

AL-HIKMAH

Jilid	16	ISSN 1985-6822	2024M
No.	1		1445H

- SOROTAN KARYA BERSISTEMATIK KESAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESIHATAN MENTAL DI MALAYSIA ... 1-21
Siti Nurfatim Norasid & Muhamad Faisal Ashaari
- TEMA DAKWAH DALAM GALERI MUZIUM PAHANG ... 22-34
Azman Yusof, Rahimin Affandi Abdul Rahim & Siti Maimunah Hj Kahal
- KONSEP PEMBELAJARAN TAUHID DALAM MASYARAKAT MENERUSI LAGU "TOMBO ATI" KARYA SUNAN BONANG... 35-50
Indriya, Reynaldo Anggi Permana, Chika Amara Dina Inayah & Nayla Dewi Vursita
- KAJIAN PENGHAYATAN IBADAH DAN KEMAHIRAN AL-QURAN DALAM KALANGAN PENDUDUK PULAU TINGGI, MERSING JOHOR ... 51-67
Naemah Hamzah, Ahmad Che Yaacob & Nurul Hajar Jamaluddin
- PENDEKATAN DAKWAH TUAN GURU NIK ABDUL AZIZ KEPADA SAUDARA BARU DI KELANTAN ... 68-87
Wan Zuhaira Nasrin Wan Zainudin, Nur Syazana Adam & Nur Farha Muhammad Faleh Lai

Sorotan Karya Bersistematik Kesan Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesihatan Mental di Malaysia

A Systematic Review of the Impact of Social Media Use on Mental Health in Malaysia

SITI NURFATIN NORASID & MUHAMAD FAISAL ASHAARI

ABSTRAK

Pada awal tahun 2023, Malaysia mencapai kadar tembus Internet yang tinggi iaitu 96.8% daripada jumlah penduduk Malaysia. Kadar ini membuktikan bahawa penggunaan media baharu Malaysia di setanding negara maju lain. Walau bagaimanapun, peningkatan pengguna media sosial tidaklah membuktikan kebahagiaan buat mereka kerana kajian awal mendapati ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan kesihatan mental di Malaysia. Walau bagaimanapun, kajian lalu tentang hubungan penggunaan media sosial dengan kesihatan mental masih belum dikaji secara menyeluruh. Justeru, tujuan kajian ini adalah untuk membuat kajian tentang kesan penggunaan media sosial terhadap permasalahan kesihatan mental dengan menggunakan metode sorotan karya bersistematik (*Systematic Literature Review*). Carian yang dibuat menggunakan kata kunci dalam pangkalan data Scopus yang berkaitan dengan kesan penggunaan media sosial dan masalah kesihatan mental, memperoleh 34,056 artikel. Kemudian disaring dengan beberapa kriteria sehingga memperoleh 195 artikel dan seterusnya disaring lagi secara manual sehingga 53 artikel. Artikel ini disaring sekali lagi untuk memenuhi kriteria kajian iaitu kesan penggunaan media sosial terhadap kesihatan mental dan mendapati 11 artikel yang akhirnya terpilih. Kajian mendapati bahawa penggunaan media sosial di Malaysia pada tahap yang tinggi sehingga membawa kepada ketagihan dalam kalangan penduduk Malaysia terutamanya anak-anak muda yang berumur lingkungan 15 tahun hingga 30 tahun. Selain itu, kajian mendapati bahawa antara permasalahan kesihatan mental hasil daripada penggunaan media sosial di Malaysia meliputi kemurungan, *problematic smartphone use* (PSU), kebimbangan, tekanan, kesunyian, *technostress*, gangguan hidup dan neurotikism. Artikel ini membincangkan cadangan untuk menangani permasalahan fizikal, mental mahupun rohani pengguna media sosial. Dapatan ini boleh dijadikan panduan kepada kajian seterusnya bagi khasnya kajian rentas keratan (*cross-sectional study*) untuk mengkaji kelaziman penggunaan dan kaitannya dengan kesihatan mental.

Kata kunci: media sosial, kesihatan mental, ketagihan, Malaysia, sorotan karya bersistematik

ABSTRACT

By early 2023, Malaysia had achieved a high Internet penetration rate of 96.8% of its total population. This rate demonstrates that Malaysia's use of new media is comparable to that of other developed countries. However, the increase in social media users does not necessarily indicate happiness, as preliminary studies have found a correlation between social media use and mental health in Malaysia. However, previous studies have not thoroughly examined the relationship between social media use and mental health. Therefore, this study aims to investigate the effects of social media use on mental health issues using a systematic literature review (SLR) method. The Scopus database searched for keywords related to social media use and mental health issues, resulting in 34,056 articles. These articles were then filtered using several criteria, resulting in 195 articles, and further manually filtered down to 53 articles. These articles were once again filtered to meet the study criteria, focusing on the effects of social media use on mental health. Finally, 11 articles were filtered down. The study found that social media use in Malaysia is at a high level, leading to addiction among the Malaysian population, especially among young people aged 15 to 30 years. Additionally, the study found that mental health issues resulting from social media use in Malaysia include depression, problematic smartphone use (PSU), anxiety, stress, loneliness, technostress, lifestyle disturbances, and neuroticism. This article discusses recommendations to address social media users' physical, mental, and spiritual problems. These findings can serve as a guide for future studies, particularly cross-sectional studies, to examine the prevalence of use and its relationship with mental health.

Keywords: social media, mental health, addiction, Malaysia, systematic literature review

Received: 12 May 2024
Accepted: 26 June 2024

Revised: 24 May 2024
Published: 30 June 2024

PENDAHULUAN

Pada Januari 2023, negara Malaysia telah mencatatkan bilangan pengguna Internet seramai 33.03 juta orang daripada penduduk negara. Kadar keluasan Internet di Malaysia mencapai 96.8% daripada jumlah penduduk Malaysia pada awal tahun 2023 (Kemp 2023). Pengguna Internet di Malaysia telah meningkat sebanyak 362 ribu iaitu bersamaan +1.1% antara tahunan 2022 sehinggalah ke tahun 2023. Dari aspek media sosial pula, terdapat 26.80 juta pengguna media sosial di Malaysia pada Januari 2023 bersamaan 78.5% daripada jumlah penduduk (Kemp 2023; Statista Research Department

2023). Penggunaan media sosial yang aktif ini sejajar dengan peningkatan kadar tembus Internet yang tinggi seperti yang dicatatkan oleh Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM) sejak sedekad ini. Menurut SKMM, sebanyak 118.7% kadar penembusan selular mudah alih bagi setiap 100 penduduk pada tahun 2020 telah mengalami peningkatan kepada 131% pada tahun 2022 (Mohamad Salim 2022).

