

## **Penggunaan Media Sosial terhadap Kualitas Komunikasi Antarpribadi Generasi Z: Mahasiswa Universitas Media Nusantara Citra (MNC University)**

**Alpian<sup>1</sup>, Naufal Abu Bakar<sup>2</sup>, Febi Ramadhani Rusdin<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>Universitas Media Nusantara Citra, Jakarta, Indonesia

### ABSTRACT

This study examines the analysis of social media usage on the quality of interpersonal communication of Generation Z among MNC University students. With a descriptive qualitative approach through written interviews with 20 respondents, the results of the study show that platforms such as TikTok, Instagram, and WhatsApp dominate students' daily activities with a usage duration of 2–10 hours per day. Social media acts as the main tool for entertainment, long-distance communication, and information seeking. On the one hand, social media facilitates cross-distance interaction and expands social networks. On the other hand, excessive dependence on digital communication has an impact on the decline in the ability to understand emotions, the risk of miscommunication, and reduced emotional closeness due to minimal face-to-face interaction. Key findings reveal that although social media increases communication efficiency, respondents' preferences still lead to direct interaction to build trust, empathy, and effective conflict resolution. This study recommends increasing digital literacy to optimize the benefits of social media while minimizing its negative impacts on interpersonal relationships.

**Keywords:** Social Media, Generation Z, Digital Literacy, Interpersonal Communication

### **Untuk mengutip artikel ini (APA Style):**

Alpian, Naufal Abu Bakar & Febi Ramadhani Rusdin. (2025). Penggunaan Media Sosial terhadap Kualitas Komunikasi Antarpribadi Generasi Z: Mahasiswa Universitas Media Nusantara Citra (MNC University). Tech Talk Journal. Volume 1, Issue 1, 2025 (1-11). <https://doi.org/xxxx>

Korespondensi: Alpian, Universitas Media Nusantara Citra, Jalan Arteri Kedoya, Komp. Green Garden Blk. A1 No.8, Kedoya Utara, Kota Jakarta Barat, Jakarta 11520. Email: [alpian@umnc.ac.id](mailto:alpian@umnc.ac.id)

## 1. PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi informasi, khususnya media sosial, telah membawa perubahan besar dalam pola komunikasi antar individu Generasi Z, yang lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an, dikenal sebagai penduduk asli digital (Fabriar et al., 2022). Menurut Peredy (2024) Mereka adalah generasi pertama yang tumbuh dengan akses internet dan teknologi digital, menerapkan “smart solutions”, yang sangat memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan lingkungannya (Wawer et al., 2022). Mereka tumbuh di era di mana media sosial seperti Instagram, TikTok, dan X menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari (Pujiono, 2021). Dalam konteks ini, media sosial tidak hanya menjadi alat untuk berbagi informasi, tetapi juga medium utama dalam membangun dan mempertahankan komunikasi antarpribadi (Agistiani et al., 2023).

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan manusia modern. Berdasarkan laporan We Are Social (2024), sebanyak 49,9% populasi Indonesia, atau sekitar 139 juta orang, merupakan pengguna aktif media sosial (We Are Social, 2024). Generasi Z, sebagai generasi digital native, memanfaatkan platform seperti Instagram, TikTok, dan Twitter untuk berbagai keperluan, mulai dari berbagi informasi hingga membangun hubungan sosial. Studi lain juga menunjukkan bahwa rata-rata waktu yang dihabiskan di media sosial mencapai 3 sampai 4 jam per hari, menjadikannya salah satu aktivitas digital utama.

Dalam kajiannya, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat peran internet dalam kehidupan semakin penting, baik dalam kehidupan sosial, ekonomi, maupun politik di seluruh dunia. Internet dapat dikatakan telah menjadi kebutuhan bagi setiap orang. Menurut jajak pendapat APJII, penetrasi pengguna internet Indonesia pada 2019-2020 (Q2) mencapai 196,71 juta jiwa dari total populasi 266,91 juta jiwa (73,7%). Persentase ini meningkat drastis setelah sensus APJII 2018 yang mencatat 171,17 juta jiwa dari total populasi Indonesia 264,16 juta jiwa (64,8%). Perlu dicatat bahwa penelitian ini juga menemukan bahwa 95,4% responden terhubung ke internet melalui telepon pintar/ponsel setiap hari, dengan 19,5% menggunakan internet selama 8 jam atau lebih (rata-rata waktu yang dihabiskan). Sementara itu, pada bagian alasan penggunaan internet (1), 51,5% responden memilih media sosial, sedangkan 32,9% memilih komunikasi berbasis pesan. Dalam hal platform media sosial yang populer, penelitian ini menemukan bahwa 65,8% responden menggunakan Facebook dan 42,3% menggunakan Instagram. Sementara itu, 61,0% responden mengatakan mereka menonton YouTube secara teratur (Terttiaavini & Saputra, 2022).

