

HUBUNGAN ANTARA KETAGIHAN MEDIA SOSIAL DENGAN
KEMURUNGAN, KEBIMBANGAN DAN PRESTASI AKADEMIK PELAJAR
SISWAZAH

NAZIHAH IRYANI BINTI AZADDIN

Laporan projek ini dikemukakan sebagai memenuhi sebahagian daripada syarat
penganugerahan ijazah
Sarjana Pendidikan (Psikologi Pendidikan)

Sekolah Pendidikan
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan
Universiti Teknologi Malaysia

TAHUN 2021

DEDIKASI

Kepada ayahanda Azaddin dan bonda Zaliha yang sentiasa menyokong dan memberi kekuatan pada setiap langkah perjalananku. Semoga Tuhan merahmati kalian selalu.

Kepada satu-satunya anakku, Muhammad Azim Darwisy penguat semangatku, yang paling memahami keadaanku, yang sentiasa menyeka air mataku saat aku berasa terlalu lemah, mengurut bahuiku saat melihat aku terlalu tertekan, yang sentiasa memberi sokongan kepadaku. Sesungguhnya kau adalah anugerah terindah daripada Tuhan.

Kepada penyeliaku, Dr. Zakiah binti Mohamad Ashari yang tidak jemu memberi tunjuk ajar dan melorongkan pelbagai bantuan agar kajian pendidikan ini dapat diselesaikan dengan baik.

Kepada pegawai penyeliaku, Dr. Noorasikin binti Mohd Mandak yang sudi memberi ruang dan peluang untukku membahagikan komitmen antara tugas hakiki di Jabatan Kesihatan Negeri Johor dan pengajianku di UTM.

Kepada sahabat-sahabat *Anxiety Disorder Malaysia Community*, kalian merupakan antara pendorong untuk aku terus mencari ilmu dan mengembalikan semula ilmu yang aku peroleh ini bagi membantu kalian tanpa jemu.

PENGHARGAAN

Syukur ke hadrat Ilahi kerana dengan limpah kurnia rahmat dan kasih sayang-Nya, saya mampu memperoleh sedikit kekuatan dan semangat dalam usaha menyelesaikan kajian pendidikan ini. Sesungguhnya, tiada daya upaya ini melainkan kekuatan dari-Nya jua. Segala puji ke atas-Mu. Ucapan penghargaan dan terima kasih ini juga saya rakamkan buat Dr. Zakiah binti Mohamad Ashari selaku penyelia bagi kajian pendidikan yang dilakukan ini. Sesungguhnya, segala masa, tenaga dan ilmu yang Dr. curahkan terlalu berharga dan penghasilan kajian pendidikan ini menjadi simbolik kepada kejayaan dan usaha yang diberikan. Terima kasih Dr.

Penghargaan ini juga saya rakamkan buat semua peserta kajian, pihak fakulti, pihak universiti, para pensyarah, sahabat-sahabat jauh iaitu Dr. Zamratul Maisarah dan Dr. Muhammad Hilmi yang sudi meluangkan masa, berkongsi tips dan panduan serta mencurahkan komitmen yang baik dalam menjayakan usaha bagi mengumpulkan data kajian ni. Tanpa penglibatan kalian, tentu saja kajian ini tidak dapat diselesaikan dengan baik. Kepada pasukan subordinat Unit Perkhidmatan (Sumber Manusia) di Jabatan Kesihatan Negeri Johor, terima kasih kerana sentiasa memberikan kerjasama saat saya terpaksa mengambil cuti belajar yang panjang bagi menyelesaikan kajian ini. Terima kasih banyak-banyak.

Kepada semua rakan-rakan kuliah PESISIR, Kluang yang secara langsung dan tidak langsung sentiasa memberikan sokongan dan panduan saat saya buntu untuk memulakan penulisan. Terima kasih atas kebaikan yang diberikan. Sesungguhnya, pertemuan dan perkenalan ini akan saya hargai sampai bila-bila. Terima kasih kepada semua.

ABSTRAK

Data statistik yang dikeluarkan oleh Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia, (SKMM) telah melaporkan bahawa jumlah pengguna internet di Malaysia adalah sebanyak 88.7% di mana 43.4% daripadanya adalah pelajar yang berumur lingkungan 19 hingga 25 tahun. Berdasarkan laporan yang sama, 74.3% pelajar telah menggunakan internet untuk mencari maklumat dan 29.7% daripadanya adalah untuk tujuan pembelajaran. Peningkatan penggunaan internet ini telah menggalakkan pelbagai aktiviti melalui rangkaian aplikasi media sosial seperti *Whatsapp, Facebook, Instagram, YouTube, Telegram* dan banyak lagi. Perkara yang membimbangkan adalah ketagihan aplikasi media sosial secara berlebihan ini telah mengundang kepada masalah psikologi dan menjejaskan pencapaian akademik pelajar. Oleh itu, objektif kajian ini adalah untuk mengenalpasti tahap ketagihan media sosial, kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar di samping melihat korelasi ketagihan media sosial dengan kesemua pembolehubah tersebut. Seramai 377 pelajar sarjana muda di Universiti Teknologi Malaysia, Johor telah menyertai kajian ini. Responden dipilih menggunakan kaedah pensampelan rawak berstrata mengikut nisbah. Proses pengumpulan data pula dilakukan melalui borang soal selidik secara dalam talian. Analisis data melalui statistik deskriptif dan statistik inferensi (korelasi Pearson) dilakukan dengan menggunakan perisian SPSS Hasil dapatan kajian telah menunjukkan bahawa tahap ketagihan media sosial, tahap kemurungan dan tahap prestasi akademik pelajar siswazah di adalah sederhana manakala tahap kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah adalah rendah. Penemuan kajian juga mendapati bahawa terdapat hubungan signifikan yang positif antara ketagihan media sosial dengan kemurungan dan kebimbangan tetapi tidak terdapat hubungan signifikan ketagihan media sosial dengan prestasi akademik pelajar. Kajian ini juga memberi implikasi penting kepada pelbagai pihak terutamanya golongan pelajar universiti, ibu bapa, institut pengajian tinggi awam dan agensi kesihatan awam bagi mengetahui tahap ketagihan media sosial, tahap kemurungan dan tahap kebimbangan yang sedang menular dalam kalangan pelajar universiti.

ABSTRACT

Statistical data released by the Malaysian Communications and Multimedia Commission (MCMC) has reported that the number of internet users in Malaysia are 88.7%, where 43.4% of the total are students aged between 19 to 25 years old. Based on the same report, 74.3% of students use the internet to search for information, and 29.7% from this number use the internet for learning purposes. This increase in internet usage has encouraged numerous activities through social media such as WhatsApp, Facebook, Instagram, YouTube, Telegram and more. One concerning matter, however, is that this excessive use of social media has led to psychological issues and affects students' academic achievements. Thus, the objective of this study is to identify the levels of social media addiction, depression, anxiety and academic achievement of students as well as to examine the correlation between the use of social media with the independent variables. A total of 377 bachelor's degree students from Universiti Teknologi Malaysia, Johor, participated in this study. The respondents were chosen using stratified random sampling according to ratio. Data was collected using an online questionnaire. The data analysis was conducted using descriptive statistics and inferential statistics (Pearson correlation) using the SPSS software. The results of the study show that the levels of social media addiction, depression and academic achievement of the students were at a medium level. In contrast, the anxiety level among the students were low. The findings also uncovered that there was a significant positive relation between social media addiction with depression and anxiety, but there was no significant relation between social media addiction and students' academic achievement. This study's findings have important implications to many parties, specifically university students, parents, higher education institutions, and public health agencies to be aware of the levels of social media addiction, depression, and anxiety that is currently affecting university students.

KANDUNGAN

TAJUK	MUKA SURAT
PENGAKUAN	i
DEDIKASI	ii
PENGHARGAAN	iii
ABSTRAK	iv
KANDUNGAN	vi
SENARAI JADUAL	xi
SENARAI RAJAH	xiv
SENARAI SINGKATAN	xv
SENARAI SIMBOL	xvi
SENARAI LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENGENALAN	
1.1 Pendahuluan	1
1.2 Latar Belakang Kajian	3
1.3 Penyataan Masalah	7
1.4 Objektif Kajian	10
1.5 Persoalan Kajian	11
1.6 Hipotesis Kajian	12
1.7 Kerangka Teoritikal	12
1.8 Kerangka Konseptual	18
1.9 Skop Kajian	19
1.10 Kepentingan kajian	20
1.10.1 Kepentingan kepada pelajar	20
1.10.2 Kepentingan kepada ibu bapa	21
1.10.3 Kepentingan kepada institusi pengajian tinggi awam	21
1.10.4 Kepentingan kepada agensi kesihatan awam	22
1.11 Definisi dan Istilah	22
1.11.1 Media Sosial	23

1.11.2	Ketagihan Media Sosial	23
1.11.3	Kemurungan	24
1.11.4	Kebimbangan	25
1.11.5	Prestasi Akademik	25
1.11.6	Pelajar Siswazah	26
1.12	Kesimpulan	26
BAB 2	KAJIAN LITERATUR	
2.1	Pendahuluan	27
2.2	Penggunaan Media Sosial	29
2.3	Ketagihan Media Sosial	31
2.4	Teori-Teori Berkaitan	39
2.4.1	Model Biopsikososial	41
2.4.2	Teori Sosiobudaya	44
2.4.3	Teori Perbandingan Sosial	45
2.4.4	Teori Tingkah Laku	46
2.5	Kajian Lepas	48
2.5.1	Hubungan ketagihan media sosial dengan kemurungan	49
2.5.2	Hubungan ketagihan media sosial dengan keseimbangan	56
2.5.3	Hubungan ketagihan media sosial dengan prestasi akademik	61
2.6	Kesimpulan	67
BAB 3	METODOLOGI	
3.1	Pendahuluan	68
3.2	Reka Bentuk Kajian	68
3.3	Populasi dan Sampel Kajian	69
3.4	Instrumen Kajian	72
3.4.1	Bahagian 1: Profil demografi	73
3.4.2	Bahagian 2: SNA (<i>Social Network Addiction</i>)	73
3.4.3	Bahagian 3: DASS (<i>Depression Anxiety Stress</i>)	75

	<i>Scale)</i>	
3.5	Kajian Rintis	79
	3.5.1 Kesahan dan kebolehpercayaan instrumen	80
3.6	Prosedur dan Pengumpulan Data	82
3.7	Analisis Data	83
3.8	Kesimpulan	87
BAB 4	DAPATAN KAJIAN	
4.1	Pendahuluan	89
4.2	Profil Demografi dan Responden	89
	4.2.1 Umur	90
	4.2.2 Jantina	91
	4.2.3 Bangsa	91
	4.2.4 Agama	92
	4.2.5 Tahun pengajian	92
	4.2.6 Fakulti	93
	4.2.7 Kursus	93
	4.2.8 PNGK	96
	4.2.9 Jenis aplikasi media sosial yang digunakan dalam sehari	96
	4.2.10 Lokasi menggunakan media sosial	97
	4.2.11 Kekerapan penggunaan media sosial	97
4.3	Ujian Normaliti	98
4.4	Hubungan Ketagihan Media Sosial dengan Kemurungan, Kebimbangan dan Prestasi Akademik Pelajar Siswazah	99
	4.4.1 Objektif 1: Analisis tahap ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar siswazah	100
	4.4.2 Objektif 2: Analisis tahap kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah	109
	4.4.3 Objektif 3: Analisis tahap kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah	112
	4.4.4 Objektif 4: Analisis tahap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah	114

4.4.5	Objektif 5: Analisis hubungan ketagihan media sosial dengan kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah	115
4.4.6	Objektif 6: Analisis hubungan ketagihan media sosial dengan kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah	117
4.4.7	Objektif 7: Analisis hubungan ketagihan media sosial dengan prestasi akademik pelajar siswazah	119
4.5	Kesimpulan	121

BAB 5 RUMUSAN, PERBINCANGAN, LIMITASI DAN CADANGAN KAJIAN

5.1	Pendahuluan	125
5.2	Rumusan bagi Penemuan Kajian	125
5.3	Perbincangan	128
5.3.1	Objektif 1: Mengenalpasti tahap ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar siswazah	128
5.3.2	Objektif 2: Mengenalpasti tahap kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah	131
5.3.3	Objektif 3: Mengenalpasti tahap kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah	133
5.3.4	Objektif 4: Mengenalpasti tahap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah yang menggunakan media sosial	134
5.3.5	Objektif 5: Mengkaji hubungan ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah	136
5.3.6	Objektif 6: Mengkaji hubungan ketagihan media sosial dengan masalah kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah	138
5.3.7	Objektif 7: Mengkaji hubungan ketagihan media sosial dengan masalah prestasi akademik pelajar siswazah	140
5.4	Limitasi Kajian	141

5.5	Implikasi Kajian	143
5.5.1	Implikasi kepada pelajar	144
5.5.2	Implikasi kepada ibu bapa	144
5.5.3	Implikasi kepada institusi pengajian tinggi awam	145
5.5.4	Implikasi kepada agensi kesihatan awam	145
5.6	Cadangan	146
5.7	Kesimpulan	147
RUJUKAN		149
LAMPIRAN A - E		168-180

SENARAI JADUAL

BIL. JADUAL	TAJUK	MUKA SURAT
Jadual 3.1	Pengiraan bagi Saiz Sampel Setiap Strata	73
Jadual 3.2	Item bagi setiap dimensi SNA	75
Jadual 3.3	Item bagi setiap Skala DASS-21	77
Jadual 3.4	Selang Skor DASS-21	77
Jadual 3.5	Konstruk Item untuk Bahagian 3	78
Jadual 3.6	Selang Skor Konstruk Item Bahagian 3	79
Jadual 3.7	Jumlah Konstruk Item Borang Soal Seldiik Kajian	79
Jadual 3.8	Cronbach's Alpha bagi <i>Social Networking Addiction</i>	81
Jadual 3.9	Cronbach's Alpha bagi DASS	82
Jadual 3.10	Intrepetasi Skor Min	85
Jadual 3.11	Intrepetasi Tahap PNKG Pelajar	85
Jadual 3.12	Pengkelasan Kekuatan Korelasi	86
Jadual 3.13	Analisis dan Ukuran	87
Jadual 4.1	Taburan Responden Mengikut Umur	91
Jadual 4.2	Taburan Responden Mengikut Jantina	92
Jadual 4.3	Taburan Responden Mengikut Bangsa	92
Jadual 4.4	Taburan Responden Mengikut Agama	93
Jadual 4.5	Taburan Responden Mengikut Tahun Pengajian	93
Jadual 4.6	Taburan Responden Mengikut Fakulti	94
Jadual 4.7	Taburan Responden Mengikut Kursus	94
Jadual 4.8	Taburan Responden Mengikut PNGK	97
Jadual 4.9	Taburan Pilihan Aplikasi Media Sosial	97
Jadual 4.10	Taburan Lokasi Penggunaan Media Sosial	98
Jadual 4.11	Taburan Kekerapan Penggunaan Media Sosial	98
Jadual 4.12	Skewness dan Kurtosis	100
Jadual 4.13	Analisis Tahap Ketagihan Media Sosial dalam kalangan Pelajar Siswazah	101