Penggunaan media sosial yang aktif boleh menyumbang kepada masalah kesihatan mental apabila penggunaannya tidak terkawal (Mohd Kamal & Mohd Yasin 2022). Di Malaysia, tahap kesihatan mental semakin membimbangkan dan pengkaji menjangkakan bahawa masalah ini menjadi penyebab kematian kedua tertinggi di Malaysia selepas penyakit jantung dalam abad ke-21 ini (Siti Nazurulaina et al. 2021). Penggunaan media sosial juga bukanlah semestinya menjadi sebab kepada kebahagiaan dalam kehidupan kerana Indeks Kebahagiaan Malaysia (*Malaysia Happiness Index, MHI*) mendapati negeri yang mempunyai infrastruktur teknologi maklumat yang baik seperti Selangor tidak mencapai tahap indeks yang baik iaitu sebanyak 5.74 di mana indeks tersebut dalam lingkungan sederhana gembira (Mohd Yusrizal 2022). Begitu juga ketika musim COVID, apabila penggunaan media sosial meningkat, kes kesihatan mental juga meningkat dengan mendadak (Aliff Nawawi et al. 2023). Sungguhpun masalah ini berpunca daripada isu-isu Perintah Kawalan Pergerakan (PKP), tetapi masalah tersebut mempunyai kaitan dengan penggunaan media sosial yang meningkat pada musim ini.

Dengan ini, dapat disimpulkan bahawa penggunaan media sosial mempunyai kesan terhadap masalah kesihatan mental. Perkara ini juga adalah selari dengan dapatan kajian yang lalu seperti kajian Mohd Faizal et al. (2022). Walau bagaimanapun, kajian tentang jenis masalah yang berkait dengan kesihatan mental itu belum dikaji secara menyeluruh. Oleh itu, kajian ini akan membuat sorotan karya bersistematik (*Systematic Literature Review, SLR*) terhadap kajian lalu di Malaysia tentang pola penggunaan media sosial dan permasalahan kesihatan mental hasil daripada penggunaan media sosial.

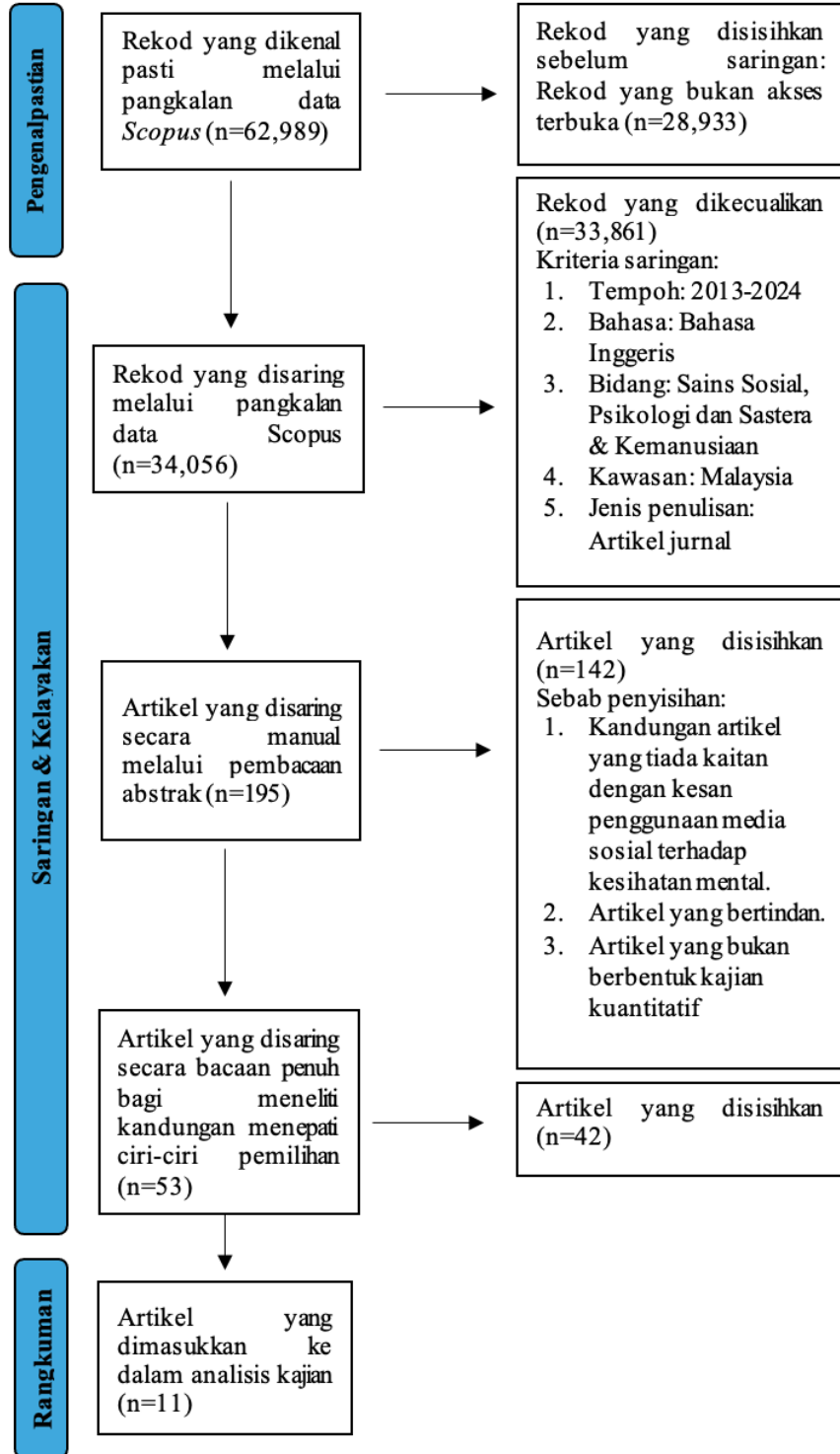
METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini merupakan kajian kualitatif dengan reka bentuk analisis kandungan melalui kaedah sorotan karya bersistematik atau istilah Bahasa Inggeris dikenali dengan *systematic literature review (SLR)* dalam kerangka *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses (PRISMA)* yang telah diperkenalkan oleh Moher et al. (2010). Menurut Dudi Iskandar (2021) pendekatan kualitatif digunakan adalah untuk mencari

