

---

---

## Analisis Kesiapan Mental Peserta Didik SMP Terhadap Penggunaan Media Sosial

**Barkudin Barkudin<sup>1</sup>, Helmi Qodrat Ichtiat<sup>2</sup>, Syaiful Bahwi Djamarah<sup>3</sup>, Sri Mulyeni<sup>4</sup>,  
Marzuki Marzuki<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>*Universitas PGRI Palembang, Indonesia*

<sup>2</sup>*Universitas Indonesia, Indonesia*

<sup>3</sup>*UIN Antasari Banjarmasin, Indonesia*

<sup>4</sup>*Universitas Kapuas, Indonesia*

<sup>5</sup>*Universitas Nasional PASIM, Indonesia*

\* *Corresponding Author:* [barkudin1974@gmail.com](mailto:barkudin1974@gmail.com)

**Received: 03-11-2025,      Revised: 10-11-2025,      Accepted: 19-01-2026**

### **Abstrak:**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kesiapan mental peserta didik tingkat SMP dalam menggunakan media sosial, khususnya pada aspek kedewasaan berinteraksi, kesadaran terhadap risiko digital, kemampuan mengelola waktu, dan literasi digital. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik survei. Sampel penelitian berjumlah 86 siswa SMPN 3 Cisarua yang dipilih menggunakan rumus Slovin. Instrumen berupa angket skala empat pilihan yang mengukur kesiapan mental peserta didik pada masing-masing indikator. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori “Siap” dan “Kurang Siap” dalam berbagai aspek penggunaan media sosial. Pada aspek kedewasaan berinteraksi, 59% siswa tergolong sangat siap, namun 17% masih kurang siap. Pada aspek kesadaran risiko digital, 48% sangat siap dan 28% kurang siap. Kemampuan mengelola waktu menunjukkan 45% sangat siap, sementara 29% kurang siap. Adapun pada literasi digital, hanya 7% sangat mampu, sedangkan 60% berada pada kategori kurang mampu. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian siswa memiliki kesiapan mental yang baik, masih diperlukan penguatan literasi digital dan pendampingan penggunaan media sosial secara sehat dan bertanggung jawab. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan sekolah dalam merancang program edukasi digital yang lebih terarah.

**Kata Kunci:** Kesiapan Mental, Media Sosial, Peserta Didik, Literasi Digital, Risiko Digital.

### **Abstract:**

*This study aims to analyze the level of mental readiness of SMPN 3 Cisarua students, in using social media, especially in the aspects of maturity in interaction, awareness of digital risks, time management skills, and digital literacy. The research method uses a quantitative approach with survey techniques. The research sample amounted to 86 students who were selected using the Slovin formula. The instrument is in the form of a four-choice scale questionnaire that measures the mental readiness of students on each indicator. The results show that most students are in the "Ready" and "Less Prepared" categories in various aspects of social media use. In the aspect of interacting maturity, 59% of students are classified as very prepared, but 17% are still not ready. In terms of digital risk awareness, 48% are very prepared and 28% are not ready. Time management ability shows 45% are very prepared, while 29% are less prepared. As for digital literacy,*

*only 7% are very capable, while 60% are in the underprivileged category. These findings indicate that even though some students have good mental readiness, it is still necessary to strengthen digital literacy and assist in the use of social media in a healthy and responsible manner. This research is expected to be considered by schools in designing a more targeted digital education program.*

**Keywords:** *Mental Readiness, Social Media, Students, Digital Literacy, Digital Risk.*

## PENDAHULUAN

Pemanfaatan media sosial di kalangan remaja mengalami peningkatan signifikan seiring kemajuan teknologi informasi dan kemudahan akses internet (Fajriani et al., 2025; Nasrullah, 2015). Media sosial menjadi salah satu platform yang paling dekat dengan aktivitas sehari-hari peserta didik, baik sebagai sarana komunikasi, hiburan, maupun akses informasi (Fajriani et al., 2025). Peserta didik SMP sebagai kelompok remaja awal berada pada tahap perkembangan psikologis yang dinamis, emosional, dan rentan terhadap pengaruh lingkungan digital. Di sinilah kesiapan mental menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan agar penggunaan media sosial tidak berdampak negatif terhadap proses tumbuh kembang mereka.