Media sosial memiliki berbagai dampak terhadap kehidupan manusia, baik positif maupun negatif, sebagaimana diungkapkan oleh Kaplan & Haenlein (2010), yang menyatakan bahwa media sosial telah mengubah cara individu berinteraksi dan berbagi informasi secara fundamental. Di sisi positif, media sosial memungkinkan generasi Z untuk memperluas jaringan sosial, berkolaborasi lintas budaya, dan mengakses informasi secara cepat (Sefton-Green, 2020). Namun, dampak negatif juga tidak bisa diabaikan. Penggunaan media sosial yang berlebihan sering kali dikaitkan dengan penurunan kualitas komunikasi interpersonal, seperti berkurangnya empati, meningkatnya tekanan sosial, dan gangguan psikologis seperti kecemasan (Viştelar, 2019). Selain itu, fenomena fear of missing out (FOMO) dan perbandingan sosial menjadi tantangan psikologis yang signifikan bagi generasi ini.

Salah satu dampak negatif utama dari media sosial adalah penurunan kualitas komunikasi tatap muka. Menurut penelitian Kuss & Griffiths (2017), penggunaan media sosial yang tidak terkendali dapat menyebabkan kecanduan, gangguan konsentrasi, dan penurunan produktivitas. Hal ini diperparah oleh tekanan sosial yang dihasilkan dari eksposur terhadap gaya hidup ideal yang sering dipamerkan di media sosial, yang berdampak negatif pada rasa percaya diri dan kesehatan mental Generasi Z (Coe et al., 2023). Dampak tersebut memengaruhi kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat dan mendalam.

Kualitas komunikasi antarpribadi terganggu oleh berkurangnya interaksi langsung. Ketergantungan pada komunikasi berbasis teks mengurangi kemampuan generasi Z untuk mengekspresikan emosi secara efektif dan memahami isyarat nonverbal, seperti ekspresi wajah dan intonasi suara. Hal ini berdampak pada rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik dalam hubungan interpersonal. Menurut Montag (2019) ketidakhadiran elemen-elemen ini menyebabkan hubungan interpersonal menjadi dangkal dan rentan terhadap konflik.

Kualitas komunikasi merujuk pada efektivitas dan efisiensi dalam pertukaran informasi, pemahaman, dan keterhubungan emosional antara individu. Menurut McCornack & Morrison (2013), kualitas komunikasi yang baik mencakup elemen-elemen seperti rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik, yang semuanya berkontribusi pada hubungan interpersonal yang sehat dan bermakna. Faktor-faktor seperti rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik adalah elemen utama dalam komunikasi yang berkualitas.

Kualitas komunikasi yang baik memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang sehat, saling mendukung, dan berkelanjutan.

Penelitian sebelumnya banyak membahas dampak media sosial terhadap aspek psikologis, seperti penurunan empati, tekanan sosial, dan kesejahteraan psikologis Kuss & Griffiths (2017) serta Vițelar (2019). Namun, studi yang secara spesifik menghubungkan intensitas penggunaan media sosial dengan kualitas komunikasi antarpribadi pada Generasi Z masih terbatas. Sebagai contoh, studi oleh Boyd (2014) menggarisbawahi perlunya eksplorasi lebih lanjut tentang dampak media sosial terhadap dinamika hubungan interpersonal, terutama pada generasi muda yang sangat bergantung pada teknologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi bagaimana penggunaan media sosial mempengaruhi rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik dalam komunikasi interpersonal.

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengidentifikasi penggunaan media sosial yang mempengaruhi kualitas komunikasi interpersonal Generasi Z di MNC University.
2. Menganalisis dampak media sosial terhadap aspek-aspek penting dalam komunikasi, seperti rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik.
3. Memberikan wawasan untuk meningkatkan literasi digital dan kemampuan komunikasi interpersonal Generasi Z di MNC University.