dan menemukan pengertian atau pemahaman tentang sesuatu peristiwa dalam suatu latar yang lebih khusus.

Kerangka PRISMA merupakan versi kerangka yang ditambah baik daripada versi *Quality of Reporting Guidance of Meta-Analyses* (QUAROM) (Moher et al. 2010) di mana PRISMA terdiri daripada 27 komponen senarai semak yang dipadatkan dalam bentuk senarai dan carta alir (Shalini Munusamy et al.). Kerangka ini juga merupakan salah satu kerangka yang paling banyak digunakan dalam artikel ulasan sistematik dengan tujuan membantu pengkaji dalam meningkatkan laporan ulasan sistematik dan meta-analisis serta membantu dalam penilaian kritis dalam ulasan sistematik yang diterbitkan (García-Peñalvo 2022).

Terdapat tiga langkah yang digariskan dalam metode SLR dalam kerangka PRISMA. Pertama ialah pengenalpastian. Kedua, saringan dan kelayakan. Akhir sekali ialah rangkuman (rujuk Rajah 1). Namun, terdapat juga sesetengah pengkaji menyatakan empat langkah dalam kerangka PRISMA ini dengan mengasingkan saringan dan kelayakan menjadi langkah kedua dan langkah ketiga kepada masing-masing.



Rajah 1: PRISMA

Pengenalpastian

Langkah yang pertama merupakan fasa pengenalpastian. Pengenalpastian ialah proses mencari kata kunci yang berkaitan dengan tajuk kajian dengan memasukkan ke dalam format carian. Pada peringkat ini, kebiasaannya para pengkaji akan membuat carian dalam pangkalan data yang menempatkan artikel-artikel yang berkualiti seperti SCOPUS, Web of Science (WOS), MEDLINE, Google Scholar, SAGE Journal, Science Direct dan sebagainya. Artikel yang menjadi sumber untuk sorotan bersistematik dalam kajian ini diambil dari pangkalan data SCOPUS. Pangkalan data SCOPUS merupakan sumber artikel komprehensif yang memuatkan artikel ilmiah dalam pelbagai bidang (Muhamad Faisal et al. 2021) termasuklah kajian media baharu dan kesihatan mental.

Pada fasa ini, kata kunci yang relevan dengan fokus kajian telah dikenalpasti. Kata kunci yang dipilih dalam kajian ini terdiri daripada dua terma iaitu, pertama: kesan penggunaan media sosial dan kedua: masalah kesihatan mental seperti dalam Jadual 1. Dalam pencarian tersebut penggunaan Operator Carian seperti *AND*, *OR*, *AND NOT* dan sebagainya mempengaruhi hasil carian. Penggunaan *AND* di antara kedua terma tersebut membawa maksud hasil pencarian hendaklah merangkumi semua istilah dan syarat kata kunci. Manakala *OR* pula bermaksud hasil pencarian boleh dijumpai tidak kira satu atau lebih kata kunci yang digunakan atau mana-mana dokumen yang mengandungi mana-mana kata kunci tersebut. Maka, jumlah dokumen yang didapati adalah sebanyak 62,989 dapatan seperti dalam Jadual 1.

Jadual 1: Senarai Kata Kunci Pencarian dan Jumlah Dokumen

Terma	Kata Kunci	Jumlah Dokumen
Pertama: kesan penggunaan media sosial	TITLE-ABS-KEY (“Social media” OR “New media” OR “Smartphone”) AND	62,989
Kedua: masalah kesihatan mental	(“*disorder” OR “stress” OR “*depress” OR “disorder” OR “anxiety” OR “mental health”)	

Pada peringkat ini juga, mana-mana dokumen yang tidak dapat diakses akan disisihkan sebelum pergi ke langkah kedua iaitu fasa saringan. Maka, terdapat 28,933 dokumen yang bukan akses terbuka telah disisihkan sehingga jumlah dokumen yang berbaki menjadi 34,056 dan dokumen tersebut dibawa ke fasa saringan.

Saringan dan Kelayakan

Pada fasa saringan ini, sebanyak lima kriteria tapisan telah diaplikasikan. Kriteria tersebut merangkumi tempoh, bahasa, bidang, kawasan dan jenis penulisan. Pertama, tempoh masa yang diambil adalah sepuluh tahun ke belakangan iaitu antara 2013 hingga 2024. Sekatan penerbitan garis masa haruslah dilakukan agar dapat diketahui bahawa kajian yang berkaitan dilaporkan dalam jangka masa tertentu (Cumpston et al. 2019). Dokumen yang melebihi jangka masa sepuluh tahun dianggap tidak relevan untuk diambil kerana pada era modenisasi ini, perubahan teknologi komunikasi semakin berkembang dengan sangat pesat (Muhamad Faisal et al. 2021). Tambahan pula, pada pasca pandemik COVID-19, penggunaan media sosial diperhatikan meningkat apabila media sosial berfungsi sebagai cara komunikasi utama dengan dunia luar.

