

## **Waspada Terhadap Penyalahgunaan Media Sosial**

**Christine<sup>1</sup> Gunardi Lie<sup>2</sup> Moody Riqy Syailendra Putra<sup>3</sup>**

Universitas Tarumanagara, Kota Jakarta Barat, Provinsi DKI Jakarta, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: [christine.205230133@stu.untar.ac.id](mailto:christine.205230133@stu.untar.ac.id)<sup>1</sup>

### **Abstrak**

Dalam artikel ini, kita akan mempelajari manfaat dan efek media sosial dalam era globalisasi saat ini. Media sosial memiliki banyak manfaat, seperti meningkatkan konektivitas dan pemberdayaan individu, tetapi penyalahgunaannya juga telah menjadi masalah besar. Artikel ini memberikan pemahaman mendalam tentang efek negatif penyalahgunaan media sosial, menemukan sumber masalah, dan menawarkan cara untuk mengurangi kemungkinan penyalahgunaan.

**Kata Kunci:** Penyalahgunaan Media Sosial



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### **PENDAHULUAN**

Di era globalisasi saat ini, kemajuan dalam teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara orang berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain. Perkembangan ini telah menyebabkan munculnya media sosial, yang telah menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari. Media sosial memungkinkan kita untuk segera mendapatkan informasi, berbagi pengalaman, dan terhubung dengan orang-orang dari seluruh dunia. Namun, seiring dengan manfaatnya, media sosial juga memiliki ancaman, terutama jika disalahgunakan. Penyalahgunaan media sosial menjadi masalah yang semakin kompleks dan mendalam di masyarakat kontemporer. Media sosial, seiring dengan popularitasnya yang terus meningkat, menawarkan platform yang luas untuk berbagai jenis aktivitas, termasuk yang konstruktif maupun destruktif. Akibatnya, penting bagi kita untuk menjadi lebih waspada terhadap dampak penyalahgunaan media sosial terhadap masyarakat dan individu. Kita telah menyaksikan perubahan yang luar biasa dalam cara kita berinteraksi dan berkomunikasi sejak lahirnya internet. Namun, munculnya media sosial adalah salah satu perubahan yang paling signifikan dan terasa. Kehidupan sehari-hari telah terintegrasi dengan platform seperti Facebook, Twitter, Instagram, dan lainnya. Seperti yang ditunjukkan oleh statistik, jutaan orang di seluruh dunia menggunakan media sosial setiap hari untuk berbagai tujuan, seperti mengikuti perkembangan berita dan mempertahankan hubungan sosial.

Penggunaan media sosial memiliki banyak manfaat. Mereka memungkinkan kita untuk berhubungan dengan teman-teman yang jauh, berbagi peristiwa penting dalam hidup kita, dan bahkan membantu gerakan dan advokasi sosial. Media sosial memiliki manfaat dan kemudahan, tetapi juga bahaya, terutama terkait dengan penyalahgunaan informasi, privasi, dan efek psikologis. Penyebaran informasi palsu atau hoaks adalah salah satu bentuk yang paling umum dari penyalahgunaan media sosial. Berita palsu dapat dengan cepat menyebar dan mencapai audiens yang luas di internet. Hal ini dapat menyebabkan kebingungan, ketidakpastian, dan bahkan dapat memiliki konsekuensi serius, seperti menimbulkan ketegangan sosial atau bahkan kebijakan yang tidak baik. Media sosial juga dapat menjadi tempat untuk pelecehan online atau bullying. Orang-orang dapat berperilaku tidak etis atau bahkan merugikan secara online karena platform media sosial membiarkan mereka tetap anonim. Ini dapat membahayakan korban secara emosional dan mental, meningkatkan tingkat stres, dan dalam beberapa kasus, dapat menyebabkan masalah kesehatan mental.

