

DAMPAK CYBERBULLYING DAN JUDI ONLINE TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA SERTA PENDEKATAN ISLAM SEBAGAI SOLUSI PENCEGAHAN

Muhammad Fadhil Ihsan¹, Muhammad Luthfi Abdullah², Deni Wachyudin³, Eliyawati⁴, Fahmi Maulana⁵

*Universitas 17 Agustus 1945 Cirebon
mluthfiabdullah@untagcirebon.ac.id*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak cyberbullying dan judi online terhadap kesehatan mental generasi muda, serta merumuskan strategi pencegahan yang sesuai dengan nilai-nilai Islami. Latar belakang penelitian ini didorong oleh maraknya penggunaan media sosial dan platform judi daring yang berpotensi merusak kesejahteraan psikologis remaja, seperti peningkatan kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku. Masalah utama yang diangkat adalah risiko kesehatan mental akibat cyberbullying—termasuk pelecehan daring dan penyebaran rumor—serta kecanduan judi online yang dapat mengakibatkan kerugian finansial dan sosial. Metode penelitian menggunakan studi literatur dengan analisis kualitatif deskriptif terhadap berbagai sumber akademis yang berfokus pada dampak negatif teknologi digital terhadap remaja. Data juga dianalisis berdasarkan prinsip-prinsip Islami yang mendorong etika dan pengendalian diri dalam penggunaan teknologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cyberbullying dan judi online memiliki dampak negatif signifikan terhadap kesehatan mental remaja, seperti kecemasan dan penurunan kualitas hidup, serta minimnya kesadaran terhadap bahaya ini di kalangan remaja dan orang tua. Implikasi dari temuan ini menunjukkan pentingnya pendidikan literasi digital, peningkatan kesadaran keluarga, dan penegakan regulasi dalam menciptakan lingkungan digital yang aman. Dukungan lintas sektor sangat diperlukan untuk membantu generasi muda dalam menghadapi tantangan psikologis yang muncul dari kemajuan teknologi.

Kata kunci : *cyberbullying, judi online, kesehatan mental remaja, literasi digital, nilai islami*

ABSTRACT

This study aims to analyze the impact of cyberbullying and online gambling on the mental health of young people, and formulate prevention strategies that are in accordance with Islamic values. The background of this research is driven by the widespread use of social media and online gambling platforms that have the potential to damage adolescents' psychological well-being, such as increased anxiety, depression, and behavioral disorders. The main issues raised are the mental health risks of cyberbullying - including online harassment and rumor spreading - and online gambling addiction that can result in financial and social losses. The research method used a literature study with descriptive qualitative analysis of various academic sources focusing on the negative impact of digital technology on adolescents. The data was also analyzed based on Islamic principles that encourage ethics and self-control in the use of technology. The results showed that cyberbullying and online gambling have significant negative impacts on

adolescents' mental health, such as anxiety and decreased quality of life, as well as a lack of awareness of these dangers among adolescents and parents. The implications of these findings point to the importance of digital literacy education, increased family awareness, and regulatory enforcement in creating a safe digital environment. Cross-sector support is needed to help young people deal with psychological challenges arising from technological advancements.

Keywords: *cyberbullying, online gambling, adolescent mental health, digital literacy, Islamic values*

PENDAHULUAN

Di era digital saat ini, perkembangan teknologi membawa banyak perubahan dalam kehidupan sehari-hari. Media sosial, salah satunya, telah menjadi bagian penting dari interaksi sosial dan hiburan. Kemudahan akses dalam teknologi meningkatkan jumlah pengguna media sosial dari kalangan remaja. Meskipun banyak manfaat yang didapatkan, dampak negatif tetap muncul, terutama terkait kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi, terutama di kalangan remaja (Mishna et al., 2016; Selkie et al., 2016). Media sosial memungkinkan orang untuk saling terhubung dan berbagi pengalaman, tetapi juga memicu perbandingan diri yang tidak sehat serta meningkatnya risiko cyberbullying. Cyberbullying telah menjadi masalah signifikan, dengan banyak remaja mengalami dampak psikologis serius akibat pelecehan online (Mishna et al., 2016).