Peserta didik tingkat SMP, termasuk di SMPN 3 Cisarua, merupakan kelompok usia yang berada pada fase perkembangan emosional dan kognitif yang sensitif sehingga penggunaan media sosial berpotensi memberikan dampak positif maupun negatif. Media sosial dapat menjadi sarana pembelajaran, komunikasi, dan pengembangan kreativitas (Anwar et al., 2025). Namun, di sisi lain, penggunaan yang tidak terkontrol dapat memicu masalah seperti distraksi belajar, paparan informasi yang tidak sesuai usia, cyberbullying, serta tekanan psikologis akibat perbandingan sosial.

Kesiapan mental peserta didik dalam menghadapi penggunaan media sosial menjadi aspek krusial untuk memastikan bahwa pemanfaatan teknologi tersebut berlangsung secara sehat dan produktif (Rosyidah & Ismeirita, 2023). Kesiapan mental mencakup kemampuan mengelola emosi, memahami risiko, memanfaatkan media secara bertanggung jawab, serta memiliki kontrol diri terhadap dorongan penggunaan berlebih. Tanpa kesiapan tersebut, peserta didik rentan mengalami gangguan konsentrasi belajar, penurunan prestasi, serta masalah psikologis (Nurhayati et al., 2021; Putri Auliya et al., 2025).

Di lingkungan SMPN 3 Cisarua, penggunaan media sosial telah menjadi bagian dari aktivitas harian sebagian besar peserta didik. Kondisi ini menuntut adanya pemetaan tingkat kesiapan mental untuk melihat sejauh mana peserta didik mampu menghadapi dinamika media sosial secara bijak. Analisis kesiapan mental ini penting sebagai dasar penyusunan program pendampingan, edukasi literasi digital, dan strategi penguatan karakter di sekolah. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian mengenai “Analisis Kesiapan Mental Peserta Didik SMP Terhadap Penggunaan Media Sosial di SMPN 3 Cisarua” diperlukan untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai kondisi mental peserta didik dalam berinteraksi dengan media sosial serta untuk mendukung

upaya pencegahan risiko yang mungkin timbul. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan kebijakan sekolah dan strategi bimbingan konseling dalam menghadapi tantangan era digital.

## KAJIAN TEORI

Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan pengguna membuat, berbagi, dan berinteraksi melalui konten berbasis teks, gambar, video, maupun audio (Pratama & Sari, 2020). (Susilo & Aldava, 2025) media sosial merupakan aplikasi berbasis internet yang memungkinkan individu dan komunitas berbagi informasi dan membangun hubungan sosial secara virtual. Karakteristik media sosial meliputi interaktivitas tinggi, akses cepat, penyebaran informasi secara luas, dan partisipasi pengguna. Jenis Media Sosial yang umum digunakan peserta didik SMP

1. Instagram sering digunakan untuk berbagi foto dan video, komunikasi visual.
2. TikTok dapat digunakan video pendek, hiburan, kreativitas.
3. WhatsApp sebagai alat komunikasi pribadi dan kelompok, koordinasi belajar.
4. YouTube untuk hiburan dan pembelajaran visual.

Keberagaman platform ini memberikan manfaat sekaligus risiko tertentu pada perkembangan mental remaja. Peserta didik SMP berada pada rentang usia 12–15 tahun, yang menurut teori perkembangan Erikson berada pada tahap *identity vs. role confusion*. Pada tahap ini, remaja mulai mencari jati diri, mudah terpengaruh lingkungan, dan sensitif terhadap penerimaan sosial. Media sosial berperan besar dalam proses pembentukan identitas diri, namun juga berpotensi menimbulkan tekanan psikologis jika tidak diimbangi kesiapan mental (Syahrani et al., 2021). Ciri perkembangan remaja awal yang relevan meliputi emosi yang labil dan mudah berubah, meningkatnya kebutuhan untuk diakui, perbandingan sosial yang kuat, ketertarikan terhadap hal-hal baru, rentan terhadap tekanan sosial dan cyberbullying

Kesiapan mental dapat diartikan sebagai kemampuan individu mengatur pikiran, emosi, dan perilakunya dalam menghadapi suatu situasi atau perubahan. Kesiapan adalah kondisi yang membuat seseorang siap untuk merespons dan memberikan perubahan dalam perilaku (Setyawan et al., 2022). (Susilo & Aldava, 2025) mengungkapkan kesiapan mental terkait dengan kecerdasan emosional, yaitu kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Indikator kesiapan mental peserta didik terhadap media sosial.