Privasi di media sosial sangat penting. Banyak pengguna sering tidak menyadari atau mungkin tidak tahu sejauh mana pihak ketiga dapat mengakses dan menggunakan data pribadi mereka. Penyalahgunaan data pribadi dapat membahayakan keamanan individu, karena data dapat digunakan untuk tujuan yang tidak etis. Tidak hanya itu, media sosial dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang. Tekanan sosial dan perasaan tidak memadai dapat disebabkan oleh keinginan untuk membandingkan diri dengan orang lain, terutama melalui foto yang diperiksa dengan teliti. Selain itu, kecanduan media sosial semakin meresahkan, dengan banyak orang yang menghabiskan berjam-jam setiap hari untuk melihat konten di platform tersebut. Untuk menangani masalah penyalahgunaan media sosial yang kompleks, masyarakat harus memiliki kesadaran yang kuat dan pemahaman yang mendalam. Untuk memastikan bahwa kita dapat memanfaatkan media sosial sepenuhnya tanpa terjebak dalam efek negatifnya, sangat penting untuk memperhatikan potensi bahaya yang terkait dengan penggunaan media sosial. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan penjelasan yang lebih rinci tentang konsekuensi negatif yang dapat ditimbulkan oleh penyalahgunaan media sosial, menemukan sumber masalahnya, dan menawarkan pendekatan yang dapat digunakan oleh individu dan masyarakat untuk mengurangi risiko penyalahgunaan media sosial. Dengan memperoleh pemahaman yang lebih baik dan kesadaran yang lebih besar, diharapkan kita dapat membangun dunia digital yang lebih sehat, positif, dan aman bagi semua orang. Rumusan Masalah: Apa dampak dari penyalahgunaan media sosial? Apa pengaruh dari media sosial diri sendiri dan sekitar? Tujuan: Menjelaskan dampak dari penyalahgunaan media sosial. Menjelaskan pengaruh yang timbul dari media sosial terhadap diri sendiri dan sekitar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengenalan Media Sosial dan Dampaknya**

Media sosial adalah platform daring yang memungkinkan orang untuk membuat, berbagi, dan bertukar informasi serta konten multimedia. Jenis media sosial beragam, termasuk jejaring sosial seperti Facebook dan Twitter, platform berbagi foto seperti Instagram, dan platform berbagi video seperti YouTube. Media sosial memungkinkan interaksi sosial yang belum pernah terjadi sebelumnya, menghubungkan orang di seluruh dunia secara instan. Media sosial memiliki dampak yang luas dan melibatkan berbagai aspek kehidupan, mulai dari hubungan pribadi hingga politik dan ekonomi. Namun, seperti halnya teknologi lainnya, media sosial juga memiliki konsekuensi yang perlu diperhatikan.

### **Sepenting Apa Media Sosial?**

1. Konektivitas Global: Media sosial telah melampaui batas geografis, memungkinkan orang terhubung tanpa memandang jarak, yang memungkinkan pertukaran ide, budaya, dan informasi di seluruh dunia.
2. Pemberdayaan Individu: Media sosial memberikan kesempatan kepada individu untuk memiliki suara dalam masyarakat dengan memberikan mereka platform untuk menyuarakan pendapat, membangun merek pribadi, dan berpartisipasi dalam diskusi sosial.
3. Berbagi Informasi dengan Cepat: Media sosial menyebarkan berita dan informasi dengan cepat, yang memungkinkan akses instan ke berita terbaru dan memudahkan respons cepat terhadap peristiwa tertentu.
4. Pengaruh pada Opini Publik: Media sosial sangat memengaruhi opini publik. Kampanye politik, gerakan sosial, dan masalah kontroversial seringkali mendapatkan momentum melalui penyebaran dan diskusi di media sosial.
5. Promosi dan Pemasaran: Media sosial menjadi alat penting untuk promosi dan pemasaran bisnis dan merek. Platform-platform ini memudahkan interaksi dengan pelanggan dan memberikan akses langsung ke audiens target.

### **Apa Saja Efek Positif Penggunaan Media Sosial?**

1. Koneksi dan Interaksi Sosial: Media sosial membantu orang tetap terhubung dengan teman dan keluarga, terutama mereka yang jauh.
2. Pendekatan Pendidikan: Platform media sosial menawarkan sumber daya pendidikan yang mudah diakses yang memungkinkan pertukaran ide dan pengetahuan.
3. Pemberdayaan Komunitas: Media sosial memungkinkan pembentukan komunitas berdasarkan minat, tujuan, atau tantangan yang sama, dan memberikan dukungan dan pemberdayaan kepada anggotanya.
4. Kesadaran dan Aktivisme: Media sosial dapat mendorong gerakan sosial dan isu-isu kemanusiaan untuk mendapatkan dukungan dan kesadaran. Ini memotivasi orang untuk berpartisipasi dalam aksi sosial.