Kedua, bahasa yang dipilih hanyalah bahasa yang difahami oleh pengkaji iaitu Bahasa Inggeris agar proses analisis dapat dilakukan dengan lebih mudah. Ketiga, bidang kajian yang diterima hanyalah bidang Sains Sosial, Psikologi dan Sastera & Kemanusiaan kerana ketiga-tiga bidang berkait rapat dengan kesan penggunaan media sosial terhadap kesihatan mental. Keempat, kawasan yang difokuskan hanyalah di Malaysia sahaja kerana kajian ini ingin menumpukan kepada responden dalam kalangan penduduk Malaysia dan pola penggunaan media sosial di Malaysia sahaja. Kelima, jenis penulisan yang diambil hanyalah artikel jurnal. Berdasarkan kriteria-kriteria tersebut, sebanyak 33,861 dokumen telah disisihkan daripada 34,056 dokumen sehingga berbaki sebanyak 195 dokumen sahaja. Jadual 2 merupakan ringkasan kriteria penerimaan dan penolakan dalam proses saringan dokumen.

Jadual 2: Kriteria Penerimaan dan Penolakan

Bil.	Kriteria	Penerimaan	Penolakan
1.	Tempoh masa	2013-2024	2013 dan ke bawah
2.	Bahasa	Bahasa Inggeris	Selain Bahasa Inggeris
3.	Bidang	Sains Sosial, Psikologi dan Sastera & Kemanusiaan	Selain Sains Sosial, Psikologi dan Sastera & Kemanusiaan
4.	Kawasan	Malaysia	Luar Malaysia
5.	Jenis penulisan	Artikel jurnal	Bukan artikel jurnal

Fasa kelayakan pula ialah proses saringan artikel secara manual melalui pembacaan abstrak dan diikuti dengan pemilihan artikel melalui bacaan penuh bagi meneliti kandungan yang menepati ciri-ciri pemilihan. Ciri-ciri penyisihan secara manual ini merangkumi tiga perkara iaitu, pertama, mana-mana artikel yang tiada kaitan dengan kesan penggunaan media sosial terhadap kesihatan mental seperti artikel kajian pembangunan model intervensi kawalan ketagihan telefon pintar, artikel fungsi media sosial dan artikel kekerapan penggunaan media sosial dalam kalangan penduduk Malaysia. Kedua, artikel yang bertindan dikira dalam penolakan. Ketiga, artikel yang bukan berbentuk kajian kuantitatif yang mengandungi kajian data empirikal.

142 artikel daripada 195 artikel telah disisihkan dalam saringan secara manual melalui pembacaan abstrak. Kemudian, dengan artikel yang berbaki sebanyak 53, hanya 11 artikel telah dipilih melalui bacaan penuh untuk dimasukkan dalam analisis kajian di mana kesemua artikel tersebut memenuhi ciri-ciri pemilihan dan sebanyak 42 artikel telah disingkirkan.

Hasil daripada rangkuman artikel yang telah disaring, sebanyak 11 artikel yang diperoleh. Dua tema utama yang dianalisis iaitu pola penggunaan media sosial dalam kalangan penduduk Malaysia dan permasalahan kesihatan mental hasil daripada penggunaan media sosial.

DAPATAN KAJIAN

Sebanyak 11 artikel yang terpilih untuk dianalisis seperti yang dinyatakan dalam metodologi kajian. Rujuk Rajah 1 untuk gambaran pemilihan kajian dan rujuk Jadual 3 bagi ringkasan kajian secara umum.

Jadual 3: Ringkasan Kajian secara Umum

Rujukan	Tajuk Kajian	Bentuk kajian	Sampel
(Stephanie Ann et al. 2024)	Social Media Addiction and Depression Among Adolescents in Two Malaysian States	Kajian keratan rentas dengan mengedarkan borang soal selidik berstruktur Data dianalisis dalam SPSS menggunakan statistik deskriptif, korelasi dan ujian <i>Chi-Square</i>	384 orang responden berumur 13 hingga 21 tahun dari Johor dan Sarawak
(Hazwanim Hashim et al. 2023)	Problematic Smartphone Use and Its Impact on the Psychology of Adolescent in Malaysia	Kajian keratan rentas dengan mengedarkan soal selidik yang menilai ciri sosio-demografi dan klinikal peserta, corak dan tujuan penggunaan, kehadiran <i>Problematic Smartphone Use</i> (PSU) (melalui versi pendek skala ketagihan telefon pintar versi Melayu [SAS-SV]), dan kehadiran masalah psikologi (melalui	Pensampelan kelompok 414 pelajar berumur 15-16 dari lima sekolah menengah kebangsaan di Seremban dan pengguna <i>Smartphone</i>

(Antoon De Rycker & Fatim Umairah 2023)	Do Social Media and Messaging Apps Influence Loneliness? The Case of Young Malaysian Higher Education Students during the COVID-19 Pandemic	skala kemurungan-keimbangan-tekanan-21 [DASS-21]). Penggunaan dibuat daripada Skala Kesepian (UCLA Loneliness Scale).	103 orang remaja Malaysia yang belum berkahwin bagi Generasi Z (demografi yang dianggarkan paling ramai mengalami masalah kesihatan mental akibat kurungan sosial) dan berada di pengajian tinggi
(Radiyah Adawiyah et al. 2023)	Relationship between Smartphone Addiction, Personality Traits and Cyberloafing Behaviour Among Malaysian Youths	-Tiga soal selidik, Skala Inventori Ketagihan Telefon Pintar Bentuk Pendek, Kumpulan Item Personaliti Mini-Antarabangsa dan Skala Cyberloafing melalui tinjauan dalam talian.	150 belia berumur 18 tahun ke atas yang tinggal di kawasan Lembah Klang
(Nur Muneerah et al. 2022)	The Effect of WhatsApp Usage on Employee Innovative Performance at the Workplace: Perspective from the Stressor-Strain-Outcome Model	-SPSS digunakan untuk menganalisis data. -Model <i>stressor-strain-outcome</i> (SSO) -menggunakan <i>Partial Least Squares Structural Equation Modeling</i> (PLS-SEM)	206 kakitangan Malaysia daripada sektor kerajaan dan swasta
(Kong 2022)	Use of Social Media and Depression in First-Year Undergraduate Students During COVID-19 Lockdown	Kemurungan dinilai menggunakan Skala Kemurungan Sistem Maklumat Pengukuran Hasil Dilaporkan Pesakit (Patient-Reported Outcomes Measurement Information System, PROMIS).	386 pelajar universiti tahun pertama yang baru mendaftar semasa tempoh berkurung berumur antara 19-21 dari satu fakulti universiti awam
(Mohd Kamal & Mohd Yasin 2022)	A Cross-Generational Comparison of Smartphone Addiction Among Gen X and Gen Y Smartphone Users in Malaysia	-Skala ketagihan telefon pintar-bahasa Melayu (SAS-M) digunakan untuk menilai ketagihan telefon pintar -Data dianalisis menggunakan IBM SPSS	236 peserta (122 lelaki dan 114 perempuan) berumur 15 hingga 55 tahun.
(Fakhar Shahzad et al. 2021)	Late-Night Use of Social Media and Cognitive Engagement of Female Entrepreneurs: a Stressor-Strain-Outcome Perspective	-secara empirik menguji model pengantaraan yang dicadangkan menggunakan tinjauan dalam talian dengan menggunakan <i>partial least squares structural equation modeling</i> (PLS-SEM) untuk mendapatkan keputusan	225 usahawan wanita dari sektor perusahaan kecil dan sederhana
(Chan et al. 2021)	Exploring the Relationship Between Mobile Addiction, Interpersonal Relationship and Academic Behavior	-Reka bentuk penyelidikan korelasi deskriptif telah digunakan untuk mengumpul dan menganalisis data -Item dalam soal selidik telah diadaptasi daripada pelbagai kajian kedoktoran. -Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensi seperti min dan	150 orang remaja yang membalas borang Google (Google Form) dalam talian yang diedarkan melalui pautan WhatsApp.