Di tengah kemajuan teknologi ini, penting untuk menjaga nilai-nilai Islami yang mengedepankan adab dan moralitas dalam bermuamalah. Selain itu, judi online yang semakin marak berpotensi menyebabkan kecanduan dan masalah finansial, terutama di kalangan anak muda. Penelitian menunjukkan bahwa judi online dapat mengakibatkan kecanduan dan masalah kesehatan mental, termasuk depresi dan kecemasan (Casu et al., 2023; Pallesen et al., 2021). Judi online sering kali terkait dengan perilaku berisiko lainnya, yang memperburuk kondisi emosional pengguna (Casu et al., 2023). Hal ini berdampak serius pada kondisi emosional mereka, dengan banyak remaja mengalami kesulitan mengelola stres akibat tekanan dari cyberbullying dan judi online (Pallesen et al., 2021).

Generasi muda perlu memahami dampak dari cyberbullying dan judi online secara mendalam; ini merupakan langkah yang krusial. Kualitas hidup mereka dalam jangka panjang bisa terdampak buruk akibat kedua isu ini. Meskipun kedua isu ini memiliki pengaruh negatif yang signifikan, perhatian terhadap pencegahan dan intervensi masih kurang, dan banyak orang tua serta pendidik tidak sepenuhnya menyadari risiko yang dihadapi anak-anak mereka di dunia digital (Hendry et al., 2023). Oleh karena itu, penting bagi generasi muda untuk mendapatkan pendidikan dan pemahaman lebih baik mengenai dampak cyberbullying dan judi online, serta melibatkan orang tua dan pendidik dalam upaya pencegahan (Kowalski et al., 2014; Mehari et al., 2018).

Essay ini memberikan gambaran mengenai cyberbullying dan judi online, dengan harapan agar generasi muda lebih waspada terhadap kedua isu tersebut. Dengan

berpegang teguh pada prinsip-prinsip Islam seperti kesabaran, tanggung jawab, dan pengendalian diri, generasi muda dapat lebih bijak dalam menggunakan teknologi dan media sosial, serta menghindari perilaku yang merusak. Melalui tulisan ini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk bersama-sama menghentikan judi online dan cyberbullying demi menciptakan lingkungan yang lebih aman dan positif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk mengidentifikasi dan menganalisis dampak cyberbullying dan judi online terhadap kesehatan mental remaja serta mengeksplorasi peran pendekatan Islami dalam pencegahan. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menelaah berbagai penelitian dan literatur akademik yang relevan dan terkini terkait dampak psikologis dari penggunaan media sosial dan perjudian daring. Studi literatur sebagai metode analisis data telah digunakan secara luas dalam penelitian sosial dan psikologis karena kemampuannya untuk merangkum bukti dari berbagai sumber dan mengidentifikasi tren atau kesenjangan dalam penelitian yang ada (Snyder, 2019; Kitchenham et al., 2009).

Tahapan pengumpulan data dilakukan dengan memilih artikel jurnal, buku, dan laporan penelitian yang dipublikasikan dalam lima tahun terakhir untuk memastikan relevansi dan kebaruan informasi. Penelitian berfokus pada literatur yang mengkaji efek psikologis dari cyberbullying dan judi online pada remaja, terutama dalam hal kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku. Selain itu, juga dikumpulkan sumber-sumber yang membahas perspektif Islami dalam penanganan dan pencegahan masalah kesehatan mental, yang mencakup nilai-nilai seperti adab, tanggung jawab, dan pengendalian diri (Mishna et al., 2016; Selkie et al., 2016; Casu et al., 2023).

Proses seleksi sumber penelitian dilakukan berdasarkan kriteria tertentu, yaitu (a) artikel yang diterbitkan dalam rentang waktu lima tahun terakhir untuk menjaga kebaruan informasi, (b) penelitian yang menyoroti populasi remaja serta dampak media sosial atau judi online terhadap kesehatan mental, dan (c) literatur yang membahas pendekatan Islami dalam mencegah gangguan psikologis. Pendekatan ini diadopsi agar data yang digunakan relevan dan representatif terhadap konteks penelitian (Grant & Booth, 2009).