Jadual 4.14	Analisis Tahap Ketagihan Media Sosial (Obsesi Terhadap Rangkaian Media Sosial) Mengikut Item	102
Jadual 4.15	Analisis Tahap Ketagihan Media Sosial (Kurang Kawalan Kendiri Terhadap Penggunaan Rangkaian Media Sosial) Mengikut Item	105
Jadual 4.16	Analisis Tahap Ketagihan Media Sosial (Penggunaan Media Sosial yang Berlebihan) Mengikut Item	107
Jadual 4.17	Rumusan Tahap Ketagihan Media Sosial dalam Kalangan Pelajar Siswazah	109
Jadual 4.18	Analisis Tahap Kemurungan	110
Jadual 4.19	Analisis Tahap Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah Mengikut Item	111
Jadual 4.20	Analisis Tahap Kebimbangan	113
Jadual 4.21	Analisis Tahap Kebimbangan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah Mengikut Item	114
Jadual 4.22	Rumusan Tahap Kemurungan dan Kebimbangan dalam Kalangan Pelajar Siswazah	115
Jadual 4.23	Analisis Tahap Prestasi Akademik dalam Kalangan Pelajar Siswazah yang menggunakan Media Sosial	115
Jadual 4.24	Analisis Ketagihan Media Sosial (Obsesi Terhadap Rangkaian Media Sosial) dengan Masalah Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah	116
Jadual 4.25	Analisis Ketagihan Media Sosial (Kurang Kawalan Kendiri Terhadap Penggunaan Rangkaian Media Sosial) dengan Masalah Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah	117
Jadual 4.26	Analisis Ketagihan Media Sosial (Penggunaan Media Sosial yang Berlebihan) dengan Masalah Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah	117
Jadual 4.27	Analisis Ketagihan Media Sosial (Obsesi Terhadap Rangkaian Media Sosial) dengan Masalah	118

	Kebimbangan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah	
Jadual 4.28	Analisis Ketagihan Media Sosial (Kurang Kawalan Kendiri Terhadap Penggunaan Rangkaian Media Sosial) dengan Masalah Kebimbangan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah	119
Jadual 4.29	Analisis Ketagihan Media Sosial (Penggunaan Media Sosial yang Berlebihan) dengan Masalah Kebimbangan Dalam Kalangan Pelajar Siswazah	120
Jadual 4.30	Analisis Ketagihan Media Sosial (Obsesi Terhadap Rangkaian Media Sosial) dengan Prestasi Akademik Pelajar Siswazah	121
Jadual 4.31	Analisis Tahap Ketagihan Media Sosial (Kurang Kawalan Kendiri Terhadap Penggunaan Rangkaian Media Sosial) dengan Tahap Prestasi Akademik Pelajar Siswazah	121
Jadual 4.32	Analisis Tahap Ketagihan Media Sosial (Penggunaan Media Sosial yang Berlebihan) dengan Tahap Prestasi Akademik Pelajar Siswazah	122
Jadual 4.33	Ringkasan Penemuan Kajian	123

SENARAI RAJAH

BIL. RAJAH	TAJUK	MUKA SURAT
Rajah 1.1	Kerangka Teoritikal	17
Rajah 1.2	Kerangka Konseptual	18
Rajah 3.1	Pengiraan Skor Min	84

SENARAI SINGKATAN

ADI	-	<i>Assessment of Depression Inventory</i>
APA	-	<i>American Psychiatric Association</i>
BDI	-	<i>Beck Depression Inventory</i>
COVID-19	-	<i>Coronavirus Disease 2019</i>
DASS-21	-	<i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
DSM-5	-	<i>Diagnostic & Statistical Manual of Mental Disorders</i>
FABU	-	Fakulti Alam Bina dan Ukuran
FK	-	Fakulti Kejuruteraan
FS	-	Fakulti Sains
FSSK	-	Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan
FOMO	-	<i>Fear of Missing Out</i>
IPTA	-	Institut Pengajian Tinggi Awam
NHMS	-	<i>National Health Morbidity Survey</i>
NIMH	-	<i>National Institute Mental Health</i>
PdPc	-	Proses Pembelajaran dan Pemudahcaraan
PIU	-	Pengguna Internet Patalogi
PKP	-	Perintah Kawalan Pergerakan
PNGK	-	Purata Nilai Gred Kumulatif
SKMM	-	Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia
SMAS	-	<i>Social Media Addiction Scale</i>
SNA	-	<i>Socia Network Addiction</i>
SPSS	-	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
TESL	-	<i>Teaching English as Second Language</i>
UiTM	-	Universiti Teknologi MARA
UKM	-	Universiti Kebangsaan Malaysia
USM	-	Universiti Sains Malaysia
UTHM	-	Universiti Tun Hussein Onn Malaysia
UTM	-	Universiti Teknologi Malaysia
WHO	-	<i>World Health Organization</i>

JADUAL SIMBOL

f	-	Frekuensi
K	-	Kurtosis
M	-	Min
N	-	Jumlah Populasi
n	-	Jumlah sampel
Nf	-	Saiz populasi fakulti bagi setiap strata
nf	-	Saiz sampel fakulti bagi setiap strata
x	-	Darab
r	-	Koefisien korelasi Pearson
R	-	Korelasi antara pembolehubah yang diramah dengan pemboleh ubah bersandar
S	-	Skewness
SP	-	Sisihan Piawai
p, sig	-	Nilai signifikan
>	-	Lebih besar daripada
<	-	Lebih kurang daripada
≥	-	Lebih besar atau sama dengan
±	-	Tanda tambah tolak
%	-	Peratus
=	-	Bersamaan dengan

SENARAI LAMPIRAN

LAMPIRAN	TAJUK	MUKA SURAT
Lampiran A	Lembaran Maklumat dan Borang Persetujuan	174
Lampiran B	Borang Soal Selidik	177
Lampiran C	Borang Pengesahan Pakar	184
Lampiran D	Surat Kebenaran Pengumpulan Data	185
Lampiran E	Statistik yang digunakan untuk pensampelan	186

BAB 1

Pengenalan

1.1 Pendahuluan

Bermula pada abad ke-21, dunia telah menikmati sebuah rangkaian hubungan tanpa sempadan atau disebut sebagai era globalisasi yang mengangkat gelombang siber sebagai satu medium utama dalam komunikasi sosial masyarakat melalui penggunaan alatan komunikasi seperti modem, peranti, telefon pintar, tablet atau komputer yang turut dilengkapi dengan kemudahan internet (*inter-connected*). Statistik daripada Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM), 2020 melalui laporan *Internet Users Survey* telah melaporkan bahawa jumlah pengguna internet pada tahun 2020 adalah sebanyak 88.7% di mana 43.4% daripadanya adalah pelajar yang berumur lingkungan 19 hingga 25 tahun yang juga termasuk di bawah jurang umur bagi kumpulan pelajar institusi pengajian tinggi awam (Kementerian Pengajian Tinggi, 2017). Daripada data statistik yang sama, 74.3% pelajar menggunakan internet untuk mencari maklumat dan 29.7% daripadanya menggunakan internet bagi tujuan pembelajaran.

Kemampuan teknologi internet dalam memudahkan banyak urusan harian telah menggalakkan perkembangan rangkaian media sosial yang lebih menarik dan menjadi pilihan bentuk komunikasi dalam kalangan masyarakat sehingga meletakkan aplikasi media sosial tersebut sebagai pentas utama untuk berinteraksi dan bersosial khususnya bagi golongan pelajar institusi pengajian tinggi awam (IPTA). Walaupun media sosial dibangunkan untuk tujuan komunikasi tetapi penggunaan rangkaian dan aplikasi ini juga sesuai dijadikan sebagai medium pengajaran dan pembelajaran supaya seiring dengan perkembangan teknologi semasa bagi meningkatkan interaksi dan memenuhi keperluan antara golongan pendidik dan pelajar (Sobaih dan Moustafa, 2016; Noorhadi dan Zurinah, 2017). Penggunaan media sosial yang meluas ini turut memberi pengaruh besar dalam proses pembelajaran dan pemudahcaraan (PdPc) di peringkat sekolah sehingga ke peringkat universiti.

Tambahan lagi, penggunaan media sosial dalam proses pembelajaran pelajar IPTA dapat memberi motivasi dan meningkatkan daya tarikan pelajar untuk terlibat dalam proses pembelajaran di bilik kuliah serta menguasai pelbagai ilmu pengetahuan (Noorhadi dan Zurinah, 2017). Selain itu, penggunaan media sosial juga mampu memberi dorongan dan pendedahan kepada pelajar untuk terlibat dengan pembelajaran secara kolaboratif dan sendiri (Eid dan Al-Jabri, 2016).

Dalam konteks pendidikan, pembelajaran kolaboratif ini melibatkan aktiviti PdPc di bawah bimbingan tenaga pengajar secara berkumpulan bagi menggalakkan kerjasama, pertukaran idea dan kemahiran untuk menyelesaikan masalah atau sesuatu projek. Bagi mencapai tujuan tersebut, penggunaan media sosial boleh membantu pelajar untuk mengakses bahan-bahan pembelajaran atau maklumat sedia ada dengan lebih pantas. Pembelajaran sendiri pula sesuai untuk golongan dewasa atau pelajar IPTA bagi membantu proses pembelajaran mereka di dalam atau di luar kampus. Pendekatan sendiri ini menggalakkan pelajar untuk lebih berdikari mencari bahan-bahan rujukan atau pertukaran maklumat secara individu. Gaya pembelajaran menggunakan media sosial ini juga boleh menggalakkan kreativiti dan inovasi dalam kalangan pelajar IPTA bagi menghasilkan tugas yang lebih berkualiti.

Aplikasi media sosial atau pangkalan data yang sering digunakan oleh golongan pelajar untuk menjalani proses pembelajaran termasuklah *Facebook*, *YouTube*, *Twitter*, *WhatsApp*, *e-learning*, *streaming video*, blog, Wiki dan laman sesawang pendidikan dalam talian (Noorhadi dan Zurinah, 2017). Merujuk kepada kajian-kajian tersebut, penggunaan media sosial telah membantu pelajar untuk mencapai proses pembelajaran yang lebih berkesan dan sistematik. Dalam suasana pendidikan di universiti, penggunaan media sosial amat digalakkan kerana kaedah tersebut boleh membantu meningkatkan kefahaman pelajar terhadap pelajaran yang disampaikan oleh pensyarah seterusnya menambahbaik prestasi akademik.

Namun begitu, kesan negatif daripada penggunaan rangkaian siber ini perlu diberi perhatian kerana ia turut memberi impak terhadap pembentukan psikologi pelajar seperti masalah ketagihan, kemurungan dan tindak tanduk kompulsif (Aiken, 2016). Jumlah platform aplikasi media sosial serta tempoh penggunaan media sosial juga dikatakan mempengaruhi kesihatan mental pelajar seperti kemurungan dan

kebimbangan (Rajesh dan Krishna, 2020). Pada masa yang sama, penggunaan media sosial yang berlebihan juga boleh mengganggu kualiti tidur pelajar dan ini menjadi faktor pengantara yang mengaitkan penggunaan media sosial dengan kemurungan dan kebimbangan dalam kalangan pelajar universiti (Kelly, Zilanawala, Booker dan Sacker, 2019; Muhammad, Amirul dan Nurazmallail, 2019).

Tujuan atau motif penggunaan media sosial ini juga boleh mempengaruhi prestasi akademik pelajar (Barry, Sidoti, Briggs, Reiter dan Lindsey (2017). Sekiranya pelajar menggunakan media sosial sebagai satu dorongan untuk meningkatkan motivasi belajar dan bijak mengawal tempoh masa penggunaan, ini boleh memberi impak positif terhadap prestasi akademik mereka. Walau bagaimanapun, sekiranya penggunaan media sosial adalah semata-mata untuk berhibur dan pelajar tidak memperuntukkan waktu untuk belajar, ini akan memberi impak negatif terhadap prestasi akademik dalam kalangan pelajar universiti tersebut (Azizi, Soroush dan Khatony, 2019). Oleh itu, kajian ini bertujuan untuk melihat hubungan penggunaan media sosial dengan gangguan psikologi atau masalah kesihatan mental seperti kemurungan dan kebimbangan serta impak terhadap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah.

1.2 Latar Belakang Kajian

Penggunaan media sosial telah mempengaruhi cara manusia menjalani kehidupan khususnya kepada golongan pelajar (Sheldon, Rauschnabel dan Honeycutt, 2019). Pengaruh media sosial ini bukan sahaja memberi ruang kepada pelajar untuk menjalani aktiviti sosial melalui *Facebook* atau *Youtube* tetapi boleh berkongsi maklumat dan mengikuti pembelajaran secara dalam talian (Eid dan Al-Jabri (2016). Penggunaan *Facebook* bagi tujuan pembelajaran misalnya mampu meningkatkan interaksi dalam kalangan pelajar universiti, memberi kepuasan untuk mendapatkan pelbagai informasi dan bahan-bahan akademik (Ahern, Feller dan Nagle, 2016) serta menguasai tatabahasa dan kosa kata dalam mata pelajaran tertentu seperti Bahasa Inggeris melalui pembacaan pelbagai artikel dalam bahasa tersebut (Chuah, 2013).

Kajian membuktikan bahawa penggunaan media sosial memberi kemudahan kepada pelajar untuk menonton video berkaitan pendidikan, bertukar maklumat tentang subjek yang dipelajari, berinteraksi dengan rakan kuliah dan berbincang dengan pensyarah dalam suasana yang lebih kondusif (Guraya, 2016). Di samping itu, pelajar juga dapat menikmati manfaat penggunaan media sosial melalui gaya pembelajaran kolaboratif, mengadakan perbincangan dalam kumpulan, mengumpulkan *slide presentation* daripada pelajar universiti lain, membuat latihan serta berkongsi pengetahuan secara global (Eid dan Al-Jabri, 2016; Rans, Khayam, Mustafa dan Khan, 2018). Penggunaan media sosial dalam pembelajaran ini juga penting sebagai pusat sumber maklumat akademik (Guraya, Almaramhy, Al-Qahtani, Shaista, Bouhaimed dan Bilal, 2018) bagi memudahkan pelajar universiti melaksanakan tugas kuliah dan menjalankan kajian (Norsiah, Ishak, Syamsyul, Yazam dan Nurin, 2013).

Namun begitu, terdapat kajian yang membuktikan bahawa kemudahan dan tarikan yang wujud daripada penggunaan media sosial ini telah menimbulkan masalah ketagihan dalam kalangan pelajar universiti (Longstreet dan Brooks, 2017; Tang dan Koh, 2017; Faridah, Norliza, Afzamiman dan Hizwan, 2020; Blasco, Cosculluela dan Robres, 2020). Hal ini kerana, media sosial bukan sahaja digunakan untuk tujuan pembelajaran tetapi 95.6% pelajar universiti terlibat dengan aktiviti sosial melalui aplikasi *WhatsApp* dan *Facebook* untuk berinteraksi dengan keluarga dan kenalan (Norsiah et al., 2013; Eid dan Al-Jabri, 2016). Keseronokan daripada penggunaan media sosial ini telah menggalakkan pelajar menghabiskan masa melebihi 4 jam dalam sehari untuk mengakses pelbagai rangkaian media sosial sehingga membentuk tabiat penggunaan yang tinggi sebagai pencetus kepada masalah ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar (Rajesh dan Krishna, 2020; Turel dan Serenko, 2012; Muhammad, et al., 2019; Blasco et al., 2020).