(Leonord Yik et al. 2020)	Among Young Adults in Tertiary Institutions The Relationship of Smartphone Addiction with Psychological Distress and Neuroticism Among University Medical Students	sisihan piawai, korelasi, dan regresi berganda. Kajian keratan rentas telah dijalankan dengan DASS-21, subskala neuroticism USMaP-i dan SAS-SV. -Korelasi Spearman dilakukan untuk mengkaji korelasi antara ketagihan telefon pintar dengan tekanan psikologi dan neurotikisme. -Regresi linear mudah dilakukan untuk menyiasat faktor hubungan ketagihan telefon pintar.	574 pelajar perubatan
(Prihadi et al. 2019)	Cyber-Victimization and Perceived Depression: Serial Mediation of Self-Esteem and Learned-Helplessness	kaedah persampelan serampangan untuk mengisi Skala Mangsa Buli Siber, Skala Harga Diri Negeri, Skala Ketidakterdayaan yang Dipelajari, dan Kemurungan Beck Inventori	-104 peserta berumur 18-30 tahun -63 wanita dan 41 lelaki

POLA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DALAM KALANGAN PENDUDUK MALAYSIA

Penggunaan media sosial dalam kalangan penduduk Malaysia menunjukkan pada tahap yang tinggi. Tahap penggunaan media sosial yang tinggi ini telah membawa kepada tahap ketagihan terhadap media sosial. Dalam kajian Stephanie Ann et al. (2024), 72 peratus daripada 384 orang responden dari negeri Johor dan Sarawak di Malaysia mengalami ketagihan media sosial di mana jumlah tersebut dikategorikan sebagai tahap ketagih yang tinggi. Tahap ketagihan tersebut berbeza mengikut umur, jantina, bangsa dan masa yang dihabiskan pada media sosial. Dalam kajian mereka lagi, peringkat umur remaja iaitu 16-18 dan 19-21 tahun rata-rata menghabiskan masa mereka lebih daripada lima jam di media sosial pada setiap hari.

Dalam kajian Radiyatul Adawiyah et al. (2023), kebanyakan golongan yang mengalami ketagihan telefon pintar yang tinggi adalah dari kalangan lelaki dan belia. Walau bagaimanapun, menurut Chan et al. (2021) golongan remaja di institusi pengajian tinggi di Malaysia mengalami ketagihan telefon udah alih yang sederhana. Kenyataan ini disokong oleh kajian Leonord Yik et al. (2020) di mana mereka mengkaji seramai 547 pelajar perubatan di Institusi pengajian tinggi dan mendapati tahap ketagihan telefon pintar ialah 40.6% dan kebanyakannya adalah dari kalangan pelajar lelaki dengan rekod 49.7%. Selain itu, gen Y juga merupakan golongan yang lebih ramai mengalami ketagihan telefon pintar berbanding gen X (Mohd Kamal & Mohd Yasin 2022). Kenyataan ini dibuktikan oleh kajian mereka kepada 236 peserta yang berumur 15 hingga 55 tahun dengan menggunakan skala ketagihan telefon pintar-bahasa Melayu (SAS-M) yang bertujuan

untuk menganalisis tahap ketagihan telefon pintar. Kemudian, data yang diterima dianalisis dengan menggunakan IBM SPSS. Kajian mereka juga mendapati bahawa tidak terdapat perbezaan yang ketara antara pengguna lelaki mahupun pengguna wanita bagi generasi X dan generasi Y dalam penggunaan telefon pintar (Mohd Kamal & Mohd Yasin 2022).