### **Apa Saja Efek Negatif Penggunaan Media Sosial?**

1. Ketidakseimbangan Informasi: Penyebaran hoaks atau informasi palsu dapat menyebabkan kebingungan dan kesalahpahaman di masyarakat.
2. Gangguan Kesehatan Mental: Perbandingan sosial, pelecehan online, dan tekanan untuk tampil ideal dapat menyebabkan kecemasan dan depresi.
3. Ketidakamanan Privasi: Pengguna seringkali tidak tahu pihak ketiga dapat mengakses dan menggunakan data pribadi mereka.
4. Kecanduan Media Sosial: Kecanduan media sosial dapat mengganggu produktivitas dan keseimbangan hidup.

### **Tanda-Tanda Penyalahgunaan Sosial Media**

Berbagai tanda dan efek penyalahgunaan media sosial dapat membantu mengidentifikasi penyalahgunaan tersebut, yang dapat mengubah perilaku pengguna dan meningkatkan risiko masalah kesehatan mental. Pertama-tama, gejala penyalahgunaan media sosial dapat termasuk penggunaan berlebihan, yang berarti menghabiskan waktu secara tidak proporsional dan tidak sehat di platform tersebut. Selain itu, perilaku yang terlalu terfokus pada jumlah like, komentar, atau pengikut juga dapat menunjukkan penyalahgunaan. Selain itu, perubahan dalam perilaku pengguna dapat terlihat dalam isolasi sosial, di mana orang lebih suka berinteraksi secara online daripada di dunia nyata, yang dapat membahayakan hubungan interpersonal. Perubahan perilaku ini dapat menempatkan Anda dalam bahaya kesehatan mental yang signifikan. Studi telah menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat terkait dengan lebih banyak kecemasan, depresi, dan perasaan kesepian. Paparan terus-menerus pada konten yang merugikan, seperti cyberbullying atau body shaming, juga dapat berdampak negatif pada kesehatan mental. Selain itu, perbandingan yang tidak sehat dengan kehidupan orang lain yang terlihat sempurna di media sosial dapat menyebabkan perasaan rendah diri dan tidak memadai.

### **Penyebaran, Dampak dan Cara Mendeteksi Berita Palsu**

Di era media sosial, penyebaran berita palsu, juga dikenal sebagai hoaks, semakin meresahkan. Hoaks dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti informasi palsu, gambar manipulatif, dan video yang disunting dengan hati-hati. Seringkali, penyebaran hoaks dilakukan dengan maksud untuk mempengaruhi opini publik, menimbulkan kekacauan, atau bahkan memperoleh keuntungan tertentu. Karena fakta bahwa informasi dapat tersebar dengan cepat tanpa validasi yang memadai, media sosial menjadi platform yang memudahkan penyebaran hoaks. Berita palsu memiliki dampak yang signifikan pada masyarakat. Pertama-tama, hoaks dapat menyebabkan kebingungan dan ketidakpastian di masyarakat, memengaruhi keputusan politik, dan bahkan menyebabkan konflik sosial. Selain itu, hoaks dapat merusak reputasi

kelompok atau individu tertentu. Berita palsu juga dapat membahayakan keamanan publik dalam beberapa situasi tertentu, seperti menyebarkan informasi palsu tentang kesehatan atau keadaan darurat. Oleh karena itu, memiliki pemahaman yang baik tentang berita palsu dan cara menanganinya sangat penting untuk melindungi masyarakat dari efek buruknya.

Semua orang, platform media sosial, dan pemerintah harus bekerja sama untuk mendeteksi dan mencegah hoaks menyebar. Keterampilan kritis dalam membaca dan menganalisis data sangat penting untuk dimulai. Sangat penting untuk memverifikasi sumber, memeriksa kebenaran berita melalui situs fakta, dan mendapatkan konfirmasi dari berbagai sumber. Pengguna media sosial juga harus berhati-hati sebelum menyebarkan informasi; mereka harus memastikan keabsahan informasi sebelum membagikannya. Selain itu, platform media sosial bertanggung jawab untuk memitigasi penyebaran hoaks. Mereka dapat melakukannya dengan menggunakan teknologi canggih untuk mendeteksi dan menghapus konten palsu serta memberikan informasi yang jelas tentang kebijakan mereka terkait berita palsu. Pemerintah juga dapat berperan dengan mengeluarkan regulasi yang memadai untuk menangani penyebaran hoaks dan memberikan edukasi kepada masyarakat.