Ketagihan media sosial ini juga dikatakan berpunca daripada perasaan takut ketinggalan atau dikenali sebagai *Fear of Missing Out* (FOMO) sehingga terdapat pelajar yang sanggup tidur bersama telefon pintar bagi memastikan mereka tidak terlepas membaca pesanan ringkas yang masuk pada waktu malam dan tidak ketinggalan dengan sebarang berita, isu atau trend yang semakin tular (Sheldon dan Sykes, 2018). Perasaan ingin dimiliki dan keperluan untuk berasa terkenal melalui

jumlah *Likes*, *Share* dan *Followers* juga telah meningkatkan penggunaan media sosial yang mencetuskan masalah ketagihan dalam kalangan pelajar (Beyens, Frison dan Enggermont, 2016). Selain itu, terdapat juga pelajar yang menjadikan *Facebook* atau *Instagram* sebagai diari untuk meluahkan perasaan serta berinteraksi dengan kawan-kawan melalui *WhatsApp* bagi mengalihkan perhatian mereka daripada beban masalah yang dihadapi (Sheldon dan Bryant, 2016). Perasaan lega dan tenang daripada pelakuan tersebut telah meningkatkan kekerapan penggunaan media sosial serta menimbulkan masalah ketagihan dalam kalangan pelajar universiti (Alavi dan Jannatifard, 2012; Widen, Lindström, Brännback, Huvila dan Nyström, 2015).

Perkara yang paling membimbangkan adalah masalah ketagihan media sosial ini mempunyai kaitan dengan gangguan psikologi atau masalah kesihatan mental iaitu kemurungan dan kebimbangan (Demirci, Akgonul dan Akpinar, 2015; Savci dan Aysan, 2017; Tang dan Koh, 2017; Sheldon et al., 2019; Rajesh dan Krishna, 2020) serta prestasi akademik pelajar (Azizi et al., 2019; Murad, Iskandar, Nuri dan Naseeb, 2016). Ciri-ciri ketagihan dalam kalangan pelajar boleh dikesan melalui tempoh penggunaan masa yang lama dan kekerapan penggunaan aktiviti dalam talian sehingga mengganggu elemen kehidupan lain seperti pendidikan, pembelajaran, hubungan sosial mahupun kesihatan diri secara menyeluruh (Muhammad et al., 2019; Blasco et al., 2020). Buktinya, pelajar yang menghabiskan masa dengan membaca berita yang menakutkan dan komen negatif serta melihat foto percutian dan profil peribadi rakan mengalami perubahan mood seperti rasa cemburu, marah dan sunyi sehingga mengundang kepada masalah kemurungan dan kebimbangan yang lebih parah (Labrague, 2014; Vannucci, Flannery dan Ohannessian, 2017). Jika kita juga meneliti arus perkembangan siber, rangkaian media sosial kini banyak menawarkan pelbagai panduan atau contoh ketokohan melalui watak yang disebut sebagai *influencer*. *Influencer* merujuk kepada pengguna media sosial yang sangat aktif dalam rangkaian media sosial di mana segala tingkah laku dan kehidupannya ditiru dan diikuti oleh masyarakat tanpa memikirkan kesan dan akibat daripada budaya ikutan tersebut (Bauman dan Leoncini, 2018; Blasco et al., 2020). Pengaruh ini boleh mendatangkan kesan buruk kepada pelajar kerana mereka mudah terikut-ikut dengan budaya dan akhlak yang dipamerkan melalui media sosial (Chintya dan Khoiriyah, 2017).

Meskipun segala perkongsian dan aktiviti kehidupan yang ditonjolkan oleh *influencer* di dalam media sosial boleh membangkitkan semangat dan memberi inspirasi kepada pelajar untuk mencontohi kehidupan yang bahagia, kaya dan indah tetapi pendedahan yang berterusan ini mendatangkan perasaan tidak puas hati dengan realiti kehidupan sendiri. Keadaan ini telah mengundang perasaan sunyi dan kemurungan (Ahuja dan Alavi, 2017). Semakin lama dan kerap pelajar menggunakan media sosial untuk mengikuti kehidupan golongan *influencer* ini semakin tinggi perasaan kecewa yang timbul dan mengundang kepada masalah ketagihan media sosial sehingga tercetusnya masalah mental seperti kemurungan dan kebimbangan (Blasco et al., 2020). Ringkasnya, penggunaan media sosial dalam tempoh yang panjang, kekerapan dan tujuan penggunaan media sosial ini mempunyai korelasi positif dengan masalah ketagihan kerana pelajar yang meletakkan sepenuh emosi terhadap media sosial sangat terdedah dengan kemurungan dan kebimbangan apabila mereka berasa terasing dan tertekan jika tidak dapat mengakses media sosial pada waktu yang diinginkan serta berasa terlalu bimbang jika tidak dapat memiliki kehidupan indah seperti yang digambarkan melalui media sosial (Woods dan Scott, 2016; Karim, Oyewande, Abdalla, Ehsanullah dan Khan, 2020).

Dalam konteks pendidikan, sungguhpun statistik membuktikan ramai pelajar universiti menggunakan media sosial bagi tujuan pembelajaran tetapi pengaruh sosial seperti 1) ajakan rakan sebaya untuk melayari laman pornografi (Sharmitha dan Kumar, 2015), 2) ciri-ciri psikologi pelajar *extroverts* yang lebih gemar bersosial (Andreassen dan Pallesen, 2014), 3) keseronokan dan hiburan yang wujud daripada permainan dalam talian (Chaudhari, Menon, Saldanha, Tewari dan Bhattacharya, 2015) serta 4) platform untuk pelajar memuaskan keinginan dan kepuasan diri bagi menghilangkan beban masalah yang dialami, telah menjadi faktor gangguan kepada golongan pelajar daripada memanfaatkan penggunaan media sosial ini untuk tujuan pendidikan yang akhirnya membentuk masalah ketagihan (Ali et al., 2016; Faridah et al., 2020).

Ketagihan media sosial ini memberi kesan kepada prestasi akademik pelajar apabila penggunaan tempoh waktu yang tidak terkawal mendatangkan kesan buruk terhadap kualiti tidur, mencipta tabiat bertanggung dan belajar pada saat akhir peperiksaan serta mendorong kepada pelakuan ponteng kuliah yang akhirnya

menjatuhkan prestasi akademik pelajar universiti tersebut (Faridah et al., 2020; Azizi et al., 2019). Dalam satu kajian, faktor masa memainkan peranan yang penting bagi membendung masalah ketagihan (Bijari, Javadinia, Erfanian, Abedini & Abaassi, 2013). Namun begitu, pelajar yang menghabiskan masa terlalu lama menggunakan media sosial sering mengalami gangguan kesihatan fizikal seperti keletihan, gangguan otot, sakit kepala, penurunan berat badan dan gangguan tidur (Masthi, Pruthvi dan Phaneendra, 2018; Dibb, 2019; Ahmadi dan Zeinali, 2018). Hal ini kerana, tidur yang tidak berkualiti akan merencatkan rembesan hormon serotonin dan melatonin yang boleh meningkatkan tahap tekanan dan kebimbangan pelajar (Ahmadi dan Zeinali, 2018) sehingga memberi impak kepada fungsi rangsangan otak yang melemahkan aktiviti kognitif serta tumpuan pelajar di dalam pembelajaran (Upadhayay dan Guragain, 2017; Faridah et al., 2020).

Berdasarkan penyelidikan tersebut, kebanyakan para pengkaji melihat hubungan ketagihan media sosial dengan pembolehubah kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar secara berasingan. Jurang kajian yang wujud ini telah memberi idea kepada pengkaji untuk menggabungkan kesemua pembolehubah yang berkaitan dalam sebuah kajian yang lebih komprehensif. Sehubungan itu, kajian ini akan meneroka hubungan penggunaan media sosial yang mencetuskan masalah ketagihan dengan isu gangguan psikologi atau gangguan kesihatan mental (kemurungan dan kebimbangan) serta kesan terhadap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah.

1.3 Penyataan Masalah

Media sosial merupakan medium maklumat dan komunikasi yang baik untuk kegunaan kumpulan pelajar siswazah. Terdapat banyak kemudahan yang ditawarkan kepada pelajar melalui penggunaan media sosial antaranya interaksi sosial, mengadakan perbincangan dalam kumpulan pembelajaran, bertukar maklumat tentang subjek yang dipelajari, pembelajaran kolaboratif secara dalam talian melalui suasana yang lebih kondusif, menjadi pusat sumber maklumat akademik untuk melaksanakan tugas kuliah dan menjalankan kajian pendidikan. Namun begitu, penggunaan media sosial ini telah memberi kesan dualiti terhadap pelajar di mana

pada awalnya aktiviti pembelajaran, interaksi, perhubungan dan luahan emosi mungkin dilihat boleh mengurangkan risiko terhadap masalah psikologi minimal tetapi dari aspek yang lain pula penggunaan media sosial ini telah menjejaskan kualiti hubungan sosial sebenar dalam kalangan pelajar.

Masalah utama yang dapat dikenal pasti daripada dualiti penggunaan rangkaian sosial ini adalah ketagihan terhadap media sosial dalam kalangan pelajar universiti. Pelajar yang mengalami masalah ketagihan cenderung menghabiskan masa yang panjang untuk melayari media sosial, mengabaikan peranan dan tanggungjawab utama, mengelak daripada aktiviti sosial di dunia realiti serta berasa gelisah dan cemas jika tidak dapat mengakses media sosial dalam sehari. Implikasi daripada tingkah laku ketagihan ini juga memberi masalah kepada kesihatan fizikal pelajar universiti seperti keletihan mata, sakit kepala, insomnia, perubahan berat badan, keletihan yang serius dan ketegangan otot. Jika gejala ini berterusan dalam tempoh masa yang lama, masalah ketagihan media sosial tersebut boleh mengundang kepada penyakit-penyakit fizikal yang lain.

Kesihatan mental dan fizikal juga merupakan komponen penting dalam konteks kesejahteraan kesihatan bagi setiap pelajar. Kesihatan mental secara khususnya merangkumi kesejahteraan emosi, psikologi dan sosial seseorang pelajar itu. Kesejahteraan mental turut mempengaruhi cara pelajar berfikir, merasa dan mengeluarkan tingkah laku. Pada masa yang sama, kesihatan mental perlu diberi perhatian kerana ia membantu untuk menentukan bagaimana pelajar menangani tekanan, berinteraksi dengan persekitaran dan membuat keputusan yang baik dalam kehidupan (*Centre for Disease Control and Prevention, 2018*). Namun begitu, masalah ketagihan media sosial ini telah mengganggu kesihatan mental dan psikologi pelajar IPTA. *Malaysian Mental Healthcare Performance, 2017* pernah melaporkan sebanyak 29.2% kes penyakit mental di Malaysia adalah melibatkan golongan pelajar yang berusia di antara 16 hingga 19 tahun dan menjadi penyakit kedua tertinggi dalam negara.

Terdahulu, Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (2010) turut melaporkan hampir 42% pelajar IPTA mengalami kemurungan daripada penggunaan internet yang keterlaluan. Dalam laporan yang dikeluarkan oleh *National Institute*

Mental Health, (NIMH, 2021) pula menyatakan bahawa 25.8% golongan pelajar mengalami gangguan mental disebabkan penggunaan yang berlebihan terhadap rangkaian media sosial. Peratusan ini dijangka bertambah seiring dengan perkembangan aplikasi rangkaian media sosial dan boleh mengundang kepada masalah penyakit mental dalam jangka panjang seperti kemurungan dan kebimbangan. Jika masalah kesihatan mental tidak diberi perhatian, ini mencetuskan masalah besar terhadap kesejahteraan penduduk dalam negara kerana pelajar universiti merupakan pelapis kepada tampuk kepimpinan negara pada masa akan datang.

Sebagai pelajar universiti, prestasi akademik juga penting untuk menilai pencapaian pelajar dalam bidang pengajian yang sedang diikuti. Prestasi akademik ini dinilai daripada Purata Nilai Gred Kumulatif (PNGK) pelajar daripada keseluruhan semester. Berdasarkan gred terkumpul itu, pelajar boleh mengenalpasti potensi dan pencapaian mereka sepanjang mengikuti pengajian di universiti berkaitan supaya sebarang kelemahan dapat diperbaiki dan pencapaian dapat dipertingkatkan. Namun begitu, masalah ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar ini bukan sahaja mengundang kepada isu kesihatan mental tetapi turut menjejaskan prestasi akademik dalam kalangan pelajar universiti. Pelajar yang banyak menghabiskan masa melayari laman sosial gagal memperuntukkan waktu yang berfaedah untuk pelajaran sehingga memberi kesan kepada prestasi pembelajaran mereka.

Hal ini kerana, tumpuan yang keterlaluan terhadap penggunaan media sosial telah mencetuskan gejala fizikal seperti keletihan dan gangguan tidur. Keupayaan kognitif pelajar bagi tujuan pembelajaran telah merosot kerana sentiasa berada dalam keletihan dan tidak bertenaga. Prestasi akademik yang terjejas juga mengundang masalah kepada pelajar universiti kerana itu merupakan kayu pengukur terhadap pencapaian pelajar secara peribadi serta menjadi tiket untuk mendapatkan pekerjaan pada masa akan datang. Jika prestasi akademik pelajar merundum, mereka boleh terdedah dengan tekanan akademik dan membawa kepada masalah psikologi yang lain.

Implikasi ke atas prestasi akademik pelajar ini bukan semata-mata mengundang masalah kepada pelajar tetapi melibatkan ibu bapa, tenaga pengajar dan institusi pendidikan. Bagi institusi pendidikan, terdapat sasaran kecemerlangan yang perlu dicapai. Jika prestasi akademik pelajar merosot disebabkan penggunaan media sosial yang keterlaluan, ini menjejaskan reputasi dan imej institusi tersebut. Tenaga pengajar perlu mengemukakan laporan kegagalan pelajar dan ibu bapa juga boleh dipanggil bagi mengenal pasti punca kemerosotan prestasi akademik anak mereka. Kesan ke atas prestasi akademik pelajar ini mendatangkan lebih banyak masalah jika penurunan PNGK pelajar menjejaskan pinjaman pendidikan atau tawaran biasiswa yang diperoleh.

Oleh itu, daripada kenyataan masalah yang dibentangkan, kajian ini perlu dilakukan dengan menggabungkan kesemua pembolehubah yang terlibat iaitu ketagihan media sosial dengan kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar dalam sebuah kajian yang lebih komprehensif bagi mengatasi jurang kajian yang wujud dalam kajian-kajian terdahulu. Selain itu, kajian ini penting bagi melihat korelasi antara penggunaan media sosial yang keterlaluan dengan tahap kesihatan mental seperti kemurungan, kebimbangan serta prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah supaya masalah yang timbul dapat ditangani dan langkah intervensi segera dirangka supaya isu tersebut dapat diselesaikan sebelum keadaan menjadi bertambah buruk.