Jadual 4: Pola Penggunaan Media Sosial dalam Kalangan Penduduk Malaysia

Rujukan	Tajuk Kajian	Pola Penggunaan
(Stephanie Ann et al. 2024)	Social Media Addiction and Depression Among Adolescents in Two Malaysian States	-72% ketagihan media sosial (tinggi) -33% kemurungan disebabkan media sosial (sederhana) -tahap ketagihan berbeza mengikut kumpulan umur, jantina, bangsa dan masa yang dihabiskan pada media sosial -remaja lebih cenderung mengalami kemurungan apabila menggunakan media sosial -remaja berumur 16-18 dan 19-21 tahun menghabiskan lima jam di media sosial pada setiap hari
(Hazwanim Hashim et al. 2023)	Problematic Smartphone Use and Its Impact on the Psychology of Adolescent in Malaysia	-kebiasaan PSU 43.5% -kemurungan 31.6% -kebimbangan 48.3% -tekanan 26.8% -tiga daripada sepuluh responden mengalami pelbagai masalah psikologi -pelajar Melayu mempunyai penggunaan harian yang lebih tinggi, dan kos bulanan yang lebih tinggi dikaitkan dengan ketara dengan PSU
(Antoon De Rycker & Fatin Umairah 2023)	Do Social Media and Messaging Apps Influence Loneliness? The Case of Young Malaysian Higher Education Students during the COVID-19 Pandemic	-Keputusan menunjukkan bahawa di Malaysia, perasaan kesunyian orang dewasa muda di bawah sekatan COVID berbeza-beza bergantung pada penggunaan media sosial dan aplikasi pemesejan mereka serta keperluan yang dipenuhi oleh teknologi digital ini. -Walaupun semasa wabak, insiden kesunyian dalam kalangan rakyat Malaysia yang tinggal di rumah berumur 19 hingga 29 tahun adalah rendah.
(Radiyah et al. 2023)	Relationship between Smartphone Addiction, Personality Traits and Cyberloafing Behaviour Among Malaysian Youths	-lelaki mempunyai tahap ketagihan telefon pintar yang lebih tinggi. - <i>extraversion</i> dan ketelitian didapati berkait rapat dengan ketagihan telefon pintar. -tingkah laku <i>cyberloafing</i> dikaitkan secara positif dengan ciri-ciri <i>extraversion</i> , tidak terdapat korelasi yang signifikan dengan ketagihan telefon pintar -golongan dewasa muda yang mempunyai ciri personaliti <i>extraversion</i> mempunyai risiko yang

		lebih tinggi untuk ketagihan telefon pintar dan aktiviti cyberloafing.
(Nur Muneerah et al. 2022)	The Effect of WhatsApp Usage on Employee Innovative Performance at the Workplace: Perspective from the Stressor-Strain-Outcome Model	-media sosial, kebanyakannya WhatsApp, yang digunakan di tempat kerja mempunyai pengaruh yang sederhana tetapi signifikan secara statistik terhadap beban maklumat, beban komunikasi dan beban sosial. -teknostress tidak mempunyai kesan ke atas prestasi kerja yang inovatif
(Kong 2022)	Use of Social Media and Depression in First-Year Undergraduate Students During COVID-19 Lockdown	-tahap pelaburan yang tinggi dalam pelbagai aktiviti media sosial dikaitkan dengan gejala kemurungan -pelajar orang asli dari Malaysia Timur yang kebanyakannya tinggal di kawasan luar bandar mencatatkan kemurungan yang lebih tinggi semasa wabak -Memandangkan penggunaan media sosial yang berleluasa semasa penutupan COVID-19, menunjukkan bahawa pendidik di institusi pengajian tinggi boleh memanfaatkan penggunaan media sosial di mana-mana dalam kalangan pelajar untuk menyebarkan mesej pendidikan yang disasarkan mengenai kesihatan mental
(Mohd Kamal & Mohd Yasin 2022)	A Cross-Generational Comparison of Smartphone Addiction Among Gen X and Gen Y Smartphone Users in Malaysia	-Gen Y lebih ketagih kepada telefon pintar berbanding Gen X untuk semua komponen SAS-M, tetapi tidak terdapat perbezaan yang ketara antara pengguna wanita dan lelaki untuk kedua-dua generasi dalam penggunaan telefon pintar
(Fakhar Shahzad et al. 2021)	Late-Night Use of Social Media and Cognitive Engagement of Female Entrepreneurs: a Stressor-Strain-Outcome Perspective	-penggunaan media sosial lewat malam dengan ketara meningkatkan gangguan hidup dan tekanan teknologi dalam kalangan usahawan wanita. -tekanan dalaman (gangguan hidup dan <i>technostress</i>) mengurangkan penglibatan kognitif usahawan wanita dan secara signifikan menjadi pengantara hubungan antara penggunaan media sosial lewat malam dan penglibatan kognitif keusahawanan.
(Chan et al. 2021)	Exploring the Relationship Between Mobile Addiction, Interpersonal Relationship and Academic Behavior Among Young Adults in Tertiary Institutions	-golongan remaja di institusi pengajian tinggi di Malaysia mengalami kes ketagihan mudah alih yang sederhana -ketiga-tiga pembolehubah, iaitu ketagihan mudah alih, hubungan interpersonal, dan tingkah laku akademik, adalah saling berkaitan -hubungan interpersonal telah menyumbang secara positif kepada varians tingkah laku akademik, manakala ketagihan mudah alih telah memberi kesan negatif terhadap tingkah laku akademik remaja di institusi pengajian tinggi.
(Leonord Yik et al. 2020)	The Relationship of Smartphone Addiction with Psychological Distress and Neuroticism	-ketagihan telefon pintar ialah 40.6% -lebih tinggi dalam kalangan lelaki (49.2%) berbanding perempuan (36.6%) pelajar perubatan.

	Among University Medical Students	<ul style="list-style-type: none"> -korelasi positif yang sama antara ketagihan telefon pintar dan kesihatan psikologi -korelasi positif yang lemah antara ketagihan telefon pintar dan neurotikisme -Regresi linear mudah menunjukkan peningkatan yang ketara dalam tahap kemurungan, kebimbangan, tekanan dan neurotikisme apabila satu unit peningkatan dalam ketagihan telefon pintar -Ketagihan telefon pintar boleh membawa kepada masalah psikologi dan kumpulan yang paling terdedah ialah pelajar perubatan yang mempunyai ciri personaliti neurotik.
(Prihadi et al. 2019)	Cyber-Victimization and Perceived Depression: Serial Mediation of Self-Esteem and Learned-Helplessness	<ul style="list-style-type: none"> -kesan pengantaraan berganda berlaku. -pengguna media sosial yang dibuli siber hanya akan mengalami kemurungan apabila harga diri mereka juga dipengaruhi secara negatif oleh persepsi mereka yang dibuli siber, sehingga tahap di mana mereka mengetahui bahawa mereka tidak berdaya untuk mengatasinya.