1. Kemampuan mengontrol emosi, misalnya menghindari konflik digital, tidak mudah tersinggung oleh komentar.
2. Kedewasaan dalam berinteraksi, termasuk etika berkomunikasi, tidak menyebar ujaran kebencian, dan menghargai privasi.

3. Kesadaran terhadap risiko digital, memahami bahaya cyberbullying, hoaks, eksploitasi data pribadi, dan konten negatif.
4. Kemampuan mengelola waktu, tidak kecanduan media sosial dan mampu menyeimbangkan waktu belajar.
5. Literasi digital, keterampilan mengevaluasi informasi, membedakan berita benar dan palsu, serta memahami jejak digital.

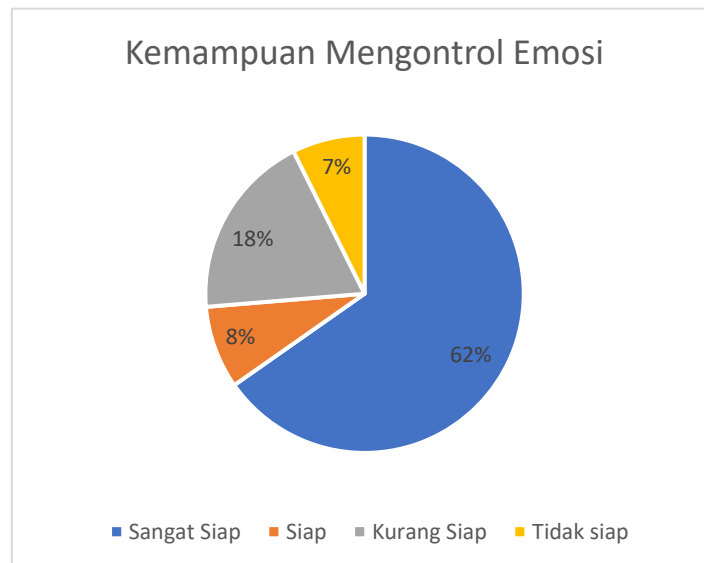
Media sosial dan dampaknya terhadap peserta didik, dampak positif sebagai sarana pembelajaran dan sumber informasi, meningkatkan kreativitas misalnya membuat konten edukatif, media komunikasi dengan teman dan guru, membangun keterampilan digital (Alim et al., 2025). Dampak negatif kecanduan media sosial, cyberbullying, perbandingan sosial yang berlebihan, terpapar konten negatif atau tidak sesuai usia, menurunnya konsentrasi belajar, gangguan kesehatan mental cemas, stres, depresi (Nasih & Ghazaly, 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan mental seperti lingkungan keluarga dapat berupa pola asuh, pengawasan, kebiasaan digital orang tua. Sekolah dengan adanya program literasi digital, pengawasan penggunaan gawai. Teman sebaya yang menimbulkan tekanan sosial dan pengaruh kelompok (Suni et al., 2022; Widhi Rachmawati et al., 2025). Karakteristik individu berupa kontrol diri, kemampuan emosional, motivasi. Akses dan intensitas penggunaan media sosial semakin tinggi intensitas, semakin besar tuntutan kesiapan mental.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Pendekatan ini dipilih untuk menggambarkan tingkat kesiapan mental peserta didik terhadap penggunaan media sosial secara objektif berdasarkan data numerik (Sugiyono, 2018). Subjek dilaksanakan adalah peserta didik kelas VII, VIII, dan IX yang menggunakan media sosial. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik SMPN 3 Cisarua. Sampel diambil menggunakan teknik simple random sampling, populasi berjumlah 571 siswa teknik pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan tingkat eror 10% sehingga di dapatkan sampel sejumlah 86 responden. Teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Analisis dilakukan secara deskriptif kuantitatif, meliputi skoring jawaban responden, menghitung persentase tingkat kesiapan mental, mengklasifikasikan hasil ke dalam kategori sangat siap, siap, kurang siap, dan tidak siap. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan untuk menjelaskan kondisi kesiapan mental peserta didik terhadap penggunaan media sosial.