1.4 Objektif Kajian

Objektif kajian yang dilakukan adalah seperti senarai berikut:

- i. Menenalpasti tahap ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar siswazah;
- ii. Menenalpasti tahap kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah;
- iii. Menenalpasti tahap kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah;

- iv. Mengenalpasti tahap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah yang menggunakan media sosial;
- v. Mengkaji hubungan ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah;
- vi. Mengkaji hubungan ketagihan media sosial dengan masalah kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah; dan
- vii. Mengkaji hubungan ketagihan media sosial dengan masalah prestasi akademik pelajar siswazah.

1.5 Persoalan Kajian

Berikut adalah senarai persoalan kajian yang selari dengan objektif kajian ini:

- i. Apakah tahap ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar siswazah;
- ii. Apakah tahap kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah;
- iii. Apakah tahap kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah;
- iv. Apakah tahap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah yang menggunakan media sosial;
- v. Adakah terdapat hubungan ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah;
- vi. Adakah terdapat hubungan ketagihan media sosial dengan masalah kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah; dan
- vii. Adakah terdapat hubungan ketagihan media sosial dengan masalah prestasi akademik pelajar siswazah.

1.6 Hipotesis Kajian

Bagi mencapai objektif kajian yang dijalankan, beberapa hipotesis nul kajian telah dibangunkan seperti berikut:

H₀₁: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tahap ketagihan media sosial dengan tahap kemurungan dalam kalangan pelajar siswazah.

H₀₂: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tahap ketagihan media sosial dengan tahap kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah.

H₀₃: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tahap ketagihan media sosial dengan tahap prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah.

1.7 Kerangka Teoritik

Umum mengetahui bahawa rangkaian media sosial telah menjadi budaya komunikasi baharu yang digunakan oleh pelajar bagi tujuan interaksi sosial dan pembelajaran. Namun begitu, peningkatan terhadap penggunaan media sosial secara berterusan dan berlebihan telah mewujudkan masalah ketagihan yang mengundang kepada isu kemurungan, kebimbangan dan kesan terhadap prestasi akademik pelajar siswazah. Beberapa teori dapat dikaitkan dengan permasalahan yang ingin dikaji. Masalah ketagihan media sosial boleh dijelaskan melalui Model Biopsikososial yang menghubungkan kaitkan dimensi biologi, sosial dan psikologi sebagai faktor yang mengundang kepada masalah ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar (Dailey, Howard, Roming, Ceballos dan Grimes, 2020). Dalam konteks biologi, aspek usia menjadi pengaruh kepada masalah ketagihan media sosial kerana golongan muda berumur antara 16 hingga 25 tahun dikatakan banyak terlibat dengan aktiviti di dalam talian yang menyeronokkan seperti *Facebook*, *Instagram*, *online gaming* dan sebagainya (Blasco et al., 2020; Azizi et al., 2019). Pendedahan yang berterusan ke atas penggunaan media sosial ini menjadi punca kepada peningkatan risiko ketagihan dalam kalangan pelajar (Muhammad et al., 2019).

Dalam konteks sosial, aspek jantina, kekerapan penggunaan, motif penggunaan dan perbandingan sosial mempengaruhi ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar. Kecenderungan minat terhadap aktiviti media sosial berbeza mengikut jantina. Pelajar lelaki terdedah dengan ketagihan terhadap permainan dalam talian, pornografi atau judi dalam talian manakala pelajar perempuan pula terdedah dengan ketagihan penggunaan *Facebook*, *Whatsapp* dan laman sesawang membeli belah (Andreassen, Pallesen & Griffiths, 2016). Kekerapan menggunakan media sosial juga mendorong kepada masalah ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar. Semakin kerap pelajar mengakses rangkaian aplikasi media sosial semakin tinggi tahap ketagihan mereka (Muhammad et al., 2019; Blasco et al., 2020). Motif pelajar untuk menggunakan media sosial juga mempunyai hubungan dengan ketagihan media sosial di mana pelajar yang ingin rasa dimiliki cenderung mengalami ketagihan media sosial (Barry et al., 2017). Aspek perbandingan sosial juga menjadi pendorong kepada masalah ketagihan media sosial apabila pelajar menilai diri mereka dengan membuat perbandingan kehidupannya dengan kehidupan orang lain. Elemen ini yang membentuk ketagihan pelajar untuk mengakses media sosial secara berterusan.

Dalam konteks psikologi, aspek tekanan, depresi, empati, harga diri dan personaliti mempunyai hubungan dengan ketagihan media sosial. Pelajar yang mengalami tekanan dan depresi menggunakan media sosial sebagai alat untuk mengurangkan tekanan atau lari daripada masalah (Sheldon dan Bryant, 2016). Pelajar yang kurang mempunyai sifat empati lebih gemar mengakses media sosial kerana kurang memahami emosi dan perasaan orang lain dalam interaksi dunia sebenar (Jiao, Wang, Peng dan Cui, 2017). Pelajar yang mempunyai harga diri rendah pula cenderung menggunakan media sosial untuk meningkatkan imej diri dan bersosial (Hawi dan Samaha, 2017) manakala pelajar yang mempunyai sifat kesungguhan dan sistematik dalam personaliti lazimnya mengutamakan tanggungjawab sebenar berbanding aktiviti dalam media sosial yang kurang mendatangkan faedah bagi dirinya (Andreassen dan Pallesen, 2014). Ringkasnya, Model Biopsikososial yang dikembangkan oleh Dailey et al. (2020) ini merumuskan teori ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar adalah merangkumi aspek biologi, sosial dan psikologi.

Teori Sosiobudaya (*Sociocultural Theory*) yang diperkenalkan oleh Lev Vygotsky (1934) menyatakan bahawa perkembangan kognitif manusia terhasil daripada interaksi dinamik antara individu, budaya dan masyarakat. Sebahagian besar daripada perkembangan sosial manusia adalah dipengaruhi oleh persekitaran yang terdiri daripada ibu bapa, guru, sekolah, rakan sebaya, budaya dan perubahan global. Dalam konteks kajian, Teori Sosiobudaya ini menjelaskan tentang bagaimana sistem kepercayaan dan perubahan budaya baharu daripada penggunaan media sosial dalam aspek hubungan sosial dan pembelajaran mempengaruhi proses perkembangan kognitif pelajar. Berdasarkan teori ini, persekitaran sosial yang melibatkan penggunaan media sosial sebagai budaya moden dalam interaksi masyarakat serta perubahan global sebagai bentuk komunikasi baharu di seluruh dunia telah dikaitkan dengan masalah kesihatan mental seperti kemurungan (Seabrook, Kern dan Rickard, 2016; Bernaras, Jaureguizar dan Garaigordobil, 2019).

Hal ini kerana, kebanyakan aktiviti interaksi sosial, komunikasi, perkongsian aktiviti peribadi, menghantar pesanan dan berkongsi pengetahuan telah dilakukan melalui penggunaan media sosial tanpa mengira masa dan jarak (Sawyer dan Chen, 2012). Kecenderungan penggunaan media sosial tanpa kawalan masa oleh ibu bapa ini telah meningkatkan kekerapan penggunaan media sosial dalam kalangan pelajar. Semakin lama dan kerap pelajar melayari laman sosial ini semakin kerap mereka terdedah dengan perubahan emosi yang berlaku sehingga mengundang kepada masalah kemurungan. Sebagaimana yang telah dijelaskan, perubahan emosi ini terjadi apabila pelajar banyak terdedah dengan berita yang menakutkan, komen-komen negatif, melihat foto percutian dan profil peribadi rakan serta terikut-ikut dengan budaya kehidupan *influencer* sehingga mengalami perubahan mood seperti rasa cemburu, kecewa, marah dan sunyi yang mengundang kepada masalah kemurungan (Labrague, 2014; Vannucci, Flannery dan Ohannessian, 2017; Ahuja dan Alavi, 2017; Blasco et al., 2020).

Oleh itu, berdasarkan Teori Sosiobudaya ini, ibu bapa sebagai faktor sosial juga memainkan peranan untuk mengawal penggunaan media sosial yang telah menjadi faktor budaya moden baharu masyarakat bagi tujuan mengurangkan risiko pelajar terdedah dengan masalah kemurungan. Kajian juga telah membuktikan bahawa tahap kawalan yang lemah daripada pihak ibu bapa terhadap penggunaan

media sosial mempunyai hubungan dengan masalah kemurungan dalam kalangan pelajar (Yap, Pilkington, Ryan dan Jorm, 2014; Jaureguizar, Bernaras, Bully dan Garaigordobil, 2018).

Kebimbangan dalam kalangan pelajar pula boleh dijelaskan melalui Teori Perbandingan Sosial (*Social Comparison Theory*) yang diasaskan oleh Leon Festinger (1954). Menurut teori ini, manusia mempunyai dorongan semula jadi untuk menentukan nilai dan peribadi sendiri dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain dari aspek kekayaan, kejayaan, kecantikan, bentuk tubuh badan, kepintaran dan sebagainya. Terdapat tiga jenis perbandingan sosial iaitu 1) Perbandingan sosial ke atas: manusia membandingkan diri dengan orang lain yang lebih baik daripada dirinya sehingga menimbulkan rasa rendah diri, 2) Perbandingan sosial ke bawah: manusia membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap buruk sehingga menimbulkan rasa bangga; dan 3) Perbandingan sosial lateral: manusia membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap sama tahap seperti rakan sebaya.

Golongan pelajar khususnya cenderung menjadikan daya tarikan, populariti, kemahiran sukan atau bakat seni sebagai asas dalam perbandingan sosial (Vogel, Rose, Robert dan Eckles, 2014). Meskipun perbandingan ini boleh memberi inspirasi dan motivasi kepada pelajar untuk berusaha serta memperbaiki kelemahan diri tetapi keadaan ini telah menimbulkan perasaan cemburu, sedih, harga diri rendah dan gangguan keseimbangan apabila mereka membuat 'perbandingan sosial ke atas' iaitu membandingkan diri dengan ikon atau tokoh yang lebih hebat daripada dirinya seperti selebriti atau *influencer* di dalam media sosial (White, Langer, Yariv dan Welch, 2006). Kajian turut membuktikan bahawa 'perbandingan sosial ke atas' di dalam rangkaian media teknologi ini mempunyai hubungan dengan gejala keseimbangan dan kemurungan terutamanya dalam kalangan pelajar perempuan (Nesi dan Prinstein, 2015).

Hal ini kerana, pelajar sering menghabiskan masa di laman media sosial untuk mengemaskini profil dan hantaran pada setiap waktu apabila berasa tidak puas hati melihat profil peribadi, foto rakan sebaya, aktiviti sosial yang menyeronokkan atau sebarang perkongsian pencapaian dan prestasi dalam kehidupan rakan-rakan

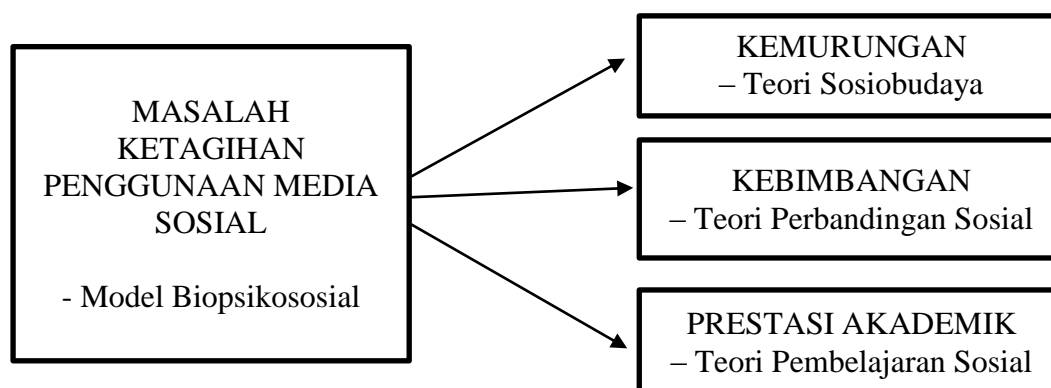
yang telah dimuat naik. Keadaan ini telah meningkatkan risiko ketagihan terhadap penggunaan media sosial serta membentuk perasaan takut dan cemas apabila melihat kehidupan orang lain lebih baik berbanding kehidupannya (Dailey et al., 2020). Pendek kata, Teori Perbandingan Sosial ini menjelaskan tentang pembentukan perasaan gelisah, cemas dan bimbang kerana pelajar berasa tidak sempurna dan tidak memenuhi standard kehidupan seperti yang digambarkan dalam media sosial atau tidak cukup berbakat untuk mencapai sesuatu impian dan cita-cita sebagaimana orang lain sehingga mengundang kepada gangguan kebimbangan.

Implikasi penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik pelajar pula dapat dihuraikan melalui Teori Pembelajaran Sosial (*Social Learning Theory*) yang diperkenalkan oleh Albert Bandura (1977). Bandura menekankan bahawa faktor persekitaran dan kognitif adalah saling berinteraksi dan menjadi pengaruh besar terhadap proses pembelajaran dan tingkah laku manusia. Pelajar mempelajari sesuatu perkara melalui pemerhatian, model, meniru tingkah laku, sikap serta tindak balas emosi daripada individu lain. Berdasarkan teori ini, Bandura menjelaskan bahawa proses perantaraan pembelajaran itu berlaku melalui rangsangan dan tindak balas di mana tingkah laku yang dikeluarkan oleh seseorang pelajar itu adalah dipelajari daripada persekitaran melalui pemerhatian. Teori Pembelajaran Sosial melihat seseorang individu itu mempunyai kesedaran sendiri, mengatur dan mengawal pembelajaran serta membentuk usaha sendiri dalam proses pembelajaran. Oleh itu, kemahiran belajar hanya boleh diperoleh sekiranya penggunaan media sosial yang dilihat, ditiru dan dipelajari daripada model persekitaran itu adalah bagi tujuan akademik (Boahene, Fang dan Sampong, 2019). Sebaliknya, jika pelajar menggunakan media sosial secara berlebihan kerana terikut-ikut dengan trend semasa sehingga membentuk masalah ketagihan, keadaan ini boleh memberi kesan negatif kepada prestasi akademik pelajar IPTA (Gabre, 2012).

Hal ini kerana penggunaan media sosial yang tidak terkawal boleh mengurangkan peruntukan waktu untuk belajar. Penggunaan media sosial yang terlalu lama akan mengakibatkan pelajar tidak cukup rehat, mengalami gangguan tidur dan keletihan sehingga memberi kesan terhadap tumpuan dan pembelajaran mereka. Gangguan tidur ini akan memberi impak kepada keupayaan kognitif pelajar serta mengurangkan rembesan serotonin dan melatonin yang menjadi punca kepada

peningkatan tahap tekanan dan kebimbangan (Bijari et al., 2013; Ahmadi dan Zeinali, 2018). Kajian juga telah membuktikan bahawa kadar kemurungan dalam kalangan pelajar semakin meningkat disebabkan kecenderungan terhadap tingkah laku ketagihan media sosial ini.

