Saat ini, SNS telah menjadi bagian dari kehidupan remaja, terbukti dengan remaja berusia 13 hingga 17 tahun menjadi pengguna SNS yang paling sering. Di

Indonesia, misalnya, sekitar 30 juta remaja adalah pengguna SNS. Sekitar 40% remaja menghabiskan 3 sampai 5 jam per hari menggunakan SNS, mengakses SNS lebih dari 10 kali per hari, dan menggunakan setidaknya tiga jenis SNS. Penggunaan SNS yang tinggi dapat memicu terjadinya kecemasan, depresi, dan bunuh diri. Penggunaan SNS dapat berdampak negatif pada perkembangan moral pada remaja, seperti peningkatan insiden cyber-bullying dan kecanduan SNS, yang dapat menyebabkan penarikan sosial.

Menurut (Wood & Runger, 2016) Saat mengalami penghargaan, sistem saraf melepaskan dopamin yang membantu membentuk asosiasi kebiasaan antara konteks dan respons. (Anderson & Wood, 2021) Platform media sosial memberikan isyarat yang menciptakan konteks yang stabil dan memfasilitasi pembentukan kebiasaan. Pengulangan dalam konteks ini merupakan bagian penting dari membangun jalur memori kebiasaan. Situs media memanfaatkan suasana hati konsumen, isyarat desain dalam situs, isyarat teknologi pendukung, dan isyarat lokasi atau aktivitas yang lebih luas, yang masing-masing pada akhirnya dapat menjadi pemicu kebiasaan media sosial.

Menurut (Brevers & Turel, 2019) Konsumen dapat menggunakan berbagai strategi pengendalian diri untuk membatasi penggunaan media sosial. Dalam melakukan kontrol seperti itu, sebagian besar mahasiswa sering mengubah akses mereka ke situs media sosial, seperti mematikan suara telepon atau mematikan data dan wi-fi, atau mereka terlibat dalam pengendalian diri langsung dengan memaksa diri mereka untuk fokus pada tugas-tugas lain dan mengabaikan media sosial.

Film dokumenter merupakan salah satu media pembelajaran berbasis audio visual yang dapat digunakan guru untuk menunjang penyampaian materi pembelajaran (Utaminingsih, 2020). Sebagaimana tertuang dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 1999 tentang Pelaksanaan Serah Terima dan Pengelolaan Film Cerita atau Film Dokumenter.

Masalah yang ada disekolah akan diatasi dengan menggunakan layanan. (Tohirin, 2015) Layanan informasi merupakan suatu layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Layanan informasi dapat dimaknai sebagai usaha-usaha untuk membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan tentang proses perkembangan anak muda.

Menurut (Prayitno, 2017) Layanan informasi perlu direncanakan oleh konselor dengan cermat, baik mengenai informasi yang menjadi isi layanan, metode maupun media yang digunakan. Kegiatan peserta, selain mendengar dan menyimak, perlu mendapat pengarahan secukupnya dan memaknai isi layanan, terutama berkenaan dengan dinamika BMB3.

Menarik perhatian peserta didik serta menumbuhkan semangat belajar peserta didik, guru dituntut untuk membuat pembelajaran yang lebih menarik dan inovatif (Savitri et al., 2016). Pembelajaran tersebut diharapkan dapat mendorong peserta didik agar dapat belajar secara optimal baik dalam belajar individual maupun dalam proses pembelajaran di kelas. Oleh sebab itu, dalam pembelajarannya perlu alternatif lain dalam pemilihan media yang digunakan, seperti film dokumenter.

Berdasarkan hasil rekapitulasi yang peneliti dapatkan melalui observasi dan wawancara dengan beberapa siswa di sekolah Angkasa Lanud Soewondo hampir seluruh siswa adalah penggunaan media sosial. Hal ini juga didukung dengan kondisi pandemi covid-19. Dimana pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) di indonesia sekaligus sekolah yang menggunakan sistem learninghybrid. Maka siswa harus melakukan kegiatan sehari-hari secara online.