Analisis data menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi tema utama dalam literatur yang dikumpulkan, mensintesis informasi dari berbagai sumber, dan mengeksplorasi hubungan antara dampak cyberbullying dan judi online dengan prinsip pencegahan Islami. Langkah analisis dilakukan dengan membandingkan hasil penelitian untuk menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai pengaruh negatif kedua isu tersebut terhadap kesehatan mental remaja serta peran pendekatan Islami dalam mitigasi dampaknya (Bengtsson, 2016; Hammarberg et al., 2016).

Dalam tahapan analisis ini, konsep-konsep Islami seperti pengendalian diri, adab, dan tanggung jawab dijadikan kerangka acuan untuk mengevaluasi temuan dan mengembangkan strategi pencegahan. Pendekatan ini didukung oleh literatur yang menunjukkan bahwa penerapan nilai-nilai agama dan moralitas dapat berkontribusi secara signifikan dalam mencegah perilaku berisiko dan meningkatkan kesejahteraan mental individu (Koenig, 2012). Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi berbasis nilai Islami yang efektif dan aplikatif dalam mendukung kesehatan mental generasi muda di era digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

CYBERBULLYING: TANTANGAN DAN DAMPAK NEGATIF

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, dengan jutaan orang menggunakannya untuk terhubung dan berbagi informasi. Namun, dampak negatif dari penggunaan media sosial tidak bisa diabaikan begitu saja. Salah satu tantangan utama adalah cyberbullying. Media sosial sering disalahgunakan untuk menargetkan individu dengan komentar negatif dan penghinaan, sehingga korban mengalami dampak psikologis serius, termasuk stres, kecemasan, dan depresi (Kelly et al., 2018; Titisuk et al., 2023; Yamini & Pujar, 2022). Bentuk-bentuk cyberbullying meliputi:

1. **Melecehkan secara daring:** Mengirim pesan atau komentar yang menghina kepada korban, menyebabkan mereka merasa malu dan depresi. Kasus ini sering terjadi pada anak-anak berusia 12-17 tahun, yang menjadi korban ancaman atau manipulasi untuk melakukan aktivitas seksual secara online (Carvalho et al., 2021).
2. **Penyebaran rumor atau berita hoax:** Menyebarkan informasi palsu dan memalukan seseorang di media sosial, di mana pelaku mengancam korban dengan menyebarkan foto atau video untuk mempermalukan mereka (Eberth et al., 2014).
3. **Impersonasi:** Mengambil alih akun media sosial korban untuk menyebarkan konten yang merusak nama baik mereka. Kasus ini sering terjadi, di mana banyak akun yang di-hack untuk mengancam korban (Begotti & Acquadro Maran, 2019).
4. **Peneroran online (cyberstalking):** Bentuk dari cyberbullying di mana pelaku mengirim pesan berulang kali yang mengancam dan mengganggu kehidupan pribadi korban, menyebabkan kecemasan dan stres yang berkepanjangan (DeMatteo et al., 2017).

Bentuk-bentuk ini menciptakan ketidaknyamanan dan ketakutan bagi individu untuk mengekspresikan diri secara autentik. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan online yang aman dan suportif bagi semua pengguna. Dalam ajaran Islam, menjaga kehormatan dan menghindari fitnah sangat dianjurkan. Prinsip ini dapat menjadi pedoman untuk menciptakan lingkungan online yang lebih aman dan suportif, sesuai dengan tuntunan agama yang menekankan pentingnya adab dan akhlak dalam setiap interaksi, baik secara langsung maupun daring.

JUDI ONLINE: ANCAMAN ADIKSI DAN KESEHATAN MENTAL

Perkembangan judi online di Indonesia menjadi fenomena signifikan, terutama di kalangan generasi muda. Akses mudah melalui perangkat seluler meningkatkan risiko adiksi. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam judi online lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental, termasuk kecemasan dan depresi. Misalnya, Marmet et al. (2021) menemukan hubungan antara judi online dan gangguan perjudian di kalangan pria muda, menunjukkan masalah serius bagi mereka yang berjudi secara online dibandingkan dengan judi offline.