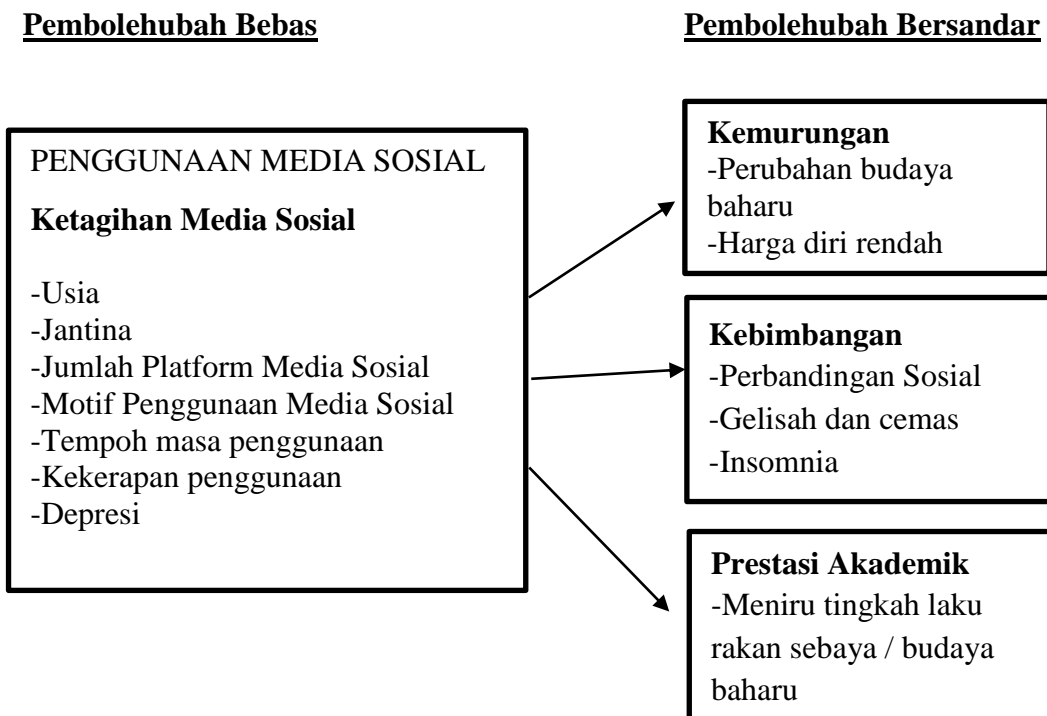
Berdasarkan teori-teori yang dibincangkan, kajian ini merumuskan kerangka teoritikal seperti Rajah 1.1. Secara ringkasnya masalah ketagihan penggunaan media sosial boleh dihuraikan melalui Model Biopsikososial yang merangkumi dimensi biologi, sosial dan psikologi sebagai faktor penggalak kepada masalah ketagihan yang dialami oleh pelajar IPTA. Teori Sosibudaya pula menghuraikan tentang kewujudan penggunaan rangkaian media sosial yang menjadi budaya baharu dalam masyarakat sehingga menggalakkan penggunaan secara berlebihan sehingga mengundang kepada masalah ketagihan media sosial yang mencetuskan isu kemurungan dalam kalangan pelajar. Teori Perbandingan Sosial pula menghuraikan tentang sikap pelajar yang membuat perbandingan diri dengan kehidupan orang lain (*influencer* atau rakan sebaya) yang lebih hebat sehingga menimbulkan perasaan bimbang dan takut jika mereka tidak dapat mencapai standard kehidupan yang telah digambarkan dalam media sosial pada masa akan datang. Teori Pembelajaran Sosial pula menghuraikan tentang pengaruh penggunaan media sosial yang dipelajari, diperhatikan, ditiru dan diadaptasi daripada persekitaran sosial sehingga membentuk masalah ketagihan yang memberi kesan kepada prestasi akademik pelajar.



Rajah 1.1: Kerangka Teoritikal

1.8 Kerangka Konseptual

Konsep yang diketengahkan bagi kajian ini juga boleh digambarkan sebagaimana yang dibentangkan dalam Rajah 1.2. Merujuk kepada Rajah 1.2, penggunaan media sosial merupakan pembolehubah bebas yang merangkumi ketagihan media sosial sebagai elemen yang wujud daripada penggunaan media sosial tersebut. Daripada masalah ketagihan media sosial ini aspek usia, jantina, jumlah platform, motif penggunaan, tempoh masa, kekerapan penggunaan dan isu depresi menjadi konstruk di bawah ketagihan media sosial yang akan dikaji untuk melihat hubungannya dengan pembolehubah bersandar yang terdiri daripada kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar. Di bawah isu kemurungan, perubahan budaya baharu seperti trend penggunaan media sosial dalam kalangan pelajar dilihat mempunyai kaitan dengan masalah ketagihan media sosial yang berpunca dari faktor kekerapan penggunaan dan perasaan harga diri yang rendah.



Rajah 1.2: Kerangka Konseptual

Bagi masalah kebimbangan pula, sikap membuat perbandingan diri telah mencetuskan rasa gelisah dan cemas dalam kalangan pelajar apabila mereka membandingkan kehidupan realiti dengan kehidupan yang digambarkan dalam media sosial. Penggunaan media sosial dalam tempoh masa yang panjang juga meningkatkan masalah kemerosotan kualiti tidur pelajar dan mengakibatkan ketidakstabilan hormon yang kemudiannya mengundang kepada masalah kebimbangan dengan gejala panik dan kegelisahan. Di bawah pemboleh ubah prestasi akademik pula, pengkaji melihat sikap ikut-ikutan atau meniru trend dan budaya baharu penggunaan media sosial ini telah meningkatkan kekerapan penggunaan media sosial yang mengakibatkan masalah ketagihan sehingga menjejaskan pencapaian akademik pelajar. Bagi membangunkan konstruk kajian, pengkaji mengadaptasi skala *Social Network Addiction* (SNA) bagi melihat hubungan penggunaan media sosial dengan masalah kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar siswazah. Manakala tahap kemurungan dan kebimbangan dalam kalangan pelajar siswazah pula diadaptasi daripada ujian saringan DASS-21 atau (*Depression Anxiety Stress Scale*) yang boleh menilai tahap kesihatan mental seseorang pelajar itu.

1.9 Skop Kajian

Kajian ini dilakukan bagi meneroka hubungan penggunaan media sosial dengan kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar siswazah. Sebagaimana yang kita ketahui, penggunaan media sosial ini boleh memberi pelbagai implikasi positif dan negatif kepada pelajar. Namun begitu, isu yang ingin diketengahkan daripada penggunaan media sosial ini adalah masalah ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar siswazah. Daripada trend media sosial tersebut, pengkaji ingin melihat kesan penggunaannya terhadap aspek kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik mereka. Fokus kajian ini juga tertumpu kepada kumpulan pelajar siswazah tahun 1 hingga 4 di universiti awam Malaysia. Data yang diperolehi adalah daripada maklum balas yang dikemukakan oleh pelajar melalui instrumen soal selidik yang diberikan. Pengkaji kemudiannya mengumpulkan kesemua data tersebut menggunakan soal selidik yang diedar secara dalam talian.

1.10 Kepentingan Kajian

Kajian ini penting bagi melihat hubungan di antara ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar. Faedah yang diperoleh daripada hasil kajian ini boleh menjadi rujukan kepada golongan pelajar siswazah, ibu bapa, tenaga pengajar, institusi pendidikan dan agensi kesihatan awam.

1.10.1 Kepentingan kepada pelajar

Daripada kajian ini, kita boleh meneroka kehadiran masalah ketagihan dan mengukur tahap ketagihan pelajar terhadap penggunaan media sosial. Perkara ini penting kerana masalah ini boleh memberi implikasi kepada kesihatan mental dan prestasi akademik pelajar. Kesihatan mental adalah sama penting dengan kesihatan fizikal. Oleh itu, peningkatan kes penyakit mental dalam kalangan pelajar yang berpunca daripada penggunaan media sosial ini wajar dibendung sebelum keadaan yang lebih buruk berlaku. Daripada maklumat tahap kemurungan dan kebimbangan yang diperoleh, risiko pendedahan terhadap penyakit mental dapat dikurangkan dan membentuk kesedaran yang jelas kepada golongan pelajar siswazah untuk membuat kawalan sendiri berkaitan penggunaan media sosial ini.

Daripada kajian ini juga, pelajar dapat mengenal pasti kesan dan kemudahan yang wujud daripada penggunaan rangkaian media sosial sekiranya digunakan dalam tempoh dan kekerapan yang tinggi. Kajian ini juga penting untuk memberi kesedaran kepada pelajar siswazah tentang peranan mereka sebagai golongan pelajar untuk memberi keutamaan penggunaan media sosial bagi tujuan akademik supaya prestasi mereka tidak terjejas pada masa akan datang. Selain itu, langkah-langkah intervensi yang sesuai juga dapat dilaksanakan sekiranya didapati tahap ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar tinggi serta boleh mengurangkan risiko masalah mental seperti kemurungan dan kebimbangan. Pada masa yang sama, prestasi akademik pelajar siswazah juga dapat diperbaiki.

1.10.2 Kepentingan kepada ibu bapa

Kajian ini juga penting sebagai rujukan kepada golongan ibu bapa untuk mengesan tahap ketagihan pelajar siswazah terhadap media sosial. Pada masa yang sama, ibu bapa boleh membuat pemantauan terhadap kesihatan mental dan prestasi akademik pelajar agar tidak terjejas teruk berikutan ketagihan penggunaan media sosial ini. Peranan ibu bapa juga amat penting dalam persekitaran pembelajaran sosial pelajar supaya kawalan dan perhatian dapat diberikan kepada golongan pelajar yang amat memerlukan bimbingan.

Selain itu, kajian ini boleh membentuk kesedaran dalam kalangan ibu bapa supaya dapat memperuntukkan masa yang berkualiti bersama pelajar pada waktu terluang dan sentiasa mendekati golongan ini yang sememangnya terdedah dengan pelbagai cabaran dan pengaruh rakan sebaya di dalam dunia realiti mahupun alam siber. Kajian ini juga penting sebagai langkah pengesanan awal sekiranya masalah ketagihan, kemurungan, kebimbangan dan kesan terhadap prestasi akademik pelajar dikenal pasti sebelum situasi tersebut menjadi bertambah buruk.

1.10.3 Kepentingan kepada institusi pengajian tinggi awam

Kumpulan tenaga pengajar dan institusi pendidikan juga boleh mendapat manfaat daripada kajian ini. Sebagai faktor penyokong yang turut mempengaruhi persekitaran sosial dan proses pembelajaran pelajar, tenaga pengajar serta institusi pendidikan boleh memainkan peranan dengan mengatur atau menyediakan kempen-kempen kesedaran terhadap penggunaan media sosial yang lebih berhemah dan terkawal dalam kalangan pelajar. Perkara ini penting kerana prestasi akademik pelajar menjadi salah satu elemen utama dalam mengekalkan imej dan reputasi tenaga pengajar serta institusi pendidikan tersebut.

Pada masa yang sama, pihak universiti perlu akur tentang keperluan dan kemudahan yang wujud melalui perkembangan rangkaian media sosial ini. Manfaat yang wujud daripada kemudahan teknologi ini tidak wajar dinafikan. Namun begitu, tenaga pengajar dan institusi pendidikan boleh menjadi contoh atau model kepada

golongan pelajar untuk mengambil manfaat daripada kemudahan media sosial sebagai alat bantu mengajar dalam proses pembelajaran dan tidak semata-mata digunakan untuk keseronokan, hiburan dan interaksi sosial. Kajian ini juga penting sebagai sumber rujukan bagi kumpulan tenaga pengajar dan institusi pendidikan bagi mengenal pasti pendekatan atau intervensi yang sesuai dalam mengatasi masalah ketagihan, kemurungan, kebimbangan dan kesan prestasi akademik pelajar daripada penggunaan media sosial tersebut.

1.10.4 Kepentingan kepada agensi kesihatan awam

Kajian ini juga penting sebagai rujukan kepada agensi kesihatan awam yang berfungsi untuk memantau tahap kesihatan fizikal dan mental masyarakat terutamanya golongan pelajar universiti. Maklumat berkaitan tahap kesihatan mental dalam kalangan pelajar boleh dijadikan kayu pengukur untuk pakar kesihatan awam menawarkan lebih banyak perkhidmatan berkaitan kaunseling, rundingan motivasi, terapi kognitif atau rawatan terhadap penyakit mental yang dialami secara aktif dan berkala.

Daripada hasil kajian ini, pakar dan agensi kesihatan awam boleh menyediakan pelbagai bentuk kemudahan dan rawatan bagi mengurangkan risiko penyakit mental dalam kalangan pelajar yang bakal menjadi pelapis kepada tampuk kepimpinan negara pada masa akan datang. Kajian ini juga penting kepada kumpulan penyelidik dalam bidang kesihatan awam bagi memperbaiki limitasi kajian untuk melihat kesan ketagihan penggunaan media sosial terhadap populasi pelajar sekolah pula.

1.11 Definisi dan Istilah

Berikut adalah definisi konsep dan istilah operasi yang perlu difahami dan digunakan dalam kajian ini.

1.11.1 Media sosial

Perkhidmatan rangkaian sosial atau dikenali sebagai media sosial merupakan platform dalam talian yang digunakan oleh para pengguna media sosial untuk membina hubungan sosial dengan individu lain yang mempunyai minat peribadi, karier, aktiviti, latar belakang atau kehidupan realiti yang sama (Obar dan Wildman, 2015). Media sosial juga merujuk kepada laman sesawang yang membolehkan profil peribadi individu dibangunkan sebagai salah satu aktiviti riadah bersama pengguna media sosial yang lain (Sims, Wolf dan Yang, 2017).

Di antara rangkaian aplikasi media sosial yang terkenal secara global ialah *Facebook, Instagram, Tencent QQ, WeChat, QZone, Skype, Viber, Line, Reddit, Foursquare, Flickr, Quora, Vimeo, Twitter, WhatsApp, Telegram, BigoLive, TikTok, YouTube, LinkedIn, Tumblr, Snapchat, Pinterest* dan banyak lagi. Berdasarkan konteks di dalam kajian ini, penggunaan media sosial adalah merujuk kepada rangkaian aplikasi yang terkenal dalam budaya masyarakat di Malaysia seperti *Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp, Telegram, Tik Tok* dan *YouTube* yang turut menyediakan kemudahan untuk interaksi sosial, permainan video dalam talian, mencari maklumat dan bagi tujuan akademik dalam kalangan pelajar siswazah di IPTA.

1.11.2 Ketagihan media sosial

Ketagihan merujuk kepada suatu keadaan kompleks yang melibatkan masalah fungsi otak disebabkan oleh penggunaan bahan atau subjek kompulsif yang memudaratkan. Individu yang mempunyai masalah ketagihan mempunyai kecenderungan yang kuat untuk menggunakan bahan tertentu seperti alkohol atau ubat-ubatan supaya dapat mengalihkan perhatian mereka daripada masalah kehidupan. Walaupun individu tahu penggunaan bahan tersebut memberi kesan yang buruk, tetapi mereka tetap menggunakannya (*American Psychiatric Association / APA, 2020*).