Hal ini didukung oleh hasil penelitian terdahulu (Nugroho, 2020) bahwa ada pengaruh layanan informasi terhadap dampak negatif penggunaan media sosial bagi siswa terbukti dengan taraf signifikansi nya sebesar 5% artinya penggunaan media sosial terhadap siswa berkurang dengan adanya layanan informasi tersebut.

Penelitian yang dilakukan (Saufi & Rizka, 2021) bahwa media film dokumenter dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa dengan signifikansi sebesar 5% artinya motivasi belajar siswa meningkat dengan adanya media tersebut.

Maka berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Layanan Informasi Melalui Media Documentary film Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa”.

**METODE**

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif eksperimen. Menurut (Sugiyono, 2018:111) metode eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui variabel independen (treat/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan. Dalam hal ini bahwa eksperimen dilakukan untuk mengetahui atau mengukur seberapa pengaruhnya variabel yang akan diuji. Desain penelitian ini adalah one group pretest-posttest dengan cara membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat. Instrumen yang digunakan menggunakan skala yang akan diadaptasi adalah *Social Media Disorder Scale* milik (Van Den Eijnden et al., 2016). Selanjutnya, skala diuji validasi dan reliabilitas sebelum pengambilan data penelitian. Teknik analisis data menggunakan dengan *Paired Sample Test* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Product And Service Solution*) versi 25.0.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

**Uji Normalitas**

Uji normalitas merupakan uji yang dilakukan sebagai syarat melakukan analisis data. Uji normalitas dilakukan sebelum data diolah berdasarkan model- model penelitian tersebut adalah data berdistribusi normal.

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas**

N		27
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,71697621
Most Extreme Differences	Absolute	,101
	Positive	,100
	Negative	-,101
Test Statistic		,101
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji normalitas dengan menggunakan SPSS menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena data signifikansi yang diperoleh  $0,200 > 0,05$  maka nilai berdistribusi normal.

**Hasil Data Pretest dan Posttest**

Tujuan dari dilakukannya pretest ialah untuk dapat mengetahui kecanduan media sosial sebelum diberikan layanan informasi melalui media *documentary film*. Hasil pretest tersebut dianalisis menggunakan pengolahan data SPSS versi 25.0. Adapun hasil data pretest yang diperoleh adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil Data Pre Test Dan Post Test**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TEST	80,1852	27	15,09722	2,90546
	POST TEST	72,0000	27	12,81526	2,46630

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa terdapat perbedaan kecanduan media sosial siswa pada sebelum dan sesudah diberikan layanan informasi melalui media *documentary film*. Rata-rata kecanduan media sosial siswa pada saat *pretest* sebesar 80,18. Sedangkan hasil sesudah di berikan layanan informasi (*posttest*) terjadi perubahan yaitu 72.

### Uji Hipotesis

Untuk bisa menguji hipotesis digunakan Uji Parametrik dengan rumus *Paired Sample Test* dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product And Service Solution*) versi 25.0. Uji digunakan untuk dapat menganalisis hasil dari pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah data tersebut memiliki perbedaan atau tidak.

**Tabel 3. Hasil Paired Sample Test**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE TEST & POST TEST	27	,960	,000

Berdasarkan hasil diatas didapatkan nilai Sig. Sebesar  $0,000 < 0,05$  maka dinyatakan *pretest* dan *posttest* tersebut ditemukan hubungan antara keduanya. Selanjutnya nilai *correlation* dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh layanan informasi melalui media *documentary film* sebesar 0,960. Kemudian koefisien korelasi yang ditemukan sebesar 0,960 dan pada kategori sangat kuat antara layanan informasi melalui media *documentary film* terhadap kecanduan media sosial siswa.