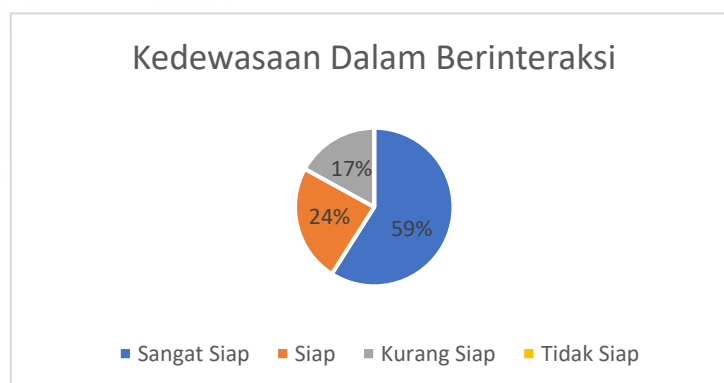
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik memiliki kesiapan emosional yang berada pada kategori cukup siap.



Gambar 1. Kemampuan Mengontrol Emosi

Sebanyak 62% siswa menyatakan mampu mengendalikan emosi saat berinteraksi di media sosial, sementara 38% lainnya masih menunjukkan kecenderungan reaktif terhadap komentar atau unggahan negatif. Berikutnya analisis mengenai kedewasaan siswa dalam berinteraksi menggunakan media sosial didapatkan hasil sebagai berikut:

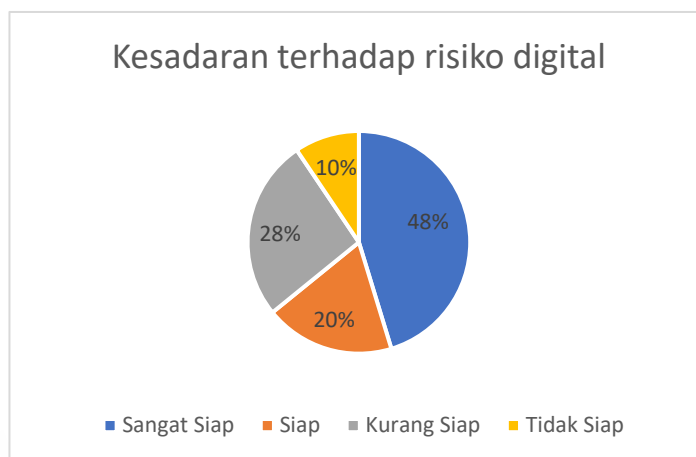


Gambar 2. Hasil analisis kedewasaan siswa

Berdasarkan grafik 2 mengenai kedewasaan peserta didik dalam berinteraksi pada penggunaan media sosial, terlihat bahwa sebagian besar siswa SMPN 3 Cisarua memiliki tingkat kesiapan mental yang cukup baik. Hal ini dapat dilihat dari distribusi persentase sangat siap (59%) kategori ini mendominasi hasil, menunjukkan bahwa lebih dari setengah siswa sudah memiliki kedewasaan yang tinggi ketika berinteraksi di media sosial. Mereka mampu menggunakan media sosial secara positif, memahami etika digital, serta dapat mengendalikan diri saat menerima informasi maupun saat berkomunikasi. Siap (24%) sebanyak hampir seperempat siswa berada pada kategori siap. Artinya, mereka cukup mampu berinteraksi secara bijak, meskipun sesekali masih memerlukan arahan atau pendampingan dalam menghadapi situasi tertentu di media sosial. Kurang siap (17%)

*Analisis Kesiapan Mental Peserta Didik SMP Terhadap Penggunaan Media Sosial (Barkudin, dkk)*

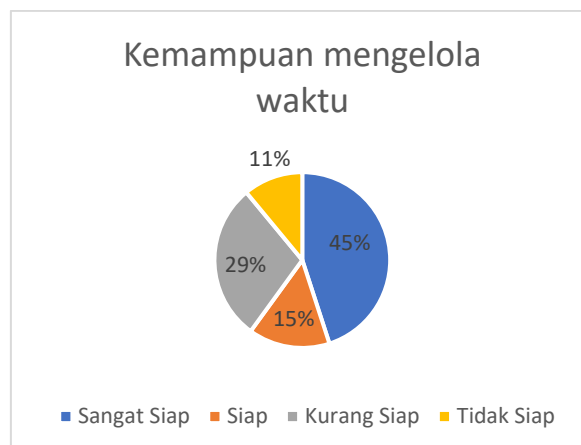
siswa pada kategori ini menunjukkan bahwa masih terdapat kelompok kecil yang belum sepenuhnya mampu mengelola interaksi di media sosial dengan baik. Mereka rentan terpengaruh oleh informasi negatif, mudah terbawa emosi, atau belum memahami sepenuhnya etika komunikasi digital. Dan tidak terdapat siswa yang masuk dalam kategori tidak siap, yang berarti seluruh peserta didik memiliki setidaknya kemampuan minimal dalam berinteraksi di media sosial. Berikutnya hasil analisis mengenai kesadaran siswa terhadap risiko digital nampak pada diagram berikut:



Gambar 3. Kesadaran terhadap risiko digital

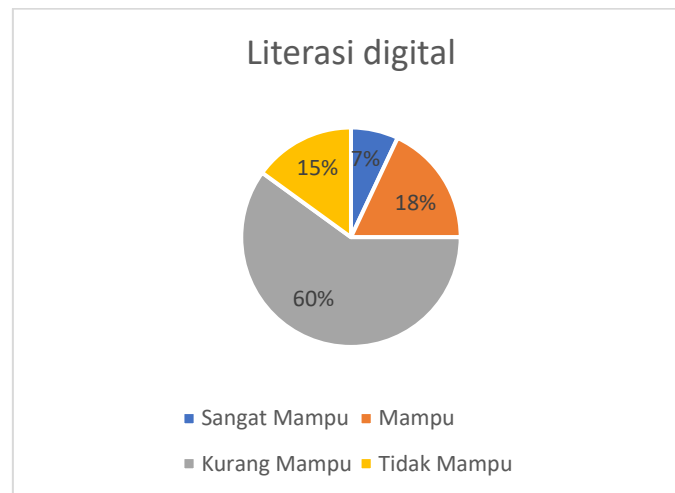
Grafik 3 menunjukkan tingkat kesiapan mental siswa SMPN 3 Cisarua dalam memahami dan menyadari berbagai risiko yang muncul saat menggunakan media sosial. Data terbagi menjadi empat kategori. Siswa menyatakan sangat siap (48%), artinya hampir setengah dari siswa menunjukkan tingkat kesiapan yang sangat baik dalam memahami risiko digital. Mereka sudah mampu mengenali bahaya seperti penyebaran data pribadi, cyberbullying, penipuan online, dan konten negatif. Persentase ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswa memiliki literasi digital yang cukup kuat. 20% siswa menjawab siap, artinya mereka memiliki pemahaman yang cukup baik, meskipun belum sepenuhnya matang. Mereka memahami risiko digital tetapi mungkin masih memerlukan pendampingan atau edukasi tambahan untuk meningkatkan kewaspadaan. Diketahui bahwa jawaban kurang siap sebanyak (28%), pada kategori ini, lebih dari seperempat siswa belum memiliki kesadaran risiko yang memadai. Mereka kemungkinan masih sulit mengenali potensi ancaman digital atau belum memahami cara menghadapinya secara bijak. Kelompok ini membutuhkan pembinaan lebih intensif. Dan terdapat jawaban tidak siap (10%), sejumlah kecil siswa berada dalam kondisi tidak siap sama sekali. Mereka berpotensi sangat rentan terhadap risiko karena belum memahami bahaya digital, baik dari sisi keamanan maupun interaksi sosial. Kelompok ini menjadi prioritas utama untuk mendapatkan edukasi literasi digital dasar.

Hasil analisis mengenai kemampuan siswa dalam mengelola waktu, untuk mengetahui tingkat kecanduan media sosial dan mampu menyeimbangkan waktu belajar nampak pada grafik berikut:



Gambar 4. Hasil analisis kemampuan mengelola waktu

Grafik 4 menunjukkan tingkat kesiapan mental peserta didik SMPN 3 Cisarua dalam hal kemampuan mengelola waktu saat menggunakan media sosial. Hasilnya menggambarkan variasi kemampuan siswa dalam menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan kewajiban akademik. Sebanyak 45% siswa menyatakan sangat siap, peserta didik menunjukkan kemampuan yang sangat baik dalam mengatur waktu. Mereka mampu membatasi penggunaan media sosial, memprioritaskan tugas sekolah, serta memahami kapan waktu yang tepat untuk online. 15 % siswa menjawab siap, sebagian kecil siswa tergolong siap, yaitu sudah memiliki kemampuan pengelolaan waktu yang cukup baik namun kadang masih terganggu oleh aktivitas media sosial. Kelompok ini memerlukan arahan ringan agar lebih konsisten. Sejumlah 29% siswa memberikan jawaban kurang siap, proporsi yang cukup besar menandakan bahwa banyak siswa belum mampu mengatur waktu dengan optimal. Mereka berisiko menghabiskan waktu berlebihan di media sosial sehingga berpotensi menurunkan produktivitas belajar. Sedangkan 10% siswa menyatakan tidak siap, kelompok ini menunjukkan kesiapan yang paling rendah. Mereka sering kali tidak mampu membedakan prioritas dan sangat mudah terdistraksi oleh media sosial, sehingga memerlukan bimbingan intensif dari guru maupun orang tua. Selanjutnya analisis mengenai literasi digital siswa disajikan pada grafik berikut:



Gambar 5. Hasil Analisis Literasi Digital

Mayoritas siswa berada pada kategori kurang mampu dalam mengevaluasi informasi di dalam media sosial, siswa juga kurang pemahaman mengenai dampak dari jejak digital yang mereka buat melalui komen atau postingan mereka, dengan demikian dapat disampaikan bahwa sebagian besar peserta didik belum memiliki kemampuan literasi digital yang memadai, baik dalam memahami informasi digital, bersikap kritis terhadap konten online, maupun dalam menggunakan teknologi secara efektif dan aman. Kondisi ini menjadi tanda bahwa pembelajaran terkait literasi digital masih perlu diperkuat. Sebagian kecil siswa sudah berada pada kategori mampu (18%) kelompok ini memiliki kemampuan dasar dalam mengoperasikan perangkat digital, mencari informasi, serta menggunakan platform digital dengan benar, namun masih membutuhkan penguatan pada keterampilan berpikir kritis dan keamanan digital. Siswa dalam kategori tidak mampu sebesar 15%, ini menunjukkan ada kelompok siswa yang masih sangat kesulitan dalam penggunaan media digital maupun memahami informasi di dalamnya. Mereka membutuhkan pendampingan intensif. Hanya 7% siswa yang sangat mampu persentase kecil ini menunjukkan bahwa hanya sedikit siswa yang benar-benar memiliki literasi digital kuat, termasuk kemampuan memilah informasi, berpikir kritis, beretika digital, dan memahami keamanan siber.

Berdasarkan hasil analisis terhadap 86 siswa SMPN 3 Cisarua, terlihat bahwa kemampuan siswa dalam mengontrol emosi dalam menanggapi informasi dimedia sosial sudah dalam keadaan baik, siswa juga dapat mengontrol dirinya dalam memosting ataupun memberikan komentar terhadap suatu postingan. Selain itu tingkat kesiapan mental peserta didik dalam menghadapi penggunaan media sosial berada pada kategori yang cukup bervariasi pada setiap indikator. Pada aspek kedewasaan dalam berinteraksi, mayoritas siswa menunjukkan kesiapan yang tinggi, yaitu 59% berada pada kategori sangat siap dan 24% pada kategori siap. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah mampu mengontrol diri, bersikap sopan, serta memahami batasan dalam berkomunikasi di dunia maya. Meskipun demikian, masih terdapat 17% yang kurang siap, menandakan adanya kebutuhan bimbingan tambahan bagi sebagian siswa terkait etika dan kontrol emosi dalam interaksi digital.