Masalah ketagihan yang telah dikategorikan di bawah *Diagnostic & Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)* adalah ketagihan alkohol, judi dan internet. Dalam konteks kajian ini, ketagihan media sosial didefinisikan sebagai ketagihan penggunaan internet sebagaimana yang telah disyorkan oleh APA (2020). Ketagihan media sosial merupakan kecanduan tingkah laku yang merujuk kepada sikap terlalu obses terhadap penggunaan aplikasi media sosial, mempunyai dorongan atau desakan yang tidak terkawal untuk menggunakan media sosial serta menghabiskan tempoh masa yang panjang untuk menggunakan media sosial sehingga menjejaskan urusan dan tanggungjawab harian yang lebih utama (Hilliard dan Parisi, 2020). Di dalam kajian ini, pengkaji akan mengukur tahap ketagihan media sosial dalam kalangan pelajar siswazah di IPTA dengan menggunakan instrumen *Social Network Addiction (SNA)*.

1.11.3 Kemurungan

Kemurungan merupakan gangguan kesihatan yang melibatkan kesedihan, kehilangan minat atau nikmat, perasaan bersalah atau harga diri yang rendah, gangguan tidur, hilang selera makan, berasa letih dan tumpuan yang lemah (WHO, 2017). Menurut APA (2020), kemurungan telah dicatat sebagai penyakit mental di bawah DSM-5 yang memberi kesan negatif kepada perasaan, cara berfikir dan tindak balas terhadap situasi sehingga mengganggu fungsi di tempat kerja, di sekolah atau di rumah.

Secara terperinci, gejala kemurungan adalah melibatkan perasaan sedih, perubahan mood, tekanan emosi, hilang keseronokan, penurunan atau kenaikan berat badan, kurang atau terlalu banyak tidur, terlalu letih, tidak mampu duduk diam, pergerakan dan pertuturan yang perlahan, rasa tiada harga diri, rasa bersalah, pemikiran mati atau bunuh diri yang sekurang-kurangnya berlaku dalam tempoh 2 minggu. Di dalam kajian ini, pengkaji akan mengkaji hubungan di antara penggunaan media sosial yang melibatkan ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan menggunakan ujian saringan DASS-21 atau (*Depression Anxiety Stress Scale*) untuk menilai tahap kemurungan pelajar siswazah di IPTA.

1.11.4 Kebimbangan

Merujuk kepada DSM-5, kebimbangan merupakan gangguan mental yang melibatkan kerisauan, kegelisahan dan ketakutan yang berlebihan. Individu yang mengalami kebimbangan sering mengalami ketegangan otot serta gemar mengelak situasi yang membuatkan ia berasa cemas. Keadaan ini berlaku kerana individu yang mengalami masalah kebimbangan sentiasa memikirkan dan menjangkakan perkara buruk yang berlaku pada masa hadapan.

Apabila keadaan ini berlaku secara berterusan, sistem saraf *fight and flight* pada otak menjadi sensitif terhadap sebarang bentuk ancaman sehingga tidak boleh membezakan di antara ancaman sebenar atau imaginasi. Tingkah laku sebegini membuatkan individu sentiasa berada dalam perasaan panik dan cemas sehingga mengganggu fungsi kehidupan sehariannya. Di dalam kajian ini, pengkaji akan mengkaji hubungan penggunaan media sosial yang melibatkan elemen ketagihan media sosial dengan tahap kebimbangan pelajar siswazah IPTA menggunakan ujian saringan yang sama iaitu DASS-21.

1.11.5 Prestasi akademik

Prestasi akademik diukur daripada gred akhir yang diperoleh dalam kursus yang diambil oleh pelajar (Elmore, Young, Harris dan Mason, 2017). Prestasi akademik merujuk kepada laporan Purata Mata Nilai Gred (PNGK) pada setiap semester pembelajaran. PNGK telah digunakan oleh kebanyakan institusi pengajian tinggi sebagai ukuran ringkasan prestasi akademik pelajar siswazah mahupun pascasiswazah. PNGK merupakan ukuran yang lebih baik kerana memberi pandangan yang lebih besar tentang tahap prestasi relatif individu dan kumpulan pelajar yang berbeza (Maslin dan Selisa, 2015). Di dalam kajian ini, pengkaji akan melihat hubungan penggunaan media sosial yang melibatkan ketagihan media sosial dengan prestasi akademik pelajar siswazah IPTA.

1.11.6 Pelajar siswazah

Pelajar siswazah merujuk kepada kumpulan mahasiswa dan mahasiswi yang sedang mengambil diploma atau ijazah pertama di sesebuah institusi pendidikan tinggi swasta atau awam. Dalam kajian ini, sasaran kajian adalah tertumpu kepada kumpulan pelajar siswazah yang sedang mengikuti pengajian sarjana muda di IPTA bagi melihat hubungan penggunaan media sosial yang melibatkan ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar.

1.12 Kesimpulan

Ringkasnya, kajian ini adalah untuk melihat hubungan antara ketagihan media sosial dengan masalah kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar siswazah. Memandangkan penggunaan media sosial telah menjadi budaya baharu yang semakin menular dalam kalangan masyarakat di seluruh dunia, kemudahan rangkaian sosial yang ditawarkan bukan sahaja memberi kesan positif tetapi turut melibatkan implikasi negatif seperti isu kemurungan dan kebimbangan yang juga merupakan bentuk gangguan psikiatri.

Prestasi akademik juga penting bagi golongan pelajar, ibu bapa, kumpulan pendidik dan institusi pendidikan kerana ia menjadi asas pentaksiran kepada tahap pencapaian bidang pendidikan di negara Malaysia secara keseluruhan. Tahap pendidikan yang dimaksudkan ini termasuklah penguasaan pelajar dalam kemahiran kognitif, kemahiran sosial, kemahiran psikomotor, kemahiran hidup, kemahiran komunikasi, pemikiran kritis, pendidikan teknologi maklumat dan multimedia, keusahawanan, kepimpinan, etika dan lain-lain. Oleh itu, kajian ini penting bagi melihat hubungan penggunaan media sosial dengan tahap kemurungan, kebimbangan dan prestasi akademik pelajar di IPTA secara khususnya.

RUJUKAN

- Ahmadi, J., & Zeinali, A., (2018). 'The Impact of Social Network Addiction on Academic Achievement of Students: The Mediating Role of Sleep Quality, Academic Procrastination and Academic Stress'. *Research in School and Virtual Learning*. 6(2), 21-32. <https://doi:10.30473/ETL.2018.5138>
- Ahern, L. A., Feller, J. & Nagle, T. (2016) Social media as a support for learning in universities: an empirical study of Facebook Groups. *Journal of Decision Systems*. 25. 35-49. <https://doi:10.1080/12460125.2016.1187421>.
- Alnjadat, R., Hmadi, M. M., Samha, T. E., Kilani, M. M., & Hasswan, A. M. (2019). 'Gender variations in social media usage and academic performance among the students of University of Sharjah'. *Journal of Taibah University Medical Sciences*. 14(4):390–394. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2019.05.002>.
- Ahuja, V., & Alavi, S., (2017). 'Cyber psychology and cyber behaviour of adolescents-the need of the contemporary era'. *Procedia Computer Science*, 122, 671-676. doi: <https://10.1016/j.procs.2017.11.422>
- Aiken, M.P. (2016) *The Cyber Effect*, Random House, Spiegel & Grau.
- Ainin, S., Naqshbandi, N. M., Moghavvemi, S., & Jaafar, N. I., (2015). Facebook usage, socialization and academic performance. *Computers & Education*, 83, 64-73. <https://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2014.12.018>
- Alavi, S. S., & Jannatifard, F. (2012). Internet addiction Definitions. Dimensions, Diagnosis: Isfahan University of Medical Science (Persian).
- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D., & R. Wadman. (2019) 'The role of sources of social support on depression and quality of life for university students'. *International Journal of Adolescence and Youth*. 24(4), 484-496, <https://doi:10.1080/02673843.2019.1568887>
- American Psychiatric Association (APA). (2020) What Is a Substance Use Disorder? <https://www.psychiatry.org/patients-families/addiction/what-is-addiction>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S. & Griffiths, M. D., (2016). 'The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey'. *Addictive Behaviors*. 64, 287-293. <https://doi:10.1016/j.addbeh.2016.03.006>

- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S., (2016). 'The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study'. *Psychology of addictive behaviors: Journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*. 30(2): 252-62. [https://doi: 10.1037/adb0000160](https://doi.org/10.1037/adb0000160)
- Andreassen, C. S., & Pallesen, S., (2014). 'Social network site addiction – an overview'. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053-61. [https://doi: 10.2174/13816128113199990616](https://doi.org/10.2174/13816128113199990616)
- Al-Yafi, K., El-Masri, M., & Tsai, R., (2018) 'The effects of using social network sites on academic performance: the case of Qatar'. *Journal of Enterprise Information Management*. 31(3): 446-462. [https:// doi: 10.1108/JEIM-08-2017-0118](https://doi.org/10.1108/JEIM-08-2017-0118)
- Asare, M.(2015). Sedentary Behaviour and Mental Health in Children and Adolescents: A Meta-analysis. *Journal of Child & Adolescent Behavior*, 3(6), 1-10. [https://doi:10.4172/2375-4494.1000259](https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000259)
- Azizi, S. M., Soroush, A., & Khatony, A., (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, 7(28). doi: <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0305-0>
- Bandura, A. (1997) *Self-Efficacy: The Exercise of Control*; Freeman.
- Banjanin, N., Banjanin, N., Dimitrijevic, I., & Pantic, I. (2015). Relationship between internet use and depression: focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 43, 308-312.
- Barker, V. (2009). 'Older adolescents' motivations for social network site use: the influence of gender, group identity, and collective self-esteem'. *Cyberpsychology and behavior: the impact of Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*. 12(2): 209-13. [https:// doi:10.1089/cpb.2008.0228](https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0228)
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R. & Lindsey, R. A., (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 61, 1-11. [https://doi: 10.1016/j.adolescence.2017.08.005](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.005)

- Bauman, Z., & Leoncini, T. (2018) *Born Liquid; Transformation in the 3rd Millenium*. Polity Press: Cambridge.
- Bernaras, E., Jaureguizar, J., & Garaigordobil, M., (2019). 'Child and Adolescent Depression: A Review of Theories, Evaluation Instruments, Prevention Programs, and Treatments'. *Frontiers in Psychology*. 10: 543. [https://doi: 10.3389/fpsyg.2019.00543](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00543)
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S., (2016). 'I don't want to miss a thing: Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress'. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8. [https://doi: https://10.1016/j.chb.2016.05.083](https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.083)
- Bijari, B., Javadinia, S. A., Erfanian, M., Abedini, M., & Abassi, A., (2013). 'The impact of virtual social networks on students' academic Achievement in Birjand University of Medical Sciences in East Iran'. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 83, 103-106. doi: [https://doi: 10.1016/j.sbspro.2013.06.020](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.020)
- Błachnio, A. & Przepiorka, A. & Rudnicka, P. (2016). 'Narcissism and self-esteem as predictors of dimensions of Facebook use. *Personality and Individual Differences*'. 90. 296-301. [http://doi:10.1016/j.paid.2015.11.018](http://doi.org/10.1016/j.paid.2015.11.018).
- Blasco R. K., Cosculluela. C. L. & Robres, A.Q., (2020). *Social Network Addiction and Its Impact on Anxiety Level among University Students*. Department of Science Education, University of Zaragoza
- Boahene, K.O., Fang, J., & Frank Sampong, F. *Social Media Usage and Tertiary Students' Academic Performance: Examining the Influences of Academic Self-Efficacy and Innovation Characteristics*, MDPI, Open Access Journal. 2019. 11(8), 1-17
- Brailovskaia, J., Margraf, J., & Kollner, V., (2019). Addicted to Facebook? Relationship between Facebook Addiction Disorder, duration of Facebook use and narcissism in an inpatient sample. *Psychiatry research*. 273: 52-57. [https:// doi:10.1016/j.psychres.2019.01.016](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.01.016)
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wolfling, K., & Potenza, M. N., (2016). 'Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model'.

- Neuroscience and biobehavioral reviews. 71: 252-266.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.06.033>
- Cana, L. & Kayab, N. Social networking sites addiction and the effect of attitude towards social network advertising; *Procedia. Social and Behavioral Sciences* 235. 2016. 484 – 492
- Center for Disease Control and Prevention. (26 Januari 2018). Learn About Mental Health. <https://www.cdc.gov/mentalhealth/learn/index.htm>
- Chaudhari, B., Menon, P., Saldanha, D., Tewari, A., & Bhattacharya, L., (2015). 'Internet addiction and its determinants among medical students'. *Industrial Psychiatry Journal*, 24(2), 158-162. <https://doi.org/10.4103/0972-6748.181729>
- Chintya, A., & Khoiriyah, L., (2017). 'Media Sosial dan Pengaruhnya Terhadap Akhlak Mahasiswa di Kota Metro'. *Ath Thariq Jurnal Dakwah dan Komunikasi*. 1(2), 131-142. doi: https://doi.org/10.32332/ath_thariq.v1i02.794
- Chuah, K. M., (2013) Aplikasi Media Sosial Dalam Pembelajaran Bahasa Ingeeris: Persepsi Pelajar Universiti, *Issues in Language Studies*, 2(1), 56-63. <https://doi.org/10.33736/ils.1680.2013>
- Creswell, J. W., & Clark, V. L. P. (2007) *Designing and Conducting Mixed Methods Research*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Dailey, S. L., Howard, K., Roming, S.M.P., Ceballos, N., & Grimes, T., (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. <https://doi.org/10.1002/hbe2.182>
- Daria Krylova (2017). THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON DEPRESSION IN 18-34-YEAR-OLDS IN THE UNITED STATES, Florida Gulf Coast University
- DataReportal. Digital 2020: Malaysia. (20 Disember 2020) <https://datareportal.com/reports/digital-2020-malaysia>
- Demirci, K., Akgonul, M., & Akpinar, A., (2015). 'Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students'. *Journal of Behavioral Addictions*. 4(2), 85-92. doi: <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
- Dibb, G., (2019). 'Social media use and perceptions of physical health'. *Heliyon*, 5(1). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2018.e00989>