Adapun hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah Terdapat perbedaan terhadap kecanduan media sosial siswa pada sebelum (*pretest*) dan sesudah diberikan layanan informasi melalui media *documentary film* (*posttest*).

**Tabel 4. Paired Samples Test**

Pair		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	Df	Sig.
					Lower	Upper			
Pair 1	PRE TEST - POST TEST	8,185	4,56607	,87874	6,37891	9,99146	9,315	26	,000

Diketahui bahwa nilai *t* hitung sebesar  $9,315 < 2,052$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan informasi melalui media *documentary film* secara signifikan berpengaruh terhadap kecanduan media sosial untuk menurunkan kecanduan media sosial. Dari hasil perhitungan diatas dapat diketahui pengaruh layanan informasi terhadap kecanduan media sosial untuk penurunan kecanduan yaitu sebesar 92,16%.

### Pembahasan

Temuan penelitian adalah terdapat perbedaan kecanduan media sosial siswa. Selanjutnya, untuk lebih memahami secara konseptual hasil penelitian, maka dilakukan pembahasan terhadap hasil penelitian.

#### 1. Gambaran kecanduan media sosial siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat *pretest* kecanduan siswa kelas VIII SMP Angkasa Lanud Soewondo sebesar 80,16%. Kemudian setelah diberikan perlakuan layanan informasi melalui media *documentary film* mengalami perubahan atau penurunan kecanduan media sosial siswa sebesar 72%.

## 2. Perbedaan kecanduan media sosial pada kelompok *pretest* dan *posttest*.

Dari hasil perhitungan diperoleh nilai korelasi sebesar 0,960. Apabila angka korelasi ini dibandingkan dengan  $r_{tabel}$  maka nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,388, maka  $r_{hitung} > r_{tabel}$  ( $0,960 > 0,388$ ). Dengan demikian terdapat hubungan yang cukup kuat antara layanan informasi melalui *documentary film* terhadap kecanduan media sosial. Untuk melihat besarnya pengaruh layanan informasi media *documentary film* terhadap kecanduan media sosial digunakan uji t. Dari hasil perhitungan diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 9,315, apabila data ini dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  sebesar 2,052, maka  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $9,315 > 2,052$ ). Maka kita dapat disimpulkan bahwa “ Hipotesis diterima”. Artinya ada perbedaan kecanduan media sosial untuk Pre Test dan Post Test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “ ada pengaruh layanan informasi melalui media *documentary film* terhadap kecanduan media sosial pada siswa SMP Angkasa Lanud Soewondo “, adapun besarnya pengaruh tersebut adalah 92,16%. Dalam pelayanan layanan informasi melalui *documentary film* siswa sangat antusias mengikuti kegiatan sehingga siswa mendapatkan sebuah informasi dan mendapatkan manfaat untuk dirinya. Film dokumenter merupakan suatu media pembelajaran yang termasuk ke dalam media audio visual. Kelebihan media audio visual yaitu dalam pembelajarannya media ini melibatkan indera penglihatan dan pendengaran audiens. Pemanfaatan film dokumenter dalam proses belajar mengajar sangat mendukung karena apa yang terpancang oleh mata dan terdengar oleh telinga, lebih cepat dan lebih mudah diingat dari pada apa yang hanya dibaca saja atau didengar saja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, dapat dipahami bahwa untuk mengurangi kecanduan media sosial siswa sangat efektif dengan cara memberikan layanan informasi melalui media *documentary film*, pemberian layanan tersebut membantu pemahaman kecanduan media sosial yang tinggi dengan skor perubahan penurunan kecanduan media sosial siswa secara signifikan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh layanan informasi melalui media *documentary film* terhadap kecanduan media sosial siswa, maka dapat disimpulkan bahwa “ Hipotesis ( $H_a$ ) diterima”. Artinya ada perbedaan kecanduan media sosial untuk Pre Test dan Post Test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “ ada pengaruh layanan informasi melalui media *documentary film* terhadap kecanduan media sosial pada siswa SMP Angkasa Lanud Soewondo “, adapun besarnya pengaruh tersebut adalah 92,16%. Dengan demikian Layanan Informasi melalui media *documentary film* memberikan pengaruh sebesar 92,16% terhadap kecanduan media sosial, sisanya 7,84 % dipengaruhi oleh faktor lain.