### **Gejala dan Dampak Kecanduan Media Sosial Serta Strategi Mengatasi Kecanduan Media Sosial**

Di era teknologi modern, kecanduan media sosial merupakan fenomena yang semakin meresahkan. Meskipun gejala kecanduan dapat berbeda-beda, penggunaan yang berlebihan, ketidakmampuan untuk mengontrol jumlah waktu yang dihabiskan di platform tersebut, dan ketidaknyamanan ketika tidak dapat menggunakan media sosial. Kecanduan media sosial juga memiliki konsekuensi kesehatan mental, seperti peningkatan tingkat depresi, kecemasan, dan perasaan isolasi sosial. Selain itu, kecanduan media sosial juga dapat membuat Anda kurang produktif dan membuat Anda sulit menjalin hubungan dengan orang lain dalam kehidupan nyata. Salah satu studi yang relevan tentang kecanduan media sosial adalah: Kuss dan Griffiths (2017). Sosial media dan kecanduan: sepuluh pelajaran yang dipelajari *Jurnal Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Publik*, 14(3), 311. Untuk mengatasi kecanduan media sosial, Anda dapat melakukan hal-hal seperti mengatur jumlah waktu yang Anda habiskan untuk menggunakan media sosial, menetapkan batasan harian, dan membuat waktu tanpa media sosial. Selain itu, mendapatkan dukungan dari orang lain, seperti teman, keluarga, atau bahkan profesional, dapat membantu mengatasi kecanduan ini. Selain itu, telah terbukti bahwa program intervensi dan pendidikan yang membahas efek negatif kecanduan media sosial juga dapat membantu individu menjadi lebih sadar akan masalah ini dan belajar cara menggunakan media sosial dengan bijak.

### **Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Serta Cara Menjaga Kesehatan Mental Pengguna**

Di era digital, media sosial telah menjadi fokus utama penelitian kesejahteraan psikologis. Meskipun media sosial dapat memiliki efek positif, seperti meningkatkan konektivitas sosial dan mendapatkan dukungan, mereka juga dapat berpotensi membahayakan kesehatan mental. Di media sosial, terdapat stigma dan tekanan sosial yang signifikan, dan orang cenderung membandingkan kehidupan mereka dengan kehidupan orang lain yang sempurna. Hal ini dapat menyebabkan perasaan tidak memadai, rendah diri, dan merangsang perkembangan gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi. Stigma di media sosial juga dapat membuat tempat yang tidak ramah bagi orang yang berjuang dengan masalah kesehatan mental. Komunitas daring sering menghakimi atau mengucilkan orang yang berbagi pengalaman atau mencari dukungan. Kesadaran akan efek negatif media sosial dan strategi perlindungan diri diperlukan untuk menjaga kesehatan mental di internet. Ini mencakup mengevaluasi dan

mengelola ekspektasi terkait eksposur terhadap konten tertentu, membatasi waktu yang dihabiskan di media sosial, dan membangun batasan pribadi untuk mengurangi tekanan sosial.

### **Panduan Sehat Menggunakan Media Sosial dan Tips Penggunaan Media Sosial Dengan Bijak**

Pengaruh konten yang dikonsumsi dan dibagikan sangat penting untuk pedoman menggunakan media sosial yang sehat. Ini termasuk memahami bahwa apa yang dilihat dan disebarluaskan dapat berdampak besar pada kesehatan mental, emosional, dan persepsi diri seseorang. Mengetahui jenis konten yang menginspirasi, mendukung, dan positif dapat membantu menjaga lingkungan media sosial yang positif. Etika penggunaan media sosial menekankan betapa pentingnya memperlakukan orang lain dengan hormat, menghormati privasi, dan memahami batasan setiap orang. Ini termasuk memposting konten yang tidak merugikan atau melecehkan orang lain, menghormati hak privasi orang lain, dan berbicara secara bebas tanpa menyakiti atau merugikan orang lain. Salah satu cara untuk menggunakan media sosial dengan bijak adalah dengan mengatur waktu penggunaan, membatasi paparan pada konten yang menimbulkan stres atau kecemasan, dan selalu memverifikasi informasi sebelum membagikannya. Selain itu, hal ini mencakup mengurangi perbandingan sosial yang tidak sehat, memprioritaskan interaksi langsung dengan orang-orang di kehidupan nyata, dan meningkatkan kesadaran akan batasan digital untuk menjaga keseimbangan hidup.