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi panduan bagi pendidik, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam merancang strategi literasi digital yang efektif guna mendukung perkembangan sosial Generasi Z.

## **2. METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk mengeksplorasi pengaruh penggunaan media sosial terhadap kualitas komunikasi antarpribadi Generasi Z di MNC University. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali pengalaman, persepsi, dan pandangan responden secara mendalam, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih kaya (Creswell, 2017). Penelitian ini menggunakan wawancara tertulis sebagai metode utama pengumpulan data. Wawancara dilakukan secara daring melalui platform Google Form. Panduan wawancara ini berisi sejumlah pertanyaan terbuka yang dirancang untuk mengeksplorasi pola penggunaan media sosial serta dampaknya terhadap aspek-aspek komunikasi interpersonal seperti rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik.

Responden dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria berupa mahasiswa aktif MNC University yang menggunakan media sosial seperti Instagram, TikTok, atau X. Proses wawancara tertulis direkam untuk memudahkan analisis data. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan analisis sederhana yang terdiri dari beberapa langkah. Pertama, transkrip wawancara tertulis dibaca dan dipahami secara mendalam untuk mengenali isi dan konteks jawaban responden. Selanjutnya, peneliti mengidentifikasi pola-pola umum dan poin-poin penting yang muncul dari data. Jawaban yang memiliki kesamaan dikelompokkan ke dalam kategori utama, seperti penggunaan media sosial terhadap rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik. Langkah terakhir adalah menarik kesimpulan berdasarkan kategori tersebut untuk memahami hubungan antara penggunaan media sosial dan kualitas komunikasi antarpribadi Generasi Z. Proses analisis ini dilakukan dengan sederhana namun tetap mampu memberikan wawasan yang relevan dan mendalam.

### 3. HASIL

Hasil penelitian ini menyajikan temuan mendasar tentang penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap kualitas komunikasi antarpribadi di kalangan Generasi Z, khususnya mahasiswa MNC University. Melalui wawancara tertulis yang dilakukan dengan 20 responden, diperoleh berbagai perspektif yang mencerminkan pengalaman mereka dalam berinteraksi melalui platform media sosial seperti TikTok, Instagram, dan WhatsApp. Berikut hasil data wawancara tertulis berdasarkan pertanyaan yang ditinjau dari kerangka yang diungkapkan oleh (McCornack & Morrison (2013), yang menyoroti elemen penting dalam kualitas komunikasi, yaitu rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik. Selain itu, merujuk pada literatur penelitian Kuss & Griffiths (2017) dan Viřelar (2019) yang membahas dampak media sosial terhadap aspek psikologis dan interpersonal, termasuk empati dan hubungan interpersonal pada tabel berikut:

**Tabel 1.** Data Hasil Wawancara Tertulis

No	Indikator	Pertanyaan	Hasil
1	Penggunaan Media Sosial	a. Platform media sosial apa yang paling sering Anda gunakan, dan berapa lama waktu yang biasanya kamu habiskan setiap hari?	Sebagian besar responden berpendapat bahwa TikTok adalah platform yang paling banyak digunakan, dengan menyatakan, "TikTok, tidak tentu tetapi kurang lebih 10 jam sehari." Responden lainnya juga menyebutkan penggunaan platform seperti Instagram dan WhatsApp untuk menjaga komunikasi.