Dalam Islam, berjudi (*maysir*) dilarang karena dapat menyebabkan kerusakan pribadi dan sosial, seperti yang disebutkan dalam Al-Qur'an (QS. Al-Maidah: 90). Larangan ini bertujuan melindungi individu dari dampak buruk perjudian, termasuk masalah kesehatan mental dan ekonomi. Adiksi judi online juga berdampak pada hubungan sosial dan profesional, menyebabkan individu mengabaikan tanggung jawab mereka (Baxter et al., 2016). Stigma sosial terhadap individu dengan masalah perjudian sering kali menghambat mereka untuk mencari bantuan, sehingga memperburuk kondisi mental mereka (Chóliz, 2016).

Ketika mengalami kerugian dalam perjudian, individu sering merasa putus asa dan berusaha memulihkan kerugian tersebut dengan cara berisiko, seperti berhutang. Penelitian

menunjukkan bahwa individu yang merasa kehilangan kontrol dalam perjudian cenderung terlibat dalam perilaku berisiko untuk mencoba memulihkan kerugian mereka (Trivedi & Teichert, 2017). Dengan memperkuat iman dan pengendalian diri, generasi muda dapat diarahkan untuk menjauhi aktivitas judi online, sesuai dengan ajaran Islam.

LANGKAH-LANGKAH UNTUK MENGATASI TANTANGAN

Untuk menjaga karakter Islami generasi muda di tengah tantangan kesehatan mental akibat cyberbullying dan judi online, diperlukan langkah-langkah komprehensif. Berikut adalah beberapa langkah yang dapat diambil:

1. **Membangun Kesadaran dan Pendidikan:** Meningkatkan kesadaran akan risiko kesehatan mental yang terkait dengan penggunaan media sosial dan judi online sangat penting. Sosialisasi nilai-nilai Islami seperti tanggung jawab harus disampaikan kepada anak-anak dan remaja (Zubair & Raquib, 2020). Pengguna perlu dilatih untuk mengenali perasaan negatif yang muncul dan belajar menetapkan batasan sehat.
2. **Dukungan Kesehatan Mental:** Dukungan kesehatan mental penting untuk membantu generasi muda menghadapi dampak dari cyberbullying dan judi online. Mendorong mereka untuk berbicara dengan keluarga, teman, atau profesional kesehatan mental dapat mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan pemulihan (Hellfeldt et al., 2019).
3. **Mengembangkan Keterampilan Mengatasi:** Mengembangkan keterampilan mengatasi penting untuk membantu generasi muda menghadapi tantangan ini. Mereka harus belajar mengatur privasi, menghapus komentar negatif, dan menetapkan batasan dalam penggunaan media sosial. Kegiatan positif, seperti mengikuti kegiatan keagamaan, juga bisa menjadi alternatif yang baik (Lewin et al., 2021).
4. **Pelaporan dan Tindakan Hukum:** Melaporkan cyberbullying kepada pihak berwenang sangat penting untuk melindungi generasi muda. Pelaporan dapat mencegah pelaku dari tindakan lebih lanjut. Korban dapat menggunakan tuntutan atas pelecehan sesuai peraturan yang berlaku (Ibipurwo et al., 2024), seperti UU ITE No. 11 Tahun 2008 (Direvisi 2016) dan UU Perlindungan Anak No. 35 Tahun 2014. Untuk judi online, melapor kepada pihak berwenang, seperti KOMINFO, sangat diperlukan untuk memblokir situs judi tersebut (Zhumabekova, 2022).

KESIMPULAN

Di tengah kemajuan teknologi dan digitalisasi, tantangan kesehatan mental akibat cyberbullying dan judi online semakin signifikan bagi generasi muda. Dampak negatif dari kedua isu ini tidak hanya merusak kesehatan psikologis, tetapi juga menurunkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Penting bagi generasi muda untuk memahami risiko ini dan berpegang pada nilai-nilai Islami yang mengedepankan adab, tanggung jawab, dan pengendalian diri.