## REFERENSI

- Alavi, S. S., Maracy, M. R., Jannatifard, F., & Eslami, M. (2011). The effect of psychiatric symptoms on the internet addiction disorder in Isfahan’s university students. *Journal of Research in Medical Sciences*, 16 (6), 793– 800.
- Anderson, I. A., & Wood, W. (2021). Habits and the electronic herd: The psychology behind social media’s successes and failures. *Consumer Psychology Review*, 4(1), 83–99. <https://doi.org/10.1002/arcp.1063>
- Brevers, D., & Turel, O. (2019). Strategies for self-controlling social media use: Classification and role in preventing social media addiction symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 554–563. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.49>
- Kircaburun, K. (2016). Self-Esteem, Daily Internet Use and Social Media Addiction as Predictors of Depression among Turkish Adolescents. In *Journal of Education and Practice* (Vol. 7, Issue 24, pp. 64–72). [www.iiste.org](http://www.iiste.org)
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction-A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>

- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3).  
<https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73–77. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>
- Maskun, M., Sumargono, S., Pratama, R. A., & Maydiantoro, A. (2021). The Effectiveness of Historical Documentary Films as Information Technology in Improving Student Learning Outcomes. *International Journal of Education and Information Technologies*, 15, 183–190.  
<https://doi.org/10.46300/9109.2021.15.19>
- Mulyadi. (2016). *Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah* (Endang (ed.); 1st ed.). Prenadamedia Group.
- Nugroho, V. D. (2020). *Pengaruh Layanan Informasi Terhadap Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Bagi Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 1 Matesih Kabupaten Karanganyar Tahun Pelajaran 2018 / 2019*. 6(1), 1–10.
- Nursalam, N., Octavia, M., Tristiana, R. D., & Efendi, F. (2019). Association between insomnia and social network site use in Indonesian adolescents. *Nursing Forum*, 54(2), 149–156.  
<https://doi.org/10.1111/nuf.12308>
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil* (1st ed.). Rajawali Pers.
- Rikarno, R. (2015). Film Dokumenter Sebagai Sumber Belajar Siswa. *Ekspresi Seni*, 17(1).  
<https://doi.org/10.26887/ekse.v17i1.71>
- Saufi, I. A. M., & Rizka, M. A. (2021). Analisis Pengaruh Media Pembelajaran Film Dokumenter Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan : Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pembelajaran*, 6(1), 55. <https://doi.org/10.33394/jtp.v6i1.3626>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.
- Throuvala, M. A., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., & Kuss, D. J. (2019). A ‘control model’ of social media engagement in adolescence: A grounded theory analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23).  
<https://doi.org/10.3390/ijerph16234696>
- Tohirin. (2015). *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* (7th ed.). PT RajaGrafindo Persada.
- Tutgun-Ünal, A., & Deniz, L. (2015). Development of the Social Media Addiction Scale. *AJIT-e Online Academic Journal of Information Technology*, November, 51–70.  
<https://doi.org/10.5824/1309-1581.2015.4.004.x>
- Utaminingsih, S. (2020). The Documentary Films as Learning Media for Education of Pancasila and Citizenship. *International Journal of Education and Research*, 8(11), 257.
- Van Den Eijnden, R. J. J. M., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale: Validity and psychometric properties. *Computers in Human Behavior*, 61, 478–487. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.038>
- Zhao, N., & Zhou, G. (2021). COVID-19 Stress and Addictive Social Media Use (SMU): Mediating Role of Active Use and Social Media Flow. *Frontiers in Psychiatry*, 12(February), 1–8.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.635546>