		<p>b. Apa alasan utama Anda menggunakan media sosial?</p> <p>c. Bagaimana peran media sosial dalam kehidupan sehari-hari kamu, terutama dalam menjaga hubungan sosial?</p>	<p>Responden berpendapat bahwa mereka menggunakan media sosial sebagian besar untuk hiburan dan mencari informasi. Salah satu responden mengungkapkan, "untuk hiburan, untuk berkomunikasi secara daring, untuk mengetahui sesuatu yg sebelumnya tidak tahu dan untuk kebutuhan belajar," mencerminkan motivasi umum di antara mahasiswa.</p> <p>Hasil dari wawancara menunjukkan bahwa media sosial sangat berperan penting dalam menjaga hubungan sosial. Responden menekankan, "perannya sangat penting, karena dengan media sosial ini saya terhubung dengan saudara ataupun teman saya yang rumahnya jauh."</p>
2	Dampak dan Kualitas Komunikasi	<p>a. Menurut Anda, apakah media sosial dapat membantu atau menghambat dalam menjalin komunikasi dengan teman, keluarga atau lainnya?</p> <p>b. Apakah Anda merasa lebih nyaman berkomunikasi di media sosial dibandingkan secara langsung?</p> <p>c. Bagaimana penggunaan media sosial memengaruhi kemampuan Anda untuk memahami emosi orang lain, seperti melalui nada suara atau ekspresi wajah</p>	<p>Sebagian besar responden menyatakan bahwa media sosial membantu dalam berkomunikasi. Responden mencatat, "sangat membantu, karena media sosial menyediakan platform untuk berkomunikasi secara jarak jauh." Namun, mereka juga mengakui adanya risiko miskomunikasi yang tinggi</p> <p>Banyak responden mengindikasikan bahwa mereka lebih nyaman berkomunikasi secara langsung. Responden menyatakan, "tidak, sejujurnya saya lebih suka berkomunikasi secara langsung karena semuanya terasa lebih jelas," menggambarkan preferensi untuk interaksi tatap muka.</p> <p>Responden umumnya merasa bahwa media sosial mengurangi kemampuan mereka untuk memahami emosi orang lain. Responden menegaskan, "Saya kurang bisa memahami emosi orang lain," menunjukkan bahwa interaksi digital sering kali tidak menyampaikan nuansa emosional yang diperlukan.</p>
3	Rasa Percaya dan Empati	<p>a. Apakah Anda merasa media sosial meningkatkan atau justru mengurangi rasa percaya dalam hubungan Anda dengan orang lain?</p>	<p>Dalam hal rasa percaya, sebagian responden berpendapat bahwa media sosial dapat mengurangi rasa percaya dalam hubungan. Responden menyatakan, "mengurangi sih, karena</p>

			di media sosial kan sekarang ini banyak yang menggunakan akun anonim," mengindikasikan tantangan dalam membangun kepercayaan.
		b. Bagaimana media sosial memengaruhi kemampuan Anda untuk menunjukkan empati kepada orang lain?	Sebagian besar responden merasa bahwa media sosial sangat mempengaruhi kemampuan untuk menunjukkan empati. Responden mengungkapkan, "Media sosial menyediakan ruang yang luas sehingga dapat menyadarkan hingga memicu rasa solidaritas dan empati," menggarisbawahi kemampuan media sosial dalam menghubungkan orang.
4	Kemampuan Menyelesaikan Konflik	a. Apakah Anda pernah menggunakan media sosial untuk menyelesaikan konflik dengan orang lain? Jika iya, bagaimana hasilnya dibandingkan dengan menyelesaikan konflik secara langsung?	Banyak responden melaporkan bahwa mereka pernah menggunakan media sosial untuk menyelesaikan konflik, tetapi hasilnya cenderung tidak sebaik jika dilakukan secara langsung. Responden mencatat, "pernah, tetapi konfliknya jadi tidak selesai secara tuntas."
5	Pandangan Responden secara umum	a. Menurut Anda, apakah kelebihan dan dampak negatif media sosial dalam mendukung komunikasi antarpribadi?	Sebagian besar responden sepakat bahwa kelebihan media sosial adalah kemudahan dalam komunikasi, tetapi dampak negatif terbesar adalah miskomunikasi dan ketergantungan. Responden menyatakan, "Kesalahpahaman dan Konflik, Ketergantungan Berlebihan," menggambarkan dilema yang dihadapi oleh banyak pengguna.
		b. Jika ada, langkah apa yang Anda ambil untuk menjaga kualitas komunikasi Anda saat menggunakan media sosial?	Sebagian besar responden sepakat bahwa kelebihan media sosial adalah kemudahan dalam komunikasi, tetapi dampak negatif terbesar adalah miskomunikasi dan ketergantungan. Responden menyatakan, "Kesalahpahaman dan Konflik, Ketergantungan Berlebihan," menggambarkan dilema yang dihadapi oleh banyak pengguna.