Pendidikan yang komprehensif tentang dampak media sosial dan judi online, serta keterlibatan orang tua dan pendidik, sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan positif. Melalui sosialisasi yang efektif, generasi muda dapat diberdayakan untuk mengenali tanda-tanda cyberbullying dan kecanduan judi, serta belajar cara melindungi diri mereka secara mental dan emosional.

Selain itu, dukungan dari keluarga dan komunitas sangat krusial dalam proses pemulihan dan pencegahan. Generasi muda harus merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan ini. Dengan mendorong dialog terbuka tentang isu-isu kesehatan

mental dan memberikan akses ke sumber daya yang tepat, kita dapat menciptakan jaringan dukungan yang kuat.

Dengan upaya bersama, diharapkan generasi muda dapat lebih bijak dalam menggunakan teknologi dan menjaga karakter Islami mereka di era yang penuh tantangan ini. Upaya kolektif ini bukan hanya akan memperkuat individu, tetapi juga membangun masyarakat yang lebih sehat dan beradab. Mengingat dampak luas dari cyberbullying dan judi online, penting bagi semua pihak—baik individu, keluarga, pendidikan, maupun pemerintah—untuk bersinergi demi menciptakan lingkungan yang aman, positif, dan penuh kasih sayang bagi generasi mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Begotti, T., & Acquadro Maran, D. (2019). Characteristics of Cyberstalking Behavior, Consequences, and Coping Strategies: A Cross-Sectional Study in a Sample of Italian University Students. *Future Internet*, 11(5), 120. <https://doi.org/10.3390/fi11050120>
- [2] Bengtsson, M. (2016). How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open*, 2, 8-14.
- [3] Carvalho, M., Branquinho, C., & de Matos, M. G. (2021). Cyberbullying and Bullying: Impact on Psychological Symptoms and Well-Being. *Child Indicators Research*, 14(1), 435–452. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09756-2>
- [4] Casu, M., Belfiore, C. I., & Caponnetto, P. (2023). Rolling the Dice: A Comprehensive Review of the New Forms of Gambling and Psychological Clinical Recommendations. *Psychiatry International*, 4(2), 105–125. <https://doi.org/10.3390/psychiatryint4020014>
- [5] Chóliz, M. (2016). The Challenge of Online Gambling: The Effect of Legalization on the Increase in Online Gambling Addiction. *Journal of Gambling Studies*, 32(2), 749–756. <https://doi.org/10.1007/s10899-015-9558-6>
- [6] DeMatteo, D., Wagage, S., & Fairfax-Columbo, J. (2017). Cyberstalking: are we on the same (web)page? A comparison of statutes, case law, and public perception. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 9(2), 83–94. <https://doi.org/10.1108/JACPR-06-2016-0234>
- [7] Eberth, J. M., Kline, K. N., Moskowitz, D. A., Montealegre, J. R., & Scheurer, M.
- [8] E. (2014). The Role of Media and the Internet on Vaccine Adverse Event Reporting: A Case Study of Human Papillomavirus Vaccination. *Journal of Adolescent Health*, 54(3), 289–295. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.09.005>