Pada indikator kesadaran terhadap risiko digital, terlihat pola kesiapan yang lebih beragam. Sebanyak 48% siswa berada pada kategori sangat siap dan 20% siap, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pemahaman yang baik mengenai risiko seperti penipuan digital, perundungan siber, penyalahgunaan data pribadi, dan konten berbahaya. Namun, 28% siswa kurang siap dan 10% tidak siap, sehingga masih ada sebagian siswa yang belum mampu mengenali ancaman digital secara memadai. Hal ini menjadi sinyal penting bahwa peningkatan literasi keamanan digital perlu lebih diperkuat. Indikator kemampuan mengelola waktu menunjukkan bahwa hanya 45% siswa yang sangat siap dan 15% yang siap, sedangkan 29% kurang siap dan 11% tidak siap. Data ini mengindikasikan bahwa manajemen waktu menjadi salah satu tantangan terbesar bagi peserta didik dalam penggunaan media sosial. Masih banyak siswa yang kesulitan membatasi durasi penggunaan sehingga dapat mengganggu waktu belajar, istirahat, maupun aktivitas produktif lainnya. Penguatan pendidikan disiplin diri dan pengaturan waktu diperlukan untuk mengurangi dampak negatif kecanduan media sosial (Marzuki et al., 2025; Suryaningsih, 2020). Sementara itu, pada aspek literasi digital, kondisi peserta didik terlihat kurang memadai. Sebanyak 60% siswa berada pada kategori *kurang mampu* dan 15% *tidak mampu*, sehingga total 75% siswa belum menguasai keterampilan dasar literasi digital seperti kemampuan memverifikasi informasi, memahami cara kerja algoritma, mengelola privasi digital, serta melakukan evaluasi kritis terhadap konten. Hanya 7% yang *sangat mampu* dan 18% yang *mampu*, menunjukkan kesenjangan besar pada kemampuan berpikir kritis dalam ekosistem digital. Temuan ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang lebih terstruktur, terutama dalam membangun kemampuan analitis dan penggunaan media sosial yang bertanggung jawab.

Secara keseluruhan, kesiapan mental peserta didik dalam menggunakan media sosial tergolong baik pada aspek interaksi dan kesadaran risiko, tetapi masih rendah pada aspek literasi digital dan pengelolaan waktu. Kondisi ini menggambarkan bahwa meskipun siswa secara sosial mampu beradaptasi di ruang digital, mereka masih membutuhkan pendampingan intensif untuk meningkatkan kemampuan teknis dan kognitif agar dapat menggunakan media sosial secara aman, bertanggung jawab, dan produktif. Oleh karena itu, pihak sekolah, guru, dan orang tua perlu bekerja sama dalam memberikan edukasi digital yang lebih komprehensif, mulai dari literasi informasi, etika digital, hingga manajemen waktu, agar siswa lebih siap menghadapi tantangan dunia digital yang terus berkembang.

## **KESIMPULAN**

Secara umum, siswa menunjukkan tingkat kesiapan yang tinggi dalam kedewasaan berinteraksi, terlihat dari dominasi kategori *Sangat Siap* dan *Siap* yang mencapai lebih dari separuh responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah mampu memahami etika berkomunikasi serta dapat menjaga perilaku dalam interaksi digital. Pada aspek kesadaran terhadap risiko digital, tingkat kesiapan juga cukup baik, meskipun

sebaran jawaban menunjukkan bahwa sebagian siswa masih *Kurang Siap*. Artinya, masih dibutuhkan pembelajaran mengenai bahaya penipuan digital, jejak digital, perundungan siber, dan batasan privasi. Kemampuan siswa dalam mengelola waktu saat menggunakan media sosial berada pada kategori sedang. Banyaknya siswa yang menjawab *Kurang Siap* menunjukkan bahwa manajemen durasi penggunaan media sosial masih menjadi tantangan yang harus diperhatikan oleh pihak sekolah dan orang tua. Sementara itu, pada aspek literasi digital, hasil menunjukkan kategori *Kurang Mampu* mendominasi dengan persentase terbesar. Temuan ini menjadi indikasi bahwa kemampuan memahami informasi, mengevaluasi konten, membedakan berita benar dan hoaks, serta menggunakan fitur digital dengan bijak masih perlu ditingkatkan melalui program pembelajaran terstruktur. Dengan demikian, meskipun siswa sudah memiliki kesiapan mental dasar yang baik untuk menggunakan media sosial, aspek literasi digital dan pengelolaan risiko masih menjadi titik lemah yang perlu mendapat perhatian melalui edukasi digital berkelanjutan, pendampingan orang tua, dan penguatan kurikulum sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alim, B., Butsiarah, Fatoni, Alimsyah, A. S., & Taslim, A. M. (2025). PENGARUH LINGKUNGAN BELAJAR DIGITAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL PESERTA DIDIK. *Jurnal Citra Pendidikan*, 5(2), 59–74. <https://doi.org/10.38048/jcp.v5i2.5395>
- Fajriani, F., Aprilia, N. N., Harahap, I., & Mulyeni, S. (2025). Penggunaan Media Sosial Tiktok dalam Proses Pembelajaran. *Mutiara: Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 3(1), 96–104.
- Marzuki, M., Zakaria, N., Fiyul, A. Y., Halimah, L., & Arfiawati, F. (2025). Pelatihan Penggunaan Sosial Media untuk Meningkatkan Personal Branding dan Pemahaman Komunikasi Siswa SMK. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 49–56. <https://doi.org/10.58818/jpm.v3i2.118>
- Nasih, M., & Ghozaly, A. H. (2022). ANALISIS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DALAM PEREKRUTAN PESERTA DIDIK BARU DI SMP PLUS DARUSSALAM BLOKAGUNG TEGALSARI BANYUWANGI. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam Darussalam*, 3(2), 270–291. <https://doi.org/10.30739/jmpid.v3i2.1320>
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sositoteknologi*. Simbiosis Rekatama Media.
- Nurhayati, M., Dakir, & Hujjatusnaini. (2021). Analisis Manajemen Pembelajaran Online Berbasis Media Sosial WhatsApp untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa Materi Sistem Pencernaan. *JURNAL BIOTERDIDIK: WAHANA EKSPRESI ILMIAH*, 9(1), 22–33.
- Pratama, B. A., & Sari, D. S. (2020). Dampak Sosial Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Berupa Sikap Apatis di SMP Kabupaten Sukoharjo. *Analisis Kesiapan Mental Peserta Didik SMP Terhadap Penggunaan Media Sosial (Barkudin, dkk)*