Sumber: Diolah Peneliti, 2025

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial oleh generasi Z, khususnya mahasiswa MNC University, telah memberikan dampak signifikan terhadap kualitas komunikasi antarpribadi mereka. Dalam penelitian ini, terungkap bahwa platform media sosial yang paling sering digunakan oleh responden adalah TikTok, WhatsApp, dan YouTube, dengan durasi penggunaan rata-rata berkisar antara 2 hingga 10 jam per hari. Pilihan

platform ini didasarkan pada kemudahan akses, keragaman konten yang ditawarkan, serta kenyamanan dalam penggunaannya. Responden menyatakan bahwa alasan utama mereka menggunakan media sosial meliputi kebutuhan akan hiburan, sarana komunikasi dengan teman dan keluarga, serta sebagai alat untuk mencari informasi penting, seperti berita terkini atau materi pembelajaran.

Media sosial dipandang oleh mayoritas responden sebagai elemen penting dalam kehidupan sehari-hari. Platform ini tidak hanya membantu mereka menjaga hubungan jarak jauh, tetapi juga memberikan kemudahan untuk tetap terhubung secara sosial dan memperoleh informasi dengan cepat. Meski demikian, terdapat pengakuan bahwa ketergantungan yang berlebihan pada media sosial dapat menyebabkan berkurangnya kedekatan emosional, terutama ketika komunikasi tatap muka semakin jarang dilakukan.

Dari segi pengaruh media sosial terhadap kualitas komunikasi, sebagian besar responden merasa bahwa media sosial mempermudah mereka dalam berkomunikasi, khususnya untuk menjaga hubungan jarak jauh. Namun, tidak sedikit yang mengungkapkan adanya potensi kesalahpahaman dalam komunikasi melalui media sosial, terutama akibat sulitnya menginterpretasikan nada pesan secara akurat. Responden juga mengungkapkan bahwa mereka lebih nyaman berkomunikasi secara langsung dibandingkan melalui media sosial, karena interaksi tatap muka dianggap lebih efektif dalam memahami ekspresi dan emosi.

#### **4. PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran dalam membentuk kualitas komunikasi antarpribadi generasi Z. Di satu sisi, media sosial mempermudah komunikasi jarak jauh dan memberikan fleksibilitas tinggi dalam kehidupan yang dinamis. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa mayoritas responden mengandalkan media sosial untuk menjaga hubungan, memperoleh informasi, dan sebagai sarana hiburan. Fitur-fitur seperti pesan instan, video call, serta berbagi konten memungkinkan pengguna tetap terhubung meskipun berada di lokasi yang berbeda.

Dalam konteks kualitas komunikasi, penelitian ini relevan dengan kerangka yang diungkapkan oleh McCornack (2014), yang menyoroti elemen penting seperti rasa percaya, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik. Responden mengungkapkan bahwa meskipun media sosial dapat memfasilitasi komunikasi yang cepat dan efisien, interaksi ini sering kali kurang mendukung pengembangan rasa percaya yang mendalam, terutama karena keterbatasan

dalam menangkap ekspresi nonverbal. Selain itu, kemampuan untuk menunjukkan empati juga terhambat ketika komunikasi hanya mengandalkan teks, tanpa adanya nuansa suara atau bahasa tubuh yang jelas.

Sejalan dengan literatur yang dikemukakan oleh Kuss & Griffiths (2017) dan Vitelar (2019), ditemukan bahwa penggunaan media sosial berdampak pada aspek psikologis dan interpersonal, termasuk penurunan empati dan kualitas hubungan interpersonal. Media sosial cenderung menciptakan jarak emosional karena komunikasi seringkali bersifat singkat dan terfragmentasi. Responden dalam penelitian ini mengakui bahwa mereka lebih mudah mengalami kesalahpahaman atau merasa kurang terhubung secara emosional ketika berkomunikasi melalui media sosial dibandingkan dengan interaksi tatap muka.

Namun, di sisi lain, media sosial juga memberikan peluang untuk mengatasi hambatan geografis dan memungkinkan individu untuk tetap terhubung dengan jaringan sosial yang lebih luas. Meskipun demikian, tantangan dalam menjaga kualitas komunikasi tetap ada, terutama terkait dengan kebutuhan untuk mengelola konflik secara efektif. Beberapa responden menyebutkan bahwa mereka lebih memilih menyelesaikan konflik secara langsung karena komunikasi digital sering kali memperumit situasi dengan menghilangkan konteks emosional yang penting.