- DiGiuseppe, R., David, D., & Venezia, R., (2016). 'Cognitive Theories'. American Psychological Association. 145-182. <https://doi.org/10.1037/14773-006>
- Dong Liu, Paul A. Kirschner, Aryn C. Karpinski. (2017). A meta-analysis of the relationship of academic performance and Social Network Site use among adolescents and young adults, *Computers in Human Behavior*. (17) 48-157, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.039>.
- Ebrahimpur, A., Rajabali, F., Yazdanfar, F., Azarbad, R., Nodeh, M. R., Siamian, H., & Vahedi, M., (2016). Social Network Sites as Educational Factors. *Acta Informatica Medica*. 24(2): 134-138. <https://doi.org/10.5455/aim.2016.24.134-138>
- Eid, M., & Al-Jabri, I., (2016). Social networking, knowledge sharing, and student learning: The case of university students. *Computers & Education*, 99, 14-27. doi: <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.04.007>
- Elmore, W. M., Young, J. K., Harris, S. Mason, D. (2017) The Relationship between Individual Student Attributes and Online Course Completion. *Handbook of Research on Building, Growing, and Sustaining Quality E-Learning Programs*. IGI Global
- Erliksson, O. J., Lindner, P., & Mortberg, E., (2020). 'Measuring associations between social anxiety and use of different types of social media using the Swedish Social Anxiety Scale for Social Media Users: A psychometric evaluation and cross-sectional study'. *Scandinavian Journal of Psychology*. 61(6): 819-826. <https://doi.org/10.1111/sjop.12673>
- Escurra, M.; Salas, E. (2015). Construction And Validation Of The Questionnaire Of Social Networking Addiction (Sna) / Construcción Y Validación Del Cuestionario De Adicción A Redes Sociales (ARS). [10.13140/RG.2.1.4467.5920](https://doi.org/10.13140/RG.2.1.4467.5920).
- Faridah Nazir, Norliza Omar, Muhamad Afzamiman Aripin, & Mohd Hizwan Mohd Hisham. (2020) A Case Study of Social Media Addiction Among Malaysians. *Solid State Technology*. 63 (4)
- Festinger, L., (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140. doi: <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fishman, J., Lunsford, A., McGregor, B., & Otuteye, M., (2005). Performing Writing, Performing Literacy. *College Composition and Communication*, 57

(2), 224-252.

https://ssw.stanford.edu/sites/g/files/sbiybj10266/f/3Cs_article.pdf

- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2007) *How to Design and Evaluate Research in Education*. 6th Ed. Boston, MA: McGraw Hill.
- Fuchs, C. (2017) *Social Media a Critical Introduction*. 2nd ed. Sage
- Gabre, H. G., (2012). 'The Effects of Perceived Stress and Facebook on Accounting Students' Academic Performance'. *Accounting and Finance Research*. 1(2), 87-100.: <https://doi.org/10.5430/afr.v1n2p87>
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Ghana M. Owusu-Acheaw, Agatha Gifty Larson. (2015) *Use of Social Media and its Impact on Academic Performance of Tertiary Institution Students: A Study of Students of Koforidua Polytechnic, Ghana*. University of Education, Winneba, Ghana. *Journal of Education and Practice* Vol.6, No.6, 2015
- GoGlobe. *Social Media Usage In Asia Pacific – Statistics And Trends*. (20 Januari 2021). <https://www.go-globe.com/social-media-asia/>
- Gonzales, A. L., & Hancock, J.T.. *Mirror, mirror on my Facebook wall: effects of exposure to Facebook on self-esteem*. *Cyberpsychology, Behavior, & Social Networking* 2011; 14:79–83
- Guraya, S. Y., Almaramhy, H., Al-Qahtani, M. F., Guraya, S. (Shaista)., Bouhaimed, M., & Bilal, B. (2018). *Measuring the extent and nature of use of Social Networking Sites in Medical Education (SNSME) by university students: Results of a multi-center study*. *Medical education online*, 23(1). <https://doi.org/10.1080/10872981.2018.1505400>
- Guraya, S. Y. (2016) *The Usage of Social Networking Sites by Medical Students for Educational Purposes: A Meta-analysis and Systematic Review*. *North American journal of medical sciences*, 8(7): 268–278. <https://doi.org/10.4103/1947-2714.187131>
- Greenfield, S. (2014). *Mind change: How digital technologies are leaving their mark on our brains*. Rider.
- Griffiths M. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal Substance Abuse*. 2005. 10(4):191–7.

- Griffiths, M., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview of preliminary findings. *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment*. New York, NY: Elsevier. 119–141
- Haand, R. & Shuwang, Z. (2020) ‘The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost, Afghanistan’. *International Journal of Adolescence and Youth*. 25(1): 780-786, doi:10.1080/02673843.2020.1741407
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2017). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)*. Edisi Kedua. Thousand Oaks, CA: Sage
- Hanprathet, N., Banjanin, N. Dimitrijevic, I., & Pantic, I., (2015). Relationship between internet use and depression: Focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior*. 43: 308-312. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.013>
- Hanprathet, N., Manwong, M., Khumsri, J., Yingyeun, R., & Phanasathit, M. Facebook addiction and its relationship with mental health among Thai high school students. *Journal of the Medical Association of Thailand*. 2015. 98: 81–90.
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). ‘The Relations Among Social Media Addiction, Self-Esteem, and Life Satisfaction in University Students’. *Social Science Computer Review*. 35(5):576586. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>
- HealthInside Australian Government, (2016). What is mental illness? National Mental Health Strategy. Retrieved from [https://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/F602B63256E116BBCA257BF00020AACF/\\$File/whatmen2.pdf](https://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/F602B63256E116BBCA257BF00020AACF/$File/whatmen2.pdf)
- Heffner, T., ‘The effects of social media use in undergraduate students’ (2016). *Theses and Dissertations 1440*. <https://rdw.rowan.edu/etd/1440>
- Hilliard, J. (2019). Social media addiction - addiction center. <https://www.addictioncenter.com/drugs/social-mediaaddiction/>
- Hilliard, J. & Parisi, T. (25 Desember 2020) Social media addiction - addiction center. <https://www.addictioncenter.com/drugs/social-mediaaddiction/>
- Hoge, E., Bickham, D., & Cantor, J. (2017). Digital Media, Anxiety, and Depression in Children. *Pediatrics*, 140. 76-80.

- Hong F., Huang, D., Lin, H., Chiu, S. (2014). Analisis Sifat Psikologi, Penggunaan Facebook, dan Model Ketagihan Facebook Pelajar Universiti Taiwan, Telematika dan Informatika. 2014. 31: 597-606.
- Hosgor, H., Koc-Tutuncu, S., Gunduz-Hosgor, D., & Tandogan, O. Examination in terms of different variables of prevalence of fear of missing out among college students. *Journal of Academic Value Studies*. 2017. 3(17): 213–223.
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., Wang, Q. (2019). ‘Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention’. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 13(1). <http://doi.org/10.5817/CP2019-1-4>
- IGI Global. What is Academic Performance? (25 Desember 2020)<https://www.igi-global.com/dictionary/the-relationship-between-individual-student-attributes-and-online-course-completion/42383> pada 25 Desember 2020.
- Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia. (2010) Sosialisasi Remaja Atas Talian: Implikasi Ke Atas Program Berasaskan Internet Malaysian. *Journal Of Youth Studies – 2010* <http://iyres.gov.my/index.php/malaysian-journal-of-youth-studies-2019/2010/184-vol-3-disember/1522-sosialisasi-remaja-atas-talian-implikasi-ke-atas-program-berasaskan-internet>
- Jacobsen, W.C. & Forste, R. The Wired Generation: Academic and Social Outcomes of Electronic Media Use Among University Students. *Cyberpsychological Behaviour Social Network*. 2011. 14: 275–280.
- Jaureguizar J., Bernaras E., Bully P., Garaigordobil M. (2018). ‘Perceived parenting and adolescents’ adjustment’. *Psicol Reflex Crítica*. 31:8 <http://doi:10.1186/s41155-018-0088-x>
- Jiao, C., Wang, T., Peng, X., & Cui, F. (2017). ‘Impaired empathy processing in individuals with Internet Addiction Disorder: An event-related potential study’. *Frontiers in Human Neuroscience*. 11: 1-10. <http://doi.org/10.3389/fnhum.2017.00498>
- Jiang Y. (2021). Problematic Social Media Usage and Anxiety Among University Students During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Psychological Capital and the Moderating Role of Academic Burnout. *Frontiers in psychology*, 12, 612007. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.612007>

- Jones, T. L., Baxter, M. A., & Khanduja, V. (2013). A quick guide to survey research. *Annals of the Royal College of Surgeons of England*, 95(1), 5–7. <https://doi.org/10.1308/003588413X13511609956372>
- Junco, R., Heiberger, G., & Loken, E. The effect of twitter on college student engagement and grades. *Journal Computer Assistant Learning*. 2011. 27(2):119–32.
- Karim, F., Oyewande, A. A., Abdalla, L. F., Ehsanullah, R. C., & Khan, S., (2020). Social Media Use and Its Connection to Mental Health: A Systematic Review. *Cureus*, 12(6). <http://doi:https://10.7759/cureus.8627>
- Kannan, B., Karthik, S., Pal, G. K., & Menon, V. Gender Variation in the Prevalence of Internet Addiction and Impact of Internet Addiction on Reaction Time and Heart Rate Variability in Medical College Students. *Journal of Clinical & Diagnostic Research*. 2019. 13(4).
- Keles, B. McCrae, N. & Grealish, A. (2020) ‘A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents’. *International Journal of Adolescence and Youth*. 25(1), 79-93. <http://doi::10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kelly, Y., Zilanawala, A., Booker, C., & Sacker, A. (2019) Social Media Use and Adolescent Mental Health: Findings From the UK Millennium Cohort Study. *EClinicalMedicine*. 6, 59-68. <https://doi:10.1016/j.eclinm.2018.12.005>.
- Kementerian Pengajian Tinggi (KPT). (2017) Taburan graduan warganegara di universiti awam mengikut kumpulan umur dan peringkat pengajian. https://www.data.gov.my/data/ms_MY/dataset/jadual-2-12
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook and academic performance. *Computers in human behavior*, 26(6), 1237-1245.
- Khaiyom, J., Mukhtar, F., & Po, O. T. (2019). Treatments for Anxiety Disorders in Malaysia. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*, 26(3), 24–36. <https://doi.org/10.21315/mjms2019.26.3.2>
- Khair, S. M., Yunus, W. M. A. W. M., Mahmud, N., & Arif, L. S. M. (2020). Relationship Between Sleep Deprivation And Mental Health Problems Among Management University Students. *Jurnal Kemanusiaan*, 18(2).
- Kolek, E.A. & Saunders, D. Online disclosure: An empirical examination of undergraduate Facebook profiles. *NASPA J*. 2008. 45: 1–25.

- Kumar, S., Kumar, A., Badiyani, B., Singh, S. K., Gupta, A., & Ismail, M. B. Relationship of internet addiction with depression and academic performance in Indian dental students. *Clujul Medical*. 2018. 91(3):300.
- Lahiry, S., Choudhury, S., Chatterjee, S., & Hazra, A. (2019). Impact of social media on academic performance and interpersonal relation: A cross-sectional study among students at a tertiary medical center in East India. *Journal of education and health promotion*, 8, 73. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_365_18
- Labrague, L.J. Facebook Use and Adolescents' Emotional States of Depression, Anxiety and Stress. *Health Science Journal*. 2014. 8(1): 80-89
- Lambic, D. Correlation between Facebook use for educational purposes and academic performance of students. *Computer Human Behaviur*. 2016. 61: 313–320.
- Lee, Y., Yang, B. X., Liu, Q., Luo, D., Kang, L., Yang, F. & Lin, K. (2020). Synergistic effect of social media use and psychological distress on depression in China during the COVID-19 epidemic. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 74(10), 552-554.
- Li, J. B., Lau, J. T. F., Mo, P. K. H., Su, X. F., Tang, J., Qin, Z. G., & Gross, D. L., (2017). 'Insomnia partially mediated the association between problematic Internet use and depression among secondary school students in China'. *Journal of behavioral addictions*. 6(4): 554-563. <https://doi:10.1556/2006.6.2017.085>
- Lu Xi & Yeo Kee Jiar. Motivation Of Internet Use:Relation With Pathological Internet Use, Gender And Internet Activities. *Jurnal Teknologi (Sciences & Engineering)*. UTM Press. (2016). 78(1): 181–188
- Lin, Y., Chiang, C., Lin, P., Chang, L., Ko, C., Lee, Y., & Lin, S. (2016). Proposed Diagnostic Criteria for Smartphone Addiction. *Plus One*.
- Lin, L.Y., Sidani, J.E., Shensa, A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J.B., Hoffman, B. L., Giles, L. M. & Primack, B.A. (2016) 'Association Between Social Media Use and Depression Among U.S Young Adults'. 33(4) <http://doi.org/10.1002/da.22466>
- Lin Yang. Media dependency theory. *Encyclopedia Britannica*. (December 17, 2015). <https://www.britannica.com/topic/media-dependency-theory>.

- Liu, C., & Ma, J. L. (2019). Adult attachment style, emotion regulation, and social networking sites addiction. *Frontiers in Psychology, 10*, 2352.
- Longstreet, P., & Brooks, S. (2017) Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society, 50*, 73-77.
- Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. (2nd. Ed.) Sydney: Psychology Foundation
- Mahnessa A. Kadir. Jangkaan Dan Harapan Pelajar Kemurungan Terhadap Keperluan Kaunseling Islam. Consideration And Assessment Of Lesson Students About Islamic Couselling Issue. 2019. 2(3)
- Malaysian Mental Healthcare Performance. (2017) Malaysian Mental Healthcare Performance Technical report 2016. [https://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Laporan/Umum/Mental %20Healthcare%20Performance%20Report%202016.pdf](https://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Laporan/Umum/Mental%20Healthcare%20Performance%20Report%202016.pdf)
- Maslin Masrom & Selisa Usat. Use of Online Social Networking. *Encyclopedia of Information Science and Technology, Third Edition*. 2015. Pages: 8 doi: 10.4018/978-1-4666-5888-2.ch259
- Masthi, N. R., Pruthvi, S., & Phaneendra, M. A Comparative Study On Social Media Usage And Health Status Among Students Studying In Pre-University Colleges Of Urban Bengaluru. *Indian journal of community medicine*. 2018. 43(3):180.
- McCay-Peet, L., & Quan-Haase, A. (2016). What is social media and what questions can social media research help us answer? *The SAGE Handbook of Social Media Research Methods* (pp. 13–26). SAGE.
- McQuail, D. (1983). *Mass Communication Theory*. Sage
- Mohamad Nor Mohamad Taib. (2000). *Model Guru Sebagai Penyelidik: Asas-Asas Menjalankan Kajian Di Sekolah*. Universiti Malaya, Kuala Lumpur.
- Mohd Murtadha Mohamad. (2019). UTM: Digital Lifestyle. *Persidangan Pentadbiran ICT Universiti 2019 (PPICT2019)*. Universiti Putra Malaysia. 31 Julai - 2 Ogos.
- Mohd. Noorhadi Mohd. Yusof & Zurinah Tahir. Kepentingan Penggunaan Media Sosial Teknologi Maklumat Dalam Pendidikan IPTA. *Jurnal Sains Sosial dan Kemanusiaan*. 2017. 12(3)