PERMASALAHAN KESIHATAN MENTAL HASIL DARIPADA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Selain ketagihan media sosial dalam kalangan penduduk Malaysia, terdapat beberapa kajian yang membuktikan bahawa terdapat permasalahan kesihatan mental hasil daripada penggunaan media sosial. Antaranya termasuklah kemurungan, *Problematic Smartphone Use* (PSU), kebimbangan, tekanan, kesunyian, *technostress*, gangguan hidup dan neurotikisme.

Menurut Stephanie Ann et al. (2024), tahap kemurungan yang berpunca daripada media sosial masih berada pada tahap yang sederhana iaitu sebanyak 33%. Bahkan, gejala kemurungan ini lebih cenderung dalam golongan remaja yang menggunakan media sosial. Kajian ini diperkukuhkan lagi dengan data yang dikemukakan Hazwanim Hashim et al. (2023) dalam kajian mereka dengan persampelan kelompok seramai 414 orang pelajar berumur 15-16 tahun dari lima buah sekolah menengah kebangsaan di Seremban yang menggunakan telefon pintar. Mereka menyatakan bahawa kadar kemurungan dalam kalangan remaja tersebut adalah sebanyak 31.6%. Malah, mereka juga mengkaji kadar PSU, kebimbangan, dan tekanan masing-masing mencatatkan 43.5%, 48.3% dan 26.8%. terdapat tiga daripada sepuluh responden mengalami pelbagai masalah psikologi dan pelajar Melayu yang mempunyai penggunaan telefon pintar harian yang lebih tinggi dan kos bulanan yang lebih tinggi, lebih ketara dikaitkan dengan PSU.

Dalam kajian Kong (2022) dan juga, memberikan fokus kepada kesan penggunaan media sosial terhadap kesihatan mental dari aspek kemurungan atas beberapa faktor yang telah dikaji kepada 386 orang pelajar universiti tahun pertama yang berumur 19-21 tahun dan 104 peserta 18-30 tahun masing-masing, rujuk Jadual 3 Ringkasan Kajian secara Umum. Manakala, penggunaan media sosial secara berlebihan juga akan menyebabkan kehidupan terganggu, tekanan dan *technostress* (Fakhar et al. 2021). Nur Muneerah et al. (2022) juga menemui bahawa penggunaan media sosial boleh mendorong tekanan teknologi, *technostress* dan seterusnya, menjejaskan prestasi kerja yang inovatif. Ketagihan telefon pintar dalam kalangan pelajar perubatan yang dikaji oleh Leonord Yik et al. (2020) boleh membawa kepada masalah psikologi dan menjadikan kumpulan yang paling terdedah kepada kesihatan mental ialah pelajar perubatan yang mempunyai ciri personaliti neurotik.

Jadual 5: Permasalahan Kesihatan Mental Hasil daripada Penggunaan Media Sosial

Rujukan	Tajuk Kajian	Isu	Kesihatan mental
(Stephanie Ann et al. 2024)	Social Media Addiction and Depression Among Adolescents in Two Malaysian States	Faktor kemurungan dalam kalangan remaja adalah disebabkan ketagihan media sosial	Ketagihan media sosial dan kemurungan
(Hazwanim Hashim et al. 2023)	Problematic Smartphone Use and Its Impact on the Psychology of Adolescent in Malaysia	-penggunaan telefon pintar yang berlebihan -penggunaan yang tidak terkawal dan meluas, sehingga ketagihan teknologi dan tingkah laku lain, seperti ketagihan Internet dan permainan atas talian.	<i>Problematic Smartphone Use</i> (PSU), kemurungan, kebimbangan dan tekanan
(Antoon De Rycker & Fatin Umairah 2023)	Do Social Media and Messaging Apps Influence Loneliness? The Case of Young Malaysian Higher Education Students during the COVID-19 Pandemic	Penyelidikan terhadap media sosial terhadap kesejahteraan psikologi telah menghasilkan penemuan yang bercanggah dengan kekurangan kepastian tentang kesannya.	Kesunyian
(Radiyah et al. 2023)	Relationship between Smartphone Addiction, Personality Traits and Cyberloafing Behaviour Among Malaysian Youths	-Ketagihan telefon pintar dalam kalangan belia. -Ketagihan ini diburukkan lagi oleh <i>cyberloafing</i> dan ciri personaliti, yang boleh memberi kesan negatif terhadap produktiviti dan kecekapan dalam tetapan pendidikan.	Ketagihan telefon pintar
(Nur Muneerah et al. 2022)	The Effect of WhatsApp Usage on Employee Innovative Performance at the Workplace: Perspective from the	Cara penggunaan media sosial boleh memberi kesan kepada prestasi kerja pekerja, terutamanya dalam inotivasi kerja.	<i>Technostress</i>

	Stressor-Strain-Outcome Model		
(Kong 2022)	Use of Social Media and Depression in First-Year Undergraduate Students During COVID-19 Lockdown	Pandemik COVID-19 menyebabkan kebanyakan institusi pendidikan beralih kepada pembelajaran dalam talian sebagai model penyampaian pendidikan standard.	Kemurungan
(Mohd Kamal & Mohd Yasin 2022)	A Cross-Generational Comparison of Smartphone Addiction Among Gen X and Gen Y Smartphone Users in Malaysia	Terdapat 28.36 juta pengguna telefon pintar di Malaysia pada tahun 2021, dan dijangkakan jumlah pengguna akan meningkat kepada 29 juta pada tahun 2021. Gen Y mempunyai gaya pembelajaran yang berbeza daripada Gen X	Ketagihan telefon pintar
(Fakhar et al. 2021)	Late-Night Use of Social Media and Cognitive Engagement of Female Entrepreneurs: a Stressor-Strain-Outcome Perspective	Penggunaan media sosial secara berlebihan adalah fenomena yang muncul dengan beberapa kesan negatif dalam konteks keusahawanan.	Gangguan hidup, tekanan dan <i>technostress</i>
(Chan et al. 2021)	Exploring the Relationship Between Mobile Addiction, Interpersonal Relationship and Academic Behavior Among Young Adults in Tertiary Institutions	Peningkatan penyalahgunaan telefon pintar dalam kalangan remaja kini membimbangkan orang ramai, ibu bapa dan pendidik	Ketagihan mudah alih
(Leonord Yik et al. 2020)	The Relationship of Smartphone Addiction with Psychological Distress and Neuroticism Among University Medical Students	Ketagihan telefon pintar dilaporkan semakin meningkat dalam kalangan pelajar kolej dan universiti. Ketagihan telefon pintar boleh menjejaskan prestasi akademik dan kesihatan psikologi mereka.	Ketagihan telefon pintar dengan tekanan psikologi dan neurotikisme.
(Prihadi et al. 2019)	Cyber-Victimization and Perceived Depression: Serial Mediation of Self-Esteem and Learned-Helplessness	Persepsi menjadi mangsa siber adalah faktor yang kuat terhadap simptom kemurungan berbanding persepsi menjadi mangsa di luar talian	Kemurungan