Implikasi dari temuan ini menegaskan bahwa meskipun media sosial berperan besar dalam mendukung komunikasi, interaksi tatap muka tetap diperlukan untuk menciptakan hubungan yang lebih bermakna. Dengan demikian, penggunaan media sosial secara bijak dan seimbang menjadi kunci untuk mengoptimalkan manfaatnya sekaligus meminimalkan dampak negatifnya terhadap kualitas komunikasi antarpribadi.

## 5. KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana penggunaan media sosial mempengaruhi kualitas komunikasi antarpribadi pada kalangan mahasiswa Gen Z di MNC University. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa media sosial yang paling sering digunakan oleh mahasiswa MNC University adalah Tiktok, Instagram, dan WhatsApp. Penggunaan media sosial tersebut rata-rata berdurasi antara 2 hingga 10 jam per hari nya. Dengan tujuan yang bervariasi, seperti hiburan, komunikasi, berbagi informasi, dan membangun jaringan sosial.

Dampak positif dari penggunaan media sosial mencakup efisiensi komunikasi, hubungan sosial, dan peningkatan informasi. Media sosial membangun komunikasi yang lebih cepat dan praktis, terutama dalam komunikasi jarak jauh. Mahasiswa bisa tetap terhubung dengan teman, keluarga, dan komunitas lain dengan memiliki minat yang sama. Selain itu, media sosial menjadi sarana penyebaran informasi secara real-time dan juga efektif. Namun terdapat juga dampak negatif yang ditimbulkan. Peneliti menemukan bahwa komunikasi berbasis teks atau visual yang terbatas sering kali membuat mahasiswa kurang memahami emosi lawan bicaranya. Tidak adanya ekspresi wajah dan intonasi suara dapat meningkatkan resiko kesalahpahaman. Kurangnya interaksi tatap muka bisa mengurangi empati serta memperbesar gangguan fokus saat berkomunikasi secara langsung.

## 6. REFERENSI

- [1] Agistiani, R., Rahmadani, A., Hutami, A. G., Kamil, M. T., Achmad, N. S., Rozak, R. W. A., & Mulyani, H. (2023). Live-streaming TikTok: Strategi mahasiswa cerdas untuk meningkatkan pendapatan di era digitalisasi. *Journal of Management and Digital Business*, 3(1), 1–19. <https://doi.org/10.53088/jmdb.v3i1.607>
- [2] Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- [3] Coe, E., Doy, A., Enomoto, K., & Healy, C. (2023). Gen Z mental health: the impact of tech and social media. *McKinsey Health Institute*, 1–12.
- [4] Fabriar, S. R., Fitri, A. N., & Fathoni, A. (2022). PODCAST: ALTERNATIF MEDIA DAKWAH ERA DIGITAL. *An-Nida : Jurnal Komunikasi Islam*, 14(1), 1–6. <https://doi.org/10.34001/an-nida.v14i1.3212>
- [5] Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- [6] Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- [7] McCornack, S., & Morrison, K. (2013). *Reflect & relate: An introduction to interpersonal communication*. Bedford/St. Martin's Boston.

- [8] Montag, C., Lachmann, B., Herrlich, M., & Zweig, K. (2019). Addictive Features of Social Media/Messenger Platforms and Freemium Games against the Background of Psychological and Economic Theories. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14), 2612. <https://doi.org/10.3390/ijerph16142612>
- [9] Peredy, Z., Vigh, L., Quingyu, W., & Muiy, J. (2024). Analysing Generation Z Communication Attitudes, Values and Norms. *Acta Periodica*, 30, 4–19. <https://doi.org/10.47273/AP.2024.30.4-19>
- [10] Pujiono, A. (2021). Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Bagi Generasi Z. *Didache: Journal of Christian Education*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.46445/djce.v2i1.396>
- [11] Terttiaavini, T., & Saputra, T. S. (2022). Literasi digital untuk meningkatkan etika berdigital bagi pelajar di Kota Palembang. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(3), 2155–2165.
- [12] Viřtelar, A. (2019). Like me: Generation Z and the use of social media for personal branding. *Management Dynamics in the Knowledge Economy*, 7(2), 257–268.
- [13] Wawer, M., Grzesiuk, K., & Jegorow, D. (2022). Smart Mobility in a Smart City in the Context of Generation Z Sustainability, Use of ICT, and Participation. *Energies*, 15(13), 4651. <https://doi.org/10.3390/en15134651>
- [14] We Are Social. (2024). *Social Media Statistics for Indonesia [Updated 2024]*.