- Mohd Zaidi Mahmud & Bahiyah Omar. Motif Dan Kekerapan Penggunaan Facebook Dalam Kalangan Pelajar Universiti. *Jurnal Komunikasi Malaysian*. 2013. 29(1): 35-54
- Muhamad Rais bin Abd Halim. (2019) UTHM : MyUTHM Mobile Apps: Keperluan dan Cabaran Persidangan Pentadbiran ICT Universiti 2019 (PPICT2019). Universiti Putra Malaysia. 31 Julai - 2 Ogos.
- Muhammad Syazwan Ayub, Amirul Azha Rozali & Nurazmallail Marni (2019). 'Media Sosial dan Kecanduan Penggunaan Menurut Islam'. Prosiding Seminar Sains Teknologi dan Manusia 2019 (SSTM'19). 15 Disember 2019. Fakulti Kejuruteraan Kimia dan Tenaga, UTM. 313-330.
- Murad Ali, Raja Ahmad Iskandar bin Raja Yaacob, Mohd Nuri Al-Amin bin Endut, & Naseeb Langove. (2016) 'Strengthening the Academic Usage of Social Media: An Exploratory Study'. *Journal of King Saud University - Computer and Information Sciences*. 29. <http://doi:10.1016/j.jksuci.2016.10.002>.
- Nasir Ahmad & Sajjad Hussain, & Nargis Munir. (2018). Social Networking and Depression among University Students. *Pakistan journal of medical research*. 57.
- National Institute Of Mental Health (NIMH). Anxiety Disorder. (2018) <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml>
- National Institute Mental Health (NIMH). Januari 2021. Mental Illness. https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/mental-illness.shtml#part_155771 2021
- Ndubuaku Victor, Inim Victor, Clifford Ndudi Ufodiana, Samuel UdoEmmanuel, Ishaku Prince Abner. (2020) Effect of Social Networking Technology Addiction on Academic Performance of University Students in Nigeria. *International Journal of Recent Technology and Engineering (IJRTE)* 8 (5), <http://doi:10.35940/ijrte.D8393.018520>
- NHMS. Institute for Public Health. Non-communicable diseases. 2011. The fourth National Health and Morbidity Survey 2011 (NHMS, 2011). <http://www.iku.gov.my/images/IKU/Document/REPORT/NHMS2011-VolumeII.pdf>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). 'Using Social Media for Social Comparison and Feedback-Seeking: Gender and Popularity Moderate Associations with

- Depressive Symptoms'. *Journal of abnormal child psychology*. 43(8), 1427–1438. <https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0>
- Nguyen, T. H., Lin, K-H., Rahman, F. F., Ou, J-P., & Wong, W-K. (2020). Study of depression, anxiety, and social media addiction among undergraduate students. *Journal of Management Information and Decision Sciences*. 23(4), 284-303.
- Norsiah Abdul Hamid, Mohd Ishak, Syamsyul Ismail, Mohmad Yazam & Siti Nurin Syamsul. (2013) Social Media Usage among University Students in Malaysia. *Social Media and the New Academic Environment: Pedagogical Challenges*. 244-255. <https://doi:10.4018/978-1-4666-2851-9.ch012>.
- Nurzali Ismail. (2014). Young people's use of new media through communities of practice. Monash University, Australia
- Obar, J. A. & Wildman, S. (2015). 'Social media definition and the governance challenge: An introduction to the special issue'. *Telecommunications Policy*. 39 (9): 745-750. <http://doi:10.1016/j.telpol.2015.07.014>.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*. 2017. 55: 51–60.
- Turel, O., & Serenko, S. (2012) 'The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites'. *European Journal of Information Systems*, 21(5): 512-528. <https://doi: 10.1057/ejis.2012.1>
- O'Keeffe, G., & Clarke-Pearson, K.; Council on Communications and Media. (2011). The impact of social media on children, adolescents and families. *Pediatrics*, 124, 800–804
- Olufadi, Y. (2016), Social networking time use scale (SONTUS): A new instrument for measuring the time spent on the social networking sites, *Telematics and Informatics*. 33: 452–471.
- Osharive, P. (2015). Social Media and Academic Performance of Students.
- Patwardhan, P. & Yang, J. (2003). Internet Dependency relations and online consumer behavior: A media system dependency theory perspective on why people shop, Chat and read news online. *Journal of Interactive Advertising* . 3 (2), 57-69.
- Pallant, J. *SPSS Survival Manual: A Step-By-Step Guide to Data Analysis Using SPSS*. 3rd ed. Sydney, Australia: Allen & Unwin. 2007

- Pantic I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 17(10), 652–657. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0070>
- Papacharissi, P. & Rubin, A. (2000). Predictors of internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic*.
- Pelling, E. L., & White, K. M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *CyberPsychology & Behavior*. 12: 755-759. <http://doi.org/10.1089/cpb.2009.0109>
- Primack, B. A., Shensa, A., Escobar-Viera, C.G., Barrett, E. L., Sidani, J. E., Colditz, J. B., & James. A. E. 'Use of multiple social media platforms and symptoms of depression and anxiety: A nationally-representative study among U.S. young adults'. *Computers in Human Behavior*. 2017. 69:1-9. <http://doi:10.1016/j.chb.2016.11.013>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*. 2013. 29(4): 1841–1848.
- Rahmatullah Haand & Zhao Shuwang (2020) The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost, Afghanistan, *International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 780-786, DOI: 10.1080/02673843.2020.1741407
- Rajesh, D. & Krishna, P.V. (2020). Impact Of Social Media On Mental Health Of Students. *International Journal of Scientific & Technology Research*. 9. 3796.
- Ramesh, M., N. R., Pruthvi, S., & Phaneendra, M. S. (2018). A Comparative Study on Social Media Usage and Health Status among Students Studying in Pre-University Colleges of Urban Bengaluru. *Indian journal of community medicine : official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 43(3), 180-184.
- Ramli, M., Salmiah, M.A & Nurul Ain, M. (2009). Validation and Psychometric Properties Of Bahasa Malaysia Version Of The Depression Anxiety And Stress Scales (Dass) Among Diabetic Patients.
- Rans, N., Khayam, B., Mustafa, A.N., & Khan, H.A. (2018) Social Networking Sites (SNSs) in medical education: a student's perspective. *Medical Education Online* 23:1.

- Sadock, B.J., & Sadock, V. A. Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry: behavioral sciences/clinical psychiatry: Lippincott Williams & Wilkins; 2011.
- Salkind, N. J. (2010). *Encyclopedia of research design* (Vols. 1-0). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.[http:// doi: 10.4135/9781412961288](http://doi.org/10.4135/9781412961288)
- Sampana-Kanyinga, H., & Lewis, R. F. 'Frequent Use of Social Networking Sites Is Associated with Poor Psychological Functioning Among Children and Adolescents'. *Cyberpsychological Behaviour Social Network*. 2015. 18(7):380-5. [http://doi: 10.1089/cyber.2015.0055](http://doi.org/10.1089/cyber.2015.0055).
- Sawyer, R., & Chen, G. M. (2012). The Impact Of New Social Media On Intercultural Adaptation. *Intercultural Communication Studies*.
- Savci M. & Aysan F. (2017) 'Technological addictions and social connectedness: Predictor effect of Internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smart phone addiction on social connectedness'. *Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*. 30 (3), 202-2126 <https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300304>
- Seabrook, E. M., Kern, M. L., & Rickard, N. S. (2016). 'Social Networking Sites, Depression, and Anxiety: A Systematic Review'. *JMIR mental health*. 3(4): 50. <https://doi.org/10.2196/mental.5842>
- Senthilnathan, Samithamby. (2019). Usefulness of Correlation Analysis. *SSRN Electronic Journal*. 10.2139/ssrn.3416918.
- Sharmitha, K., & Kumar, C. S. Internet addiction: Prevalence and risk factors: A cross-sectional study among college students in Bengaluru, the Silicon Valley of India. 2015. 59 (2):115-121
- Sheldon, P., Rauschnabel, P.A., & Honeycutt, J.M. (2019) *The Dark Side of Social Media*. Nikki Levy
- Sheldon, P. & Bryant, K. (2016) 'Instagram: Motives for its use and relationship to naecissism and contextual age.' *Computers in Human Behavior*. 58, 89-97 <http://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.059>
- Sheldon, P. & Sykes, B. (2018). Predictors of problematic social media use: Pesonality and life-position indicators.
- Shensa, A., Escobar-Viera, C. G., Sidani, J. E., Bowman, N. D., Marshal, M. P., & Primack, B. A. (2017). Problematic social media use and depressive

- symptoms among U.S. young adults: A nationally-representative study. *Social Science & Medicine*, 182, 150-157.
- Shensa, A., Sidani, J. E., Dew, M. A., Escobar-Viera, C.G., & Primack, B. A. (2018). 'Social Media Use and Depression and Anxiety Symptoms: A Cluster'. 1; 42(2): 116–128. <http://doi: 10.5993/AJHB.42.2.11>
- Siheh, Ahmad Johari and Abdullah, Hanisah (2010). *Gaya Pembelajaran Dan Hubungannya Dengan Pencapaian Akademik Pelajar Tahun Tiga UTM Skudai, Johor*. . pp. 1-7. (Unpublished)
- Simsek, A., Elciyar, K., & Kizilhan, T. A comparative study on social media addiction of high school and university students. *Contemporary Educational Technology*. 2019. 10 (2): 106-119
- Sims, J., Wolf, M., & Yang, H. (2017). *Social media? What social media?* Sage Journal, 17.
- Sobaih, A. E., & Moustafa, Mo. (2016) *Speaking the Same Language: The Value of Social Networking Sites for Hospitality and Tourism Higher Education in Egypt*. *Journal of Hospitality & Tourism Education*. 28. 21-31. <https://doi: 10.1080/10963758.2015.1127169>.
- Sofiah, S., Omar, S. Z., Bolong, J., & Osman, M. N. (2011). 'Facebook addiction among female university students'. *Revista De Administratie Publica Si Politici Sociale*. 3(7): 95-109. <http://revad.uvvg.ro/files/nr7/10.%20sharifah>.
- So, J. *Uses, Gratifications, and Beyond: Toward a Model of Motivated Media Exposure and Its Effects on Risk Perception*. *Communication Theory*. 2012. 22(2): 116-137
- Statista. (2020). *In-home media consumption due to the coronavirus outbreak among internet users worldwide as of March 2020, by country*. Retrieved from <https://www.statista.com/statistics/1106498/home-media-consumption-coronavirus-worldwide-by-country/>
- Stieger, S. & Lewetz, D. (2018) 'Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking'. 21 (10); 618-624. <http://doi.org/10.1089/cyber.2018.0070>
- Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia (SKMM). (2020). *Internet Users Survey (IUS)*. <https://www.mcmc.gov.my/skmmgovmy/media/General/pdf/IUS-2020-Report.pdf>
- Sundarasan, S., Chinna, K., Kamaludin, K., Nurunnabi, M., Baloch, G. M., Khoshaim, H. B., Hossain, S., & Sukayt, A. (2020). *Psychological Impact of*

- COVID-19 and Lockdown among University Students in Malaysia: Implications and Policy Recommendations. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 6206. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176206>
- Syed, F.A.H, Mohammad, N., Khalid, H. & Swapan, K. S. (2019) 'Effects of variety-seeking intention by mobile phone usage on university students' academic performance'. *Cogent Education*. 6:1. <http://doi: 10.1080/2331186X.2019.1574692>
- Tang, C. S. & Koh, Y. Y. W. Online social networking addiction among college students in Singapore: Comorbidity with behavioral addiction and affective disorder. *Asian Journal of Psychiatry*. 2017. 25: 175-178.
- Tunc-Aksan, A., & Akbay, S. E. (2019). 'Smartphone addiction, fear of missing out and perceived competence as predictors of social media addiction of adolescents'. *European Journal of Educational Research*. 8(2), 559-566. <http://doi: 10.12973/eujer.8.2.559>
- Tsitsika, A. K., Tzavela, E. C., Janikian, M., Ólafsson, K., Iordache, A., Schoenmakers, T. M., Tzavara, C, Richardson, C. (2014) 'Online social networking in adolescence: patterns of use in six European countries and links with psychosocial functioning'. *Journal Adolescent Health*. 55(1):141-7. <http://doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.11.010>.
- Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among U.S. adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3–17. <https://doi.org/10.1177/2167702617723376> [Crossref], [Google Scholar]
- Upadhayay, N., & Guragain, S. Internet use and its addiction level in medical students. *Advances In Medical Education And Practice*. 2017. 8:641.
- Vahidi, F. H., Nabavi, Z. H., & Ardebily, F. M. Assessment of internet addiction among college students in north Khorasan University of medical sciences in Bojnourd, Iran. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences* 2014. 5(5):1081–1088.
- Vannucci, A., Flannery, K.M. & Ohannesian, C.M. (2017) 'Social Media Use and Anxiety in Emerging Adults'. *Journal of Affective Disorders*. 207: 163 – 166 <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.040>

- Vishwanath, A. (2014). 'Habitual Facebook use and its impact on getting deceived on social media'. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 20: 83-98. <http://doi.org/10.1111/jcc4.12100>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). 'Social comparison, social media, and self-esteem'. *Psychology of Popular Media Culture*. 3(4), 206–222. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>
- Wainner, C. N. 'Social Media Addiction and its Implications for Communication' (2018). University of Tennessee Honors Thesis Projects. https://trace.tennessee.edu/utk_chanhonoproj/2168
- Walther, J. B. (1996). Computer-mediated communication. *Communication Research*. 23(1), 3-43.
- Wang Chongying, Zhao Hong (2020). The Impact of COVID-19 on Anxiety in Chinese University Students. *Frontiers in Psychology* Vol. 11 Pages 1168 DOI=10.3389/fpsyg.2020.01168
- Wang, P., Wang, X., Wu, Y., Xie, X., Wang, X., Zhao, F. Lei, L. (2018). Social networking sites addiction and adolescent depression: A moderated mediation model of rumination and self-esteem. *Personality and Individual Differences*. 127: 162–167.
- West, R., & Turner, L. (2007). *Introducing Communication Theory*. McGraw Hill.
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch, J. C. IV. (2006). 'Frequent Social Comparisons and Destructive Emotions and Behaviors: The Dark Side of Social Comparisons'. *Journal of Adult Development*. 13(1), 36–44. <https://doi.org/10.1007/s10804-006-9005-0>
- WHO. (2017). Depression and other common mental disorders global health estimates. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>
- Widen, G., Lindström, J., Brännback, M., Huvila, I., & Nyström, A. G. (2015). Mixed Emotions in Active Social Media Use - Fun and Convenient or Shameful and Embarrassing? In *iConference 2015 Proceedings*.
- Woods, H.C., & Scott, H. Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal Adolescent*. 2016. 51:41-9.

- Xie, W., & Karan, K. (2019). Predicting Facebook addiction and state anxiety without Facebook by gender, trait anxiety, Facebook intensity, and different Facebook activities. *Journal of Behavioral Addictions*. 8(1): 79-87.
- Yan, H., Zhang, R., Oniffrey, T. M., Chen, G., Wang, Y., Wu, Y., Zhang, X., Wang, Q., Ma, L., Li, Rui., & Moore, J. B., (2017). 'Associations among Screen Time and Unhealthy Behaviors, Academic Performance, and Well-Being in Chinese Adolescents'. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(6), 596. <https://doi.org/10.3390/ijerph14060596>
- Yap M. B., Pilkington P. D., Ryan S. M., Jorm A. F. (2014). 'Parental factors associated with depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis'. *Journal Affective. Disorder*. 156, 8–23. <http://doi:10.1016/j.jad.2013.11.007>
- Yeboah, J. & Ewur, D.G. The Impact of Whatsapp Messenger Usage on Students Performance in Tertiary Institutions in Ghana. *Journal Education Practice*. 2014. 5: 157–164.