### **Edukasi Penggunaan Sosial Media dan Peran Pemerintah Serta Platform Penyedia Media Sosial**

Untuk mengendalikan efek negatif dan penyalahgunaan media sosial, pengguna harus dididik dan disadarkan. Pendidikan media sosial sangat penting karena memberikan pemahaman tentang dampak media sosial pada kesehatan mental, interaksi sosial, dan budaya. Ini juga membantu meningkatkan kesadaran tentang privasi, keamanan internet, dan etika penggunaan online. Sangat penting bagi generasi muda untuk belajar menggunakan media sosial. Ini akan membantu mereka menjadi pengguna media sosial yang cerdas, bertanggung jawab, dan mampu mengambil keputusan yang bijaksana saat menggunakan informasi online. Dengan menekankan pentingnya pendidikan media sosial, literasi digital, yang mencakup pemahaman tentang apa yang didapat dari platform online, kemampuan untuk mengevaluasi kebenaran informasi, dan kemampuan untuk membedakan antara konten yang bermanfaat dan tidak bermanfaat, membantu generasi muda memperoleh keterampilan kritis yang diperlukan untuk menangani informasi yang tersebar luas di media sosial. Pemerintah dan platform media sosial juga berperan penting dalam menjaga internet aman dan sehat. Tugas mereka meliputi pengawasan konten yang dipublikasikan, menyediakan alat pengaturan privasi yang kuat, dan mendukung kampanye untuk meningkatkan kesadaran pengguna. Sementara itu, undang-undang dan inisiatif pemerintah dapat membantu membangun sistem yang melindungi pengguna dan mencegah penyalahgunaan media sosial; ini dapat mencakup kampanye penyuluhan, penerapan kebijakan yang lebih ketat, dan kerja sama antara pemerintah dan platform media sosial untuk menerapkan undang-undang.

### **KESIMPULAN**

Media sosial telah menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari di era globalisasi saat ini karena memungkinkan akses cepat ke informasi, memungkinkan berbagi pengalaman, dan membangun hubungan dengan orang-orang dari seluruh dunia. Meskipun memiliki banyak manfaat, penyalahgunaan media sosial telah berkembang menjadi masalah serius dengan dampak kompleks yang mencakup berbagai efek positif dan negatif. Media sosial menghubungkan orang di seluruh dunia, memberdayakan mereka, dan memengaruhi pendapat

publik. Namun, penyalahgunaan media sosial, seperti penyebaran informasi palsu, pelecehan online, ketidakamanan privasi, dan kecanduan, adalah masalah besar. Memiliki kesadaran yang kuat tentang efek negatifnya sangat penting saat mengatasi masalah ini. Penyalahgunaan media sosial dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental, ketidakamanan privasi, dan kecanduan. Kecanduan media sosial dapat menyebabkan depresi, ketakutan, dan isolasi sosial. Perubahan dalam perilaku dan penekanan yang berlebihan pada interaksi online adalah tanda penyalahgunaan. Sangat penting untuk mengatasi dampak buruk ini secara pribadi, seperti mengatur waktu penggunaan dan mendapatkan dukungan. Berita palsu, atau hoaks, menimbulkan kebingungan, memengaruhi keputusan politik, dan merusak reputasi individu atau kelompok. Pengguna harus memastikan sumber dan berhati-hati sebelum menyebarkan informasi. Pemerintah dan platform media sosial juga dapat mendeteksi dan mencegah penyebaran berita palsu. Pemahaman tentang efek konten, pengelolaan waktu, dan verifikasi data adalah bagian penting dari pedoman yang sehat untuk menggunakan media sosial. Pendidikan media sosial sangat penting untuk meningkatkan pemahaman tentang bagaimana media sosial memengaruhi kesehatan mental, interaksi sosial, dan etika online. Selain itu, diperlukan kesadaran akan efek negatif internet dan strategi perlindungan diri untuk menjaga kesehatan mental di internet. Untuk menjaga keamanan dan kesehatan internet, pemerintah dan platform media sosial harus bekerja sama. Mereka memiliki kemampuan untuk melacak konten, menyediakan alat untuk mengatur privasi, dan mendukung kampanye kesadaran. Inisiatif pemerintah seperti undang-undang perlindungan pengguna dapat membantu membuat internet lebih aman dan etis. Masyarakat dapat bekerja sama untuk membuat internet lebih sehat, lebih sadar, dan lebih aman dengan memahami bahaya penyalahgunaan media sosial dan langkah preventif yang tepat.