- [9] Grant, M. J., & Booth, A. (2009). A typology of reviews: An analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Information & Libraries Journal*, 26(2), 91-108.
- [10] Hammarberg, K., Kirkman, M., & de Lacey, S. (2016). Qualitative research methods: When to use them and how to judge them. *Human Reproduction*, 31(3), 498-501.
- [11] Hellfeldt, K., López-Romero, L., & Andershed, H. (2019). Cyberbullying and Psychological Well-being in Young Adolescence: The Potential Protective Mediation Effects of Social Support from Family, Friends, and Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 45. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010045>
- [12] Hendry, B. P., Hellsten, L. M., McIntyre, L. J., & Smith, B. R. R. (2023). Recommendations for cyberbullying prevention and intervention: A Western Canadian perspective from key stakeholders. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1067484>
- [13] Ibiurwo, G. T., Suhartono, S., & Mangesti, Y. A. (2024). Legal Protection for Cyberbullying Victims Based on The Principle of Justice. *International Journal of Religion*, 5(11), 4435–4447. <https://doi.org/10.61707/6rjzgr58>
- [14] Kelly, Y., Zilanawala, A., Booker, C., & Sacker, A. (2018). Social Media Use and Adolescent Mental Health: Findings From the UK Millennium Cohort Study. *EClinicalMedicine*, 6, 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2018.12.005>
- [15] Kitchenham, B., Brereton, P., Budgen, D., Turner, M., Bailey, J., & Linkman, S. (2009). Systematic literature reviews in software engineering – A systematic literature review. *Information and Software Technology*, 51(1), 7-15.
- [16] Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 2012, 1-33.
- [17] Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- [18] Lewin, C., Niederhauser, D., Johnson, Q., Saito, T., Sakamoto, A., & Sherman, R. (2021). Safe and Responsible Internet Use in a Connected World: Promoting Cyber-Wellness. *Canadian Journal of Learning and Technology*, 47(4). <https://doi.org/10.21432/cjlt28069>

- [19] Marmet, S., Studer, J., Wicki, M., Khazaal, Y., & Gmel, G. (2021). Online Gambling's Associations With Gambling Disorder and Related Problems in a Representative Sample of Young Swiss Men. *Frontiers in Psychiatry, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.703118>
- [20] Mehari, K. R., Moore, W., Waasdorp, T. E., Varney, O., Berg, K., & Leff, S. S. (2018). Cyberbullying prevention: Insight and recommendations from youths, parents, and paediatricians. *Child: Care, Health and Development, 44*(4), 616–622. <https://doi.org/10.1111/cch.12569>
- [21] Mishna, F., McInroy, L. B., Lacombe-Duncan, A., Bhole, P., Van Wert, M., Schwan, K., Birze, A., Daciuk, J., Beran, T., Craig, W., Pepler, D. J., Wiener, J., Khoury-Kassabri, M., & Johnston, D. (2016). Prevalence, Motivations, and Social, Mental Health and Health Consequences of Cyberbullying Among School-Aged Children and Youth: Protocol of a Longitudinal and Multi-Perspective Mixed Method Study. *JMIR Research Protocols, 5*(2), e83. <https://doi.org/10.2196/resprot.5292>
- [22] Pallesen, S., Mentzoni, R. A., Morken, A. M., Engebø, J., Kaur, P., & Erevik, E. K. (2021). Changes Over Time and Predictors of Online Gambling in Three Norwegian Population Studies 2013–2019. *Frontiers in Psychiatry, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.597615>

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research, 104*, 333-339.

Selkie, E. M., Fales, J. L., & Moreno, M. A. (2016). Cyberbullying Prevalence Among US Middle and High School-Aged Adolescents: A Systematic Review and Quality Assessment. *Journal of Adolescent Health, 58*(2), 125–133. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.09.026>

Titisuk, P., Vajarapongse, Y., & Thongwon, L. (2023). The Impact of Using Social Media on the Mental Health of Adolescents. *International Journal of Current Science Research and Review, 06*(06). <https://doi.org/10.47191/ijcsrr/V6-i6-23>

Trivedi, R. H., & Teichert, T. (2017). The Janus-Faced Role of Gambling Flow in Addiction Issues. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 20*(3), 180– 186. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0453>

Yamini, P., & Pujar, L. (2022). Effect of Social Media Addiction on Mental Health of Emerging Adults. *Indian Journal of Extension Education*, 76–80.
<https://doi.org/10.48165/IJEE.2022.58416>

Zhumabekova, K. (2022). Topical issues of protecting children from cyberbullying. *Journal of Actual Problems of Jurisprudence*.
<https://doi.org/10.26577/JAPJ.2022.v104.i4.011>

Zubair, T., & Raquib, A. (2020). Islamic Perspective on Social Media Technology, Addiction, and Human Values. *Journal of Islamic Thought and Civilization*, 10(2).
<https://doi.org/10.32350/jitc.102.14>