- Gaster, 18(1), 65. <https://doi.org/10.30787/gaster.v18i1.487>
- Putri Auliya, Suci Padilah Sukmawati, & Sri Mulyeni. (2025). Pengaruh Gadget Terhadap Perilaku Anak Kelas VI SD IT Al-Maqom. *Populer: Jurnal Penelitian Mahasiswa*, 4(1), 83–93. <https://doi.org/10.58192/populer.v4i1.2957>
- Rosyidah, A. N., & Ismeirita, I. (2023). ANALISIS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER PESERTA DIDIK (STUDI KASUS DI SMPN 20 BEKASI). *Research and Development Journal of Education*, 9(1), 34. <https://doi.org/10.30998/rdje.v9i1.13839>
- Setyawan, H. A., Fitriyah, L., & Hargianti, N. A. (2022). ANALISIS KESIAPAN PENDIDIK DALAM MEMANFAATKAN MEDIA TIK PADA PROSES PEMBELAJARAN PAI DI ABAD 21. *AL-MIKRAJ: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora* (E-ISSN: 2745-4584), 3(1), 55–69. <https://doi.org/10.37680/almikraj.v3i1.1690>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. CV. Alfabeta.
- Suni, L., Astuti, I., & Fergina, A. (2022). ANALISIS KETIDAKSIAPAN BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN DARING KELAS VIII DI SMP NEGERI 23 PONTIANAK. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 11(11). <https://doi.org/https://doi.org/10.26418/jppk.v11i11.59340>
- Suryaningsih, A. (2020). DAMPAK MEDIA SOSIAL TERHADAP PRESTASI BELAJAR PESERTA DIDIK. *EDUSAINTEK: JURNAL PENDIDIKAN, SAINS DAN TEKNOLOGI*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.47668/edusaintek.v7i1.45>
- Susilo, J., & Aldava, F. (2025). Analisis Kesiapan Mental Peserta Didik SMP Terhadap Penggunaan Media Sosial. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(1), 26–33. <https://doi.org/10.58706/jipp.v4n1.p26-33>
- Syahrani, Radhia Shaleha, & Auladina Shalihah. (2021). ANALISIS KESIAPAN SISWA FILIAL DAMBUNG RAYA DALAM MENGIKUTI ANALISIS NASIONAL BERBASIS KOMPUTER DI SMAN 1 BINTANG ARA KABUPATEN TABALONG. *JOEL: Journal of Educational and Language Research*, 1(3), 221–234. <https://doi.org/10.53625/joel.v1i3.502>
- Widhi Rachmawati, D., Novianti, T., Kusumaningrum, A., Sofyan, H., Mulyeni, S., & Herlina, H. (2025). Komunikasi Asertif dan Penggunaan Media Sosial dalam Menghadapi Dunia Usaha dan Dunia Kerja. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(1), 36–44. <https://doi.org/10.56910/sewagati.v4i1.2125>