Saran: Dalam artikel ini, kita akan melihat dunia media sosial dari perspektif global, melihat manfaat dan bahayanya. Meskipun media sosial memiliki banyak manfaat, seperti memungkinkan orang terhubung dengan orang lain di seluruh dunia, memberikan pemberdayaan kepada individu, dan mendukung gerakan sosial, kita juga harus menghadapi konsekuensi negatif dari penyalahgunaannya. Fokus artikel ini adalah untuk memberikan pemahaman mendalam tentang dampak negatif dari penggunaan media sosial yang tidak tepat, menemukan sumber masalah, dan menawarkan solusi untuk mengurangi kemungkinan penyalahgunaan tersebut. Kecanduan media sosial adalah salah satu efek negatif yang perlu kita perhatikan, yang dapat menyebabkan perubahan perilaku, isolasi sosial, dan dampak kesehatan mental yang serius, seperti depresi dan kecemasan. Selain itu, artikel ini akan membahas tanda-tanda kecanduan media sosial dan menawarkan solusi praktis untuk masalah ini, seperti mengatur waktu penggunaan dan meminta dukungan dari teman, keluarga, atau profesional. Selain itu, artikel ini akan menekankan ancaman berita palsu atau hoaks yang dapat menimbulkan ketidakpastian, kebingungan, dan bahkan memengaruhi keputusan politik. Pemerintah dan platform media sosial harus bertanggung jawab untuk mengidentifikasi dan mencegah penyebaran berita palsu; untuk memerangi penyebaran berita palsu, orang harus bertanggung jawab satu sama lain. Artikel ini juga akan berfokus pada pentingnya pendidikan media sosial, menggarisbawahi betapa pentingnya pemahaman yang lebih baik tentang efek media sosial terhadap kesehatan mental, interaksi sosial, dan budaya. Dengan memberikan saran praktis dan solusi praktis, artikel ini bertujuan untuk memberi pembaca panduan yang lengkap untuk mengatasi masalah yang rumit yang muncul saat menggunakan media sosial.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Boyd, D., & Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230. Kaplan, A. M., & Haenlein, M.

- (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- Buckingham, D. (2019). *The media education manifesto*. John Wiley & Sons.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... & Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(2), 230-242.
- 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), 311. doi:10.3390/ijerph14030311.
- Livingstone, S., & Third, A. (2017). Children and young people's rights in the digital age: An emerging agenda. *New Media & Society*, 19(5), 657-670.
- Moreno, M. A., Jelenchick, L., Koff, R., & Eikoff, J. (2012). Depression and internet use among older adolescents: An experience sampling approach. *Psychology*, 3(03), 743-748.
- Newman, D. M., Lauter, P., Burrell, J., & Elliott, E. (2018). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches*. Pearson.
- O'Keeffe, G. S., & Clarke-Pearson, K. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127(4), 800-804.
- Pennycook, G., & Rand, D. G. (2018). The Implied Truth Effect: Attaching Warnings to a Subset of Fake News Stories Increases Perceived Accuracy of Stories Without Warnings. *Management Science*, 66(11), 4944-4957.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Lin, L. Y., Rosen, D., Colditz, J. B., ... & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8.
- Rheingold, H. (2014). *Net Smart: How to Thrive Online*. MIT Press.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating "iDisorders"? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243-1254.
- Tandoc, E. C., & Mak, V. (2018). Fake News and the Economy of Emotions: Problems, Causes, Solutions. *Digital Journalism*, 6(2), 154-175.
- Turgeon, M. (2018). *The Social Media Manifesto: A Comprehensive Review of the Impact of Social Media on Society*. Springer.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Campbell, S. M. (2018). Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. *Emotion*, 18(6), 765.
- Wardle, C., & Derakhshan, H. (2017). *Information Disorder: Toward an interdisciplinary framework for research and policymaking*. Council of Europe report.