PERBINCANGAN

Pola Penggunaan Media Sosial dalam Kalangan Penduduk Malaysia

Ketagihan telefon pintar, telefon mudah alih dan media sosial menjadi satu kebimbangan dalam kalangan rakyat Malaysia. Kajian telah membuktikan bahawa kebanyakan masyarakat yang mengalami ketagihan ini adalah daripada golongan remaja dan belia lelaki yang berumur lingkungan 15 tahun hingga ke 30 tahun. Namun tidak dinafikan bahawa wanita juga mengalami ketagihan telefon pintar dan ketagihan media sosial. Kajian Radiyatul Adawiyah et al. (2023) menyatakan bahawa personaliti *extraversion* dan penuh ketelitian didapati berkait rapat dengan ketagihan telefon pintar. Manakala, tingkah laku *cyberloafing* pula dikaitkan secara positif dengan ciri-ciri *extraversion*, tetapi tidak terdapat korelasi yang signifikan dengan ketagihan telefon pintar.

Golongan dewasa muda yang mempunyai ciri-ciri personaliti *extraversion* mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk mengalami ketagihan telefon pintar dan aktiviti *cyberloafing*. *Extraversion* ditakrifkan sebagai sebuah keadaan apabila seseorang mendapatkan kepuasan daripada luar dirinya sendiri. Ekstrovert cenderung untuk menikmati interaksi manusia dan menjadi bersemangat, bercakap, tegas dan suka bergaul (Petric 2022). Manakala, *cyberloafing* bermaksud penggunaan Internet dalam sesebuah organisasi untuk tujuan lain yang tiada kaitan dengan kerja dan dilakukan dengan sengaja semasa waktu kerja (Andel et al. 2019).

Permasalahan Kesihatan Mental Hasil daripada Penggunaan Media Sosial

Antara permasalahan kesihatan mental hasil daripada penggunaan media sosial adalah kemurungan, *problematic smartphone use* (PSU), kebimbangan, tekanan, kesunyian, *technostress*, gangguan hidup dan neurotikisme. Menurut Stephanie Ann et al. (2024) dan Hazwanim Hashim et al. (2023) antara faktor kemurungan dalam kalangan pengguna media sosial juga adalah disebabkan ketagihan media sosial. Walau bagaimanapun dalam kajian Kong (2022), faktor kemurungan dalam kalangan pengguna media sosial di Malaysia adalah disebabkan kebanyakan institusi pendidikan yang beralih kepada pembelajaran secara atas talian sebagai sebuah model penyampaian pendidikan yang diselaraskan pada pasca pandemik COVID-19. Selain itu, faktor kemurungan dalam kajian Prihadi et al. (2019) pula,

adalah disebabkan pengguna media sosial mengalami persepsi menjadi mangsa buli siber di media sosial.

Menurut Hazwanim Hashim et al. (2023) lagi, penggunaan media sosial yang tidak terkawal dan sangat meluas sehingga menyebabkan ketagihan teknologi dan tingkah laku lain, seperti ketagihan Internet dan permainan atas talian juga adalah faktor PSU, kebimbangan dan tekanan terutamanya dalam kalangan pelajar Melayu. PSU merupakan keinginan yang berulang-ulang untuk menggunakan telefon sehingga sukar dikawal dan membawa kepada gangguan dalam aktiviti harian (Busch & Mccarthy 2021). Dalam kajian Nur Muneerah et al. (2022) dan Fakhar et al. (2021), *technostress* dalam kajian masing-masing berlaku adalah disebabkan bebanan pekerja yang memerlukan penggunaan media sosial secara berlebihan dan penggunaan media sosial sehingga lewat malam sehingga melibatkan gangguan kognitif keusahawanan. *Technostress* adalah sebuah masalah tekanan yang dialami pekerja yang menjadi pengguna terakhir ketika hari kerja tersebut dalam sesebuah organisasi sebagai hasil daripada penggunaan ICT mereka (Bondanini et al. 2020).

IMPLIKASI KAJIAN

Walaupun hasil kajian ini banyak dapat membantu para pengkaji akan datang dalam menganalisis artikel-artikel terkumpul yang berkaitan dengan tema, namun masih terdapat beberapa kekurangan dalam kajian ini yang boleh ditambahbaik pada kajian akan datang. Antara kekurangan yang terdapat dalam kajian ini ialah pengkaji hanya memberi fokus dalam pangkalan data SCOPUS sahaja sehingga dapatan yang diterima masih belum dikira secara holistik. Oleh itu, bagi mendapatkan data dan saringan yang lebih holistik, pengkaji hendaklah menambah baik metode sorotan karya bersistematik dengan menggunakan lebih banyak pangkalan data agar hasil yang diterima tidak terhad hanya dalam satu pangkalan data sahaja.

Selain itu, pengkaji mendapati bahawa ketagihan telefon pintar, telefon mudah alih dan media sosial dalam kalangan pengguna di Malaysia masih perlu dikawal dan diatasi dengan bimbingan daripada pihak-pihak yang berautoriti sama ada daripada pihak kerajaan mahupun badan-badan bukan kerajaan. Sebagai contoh daripada pihak kerajaan ialah Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) dan Jabatan Perangkaan Malaysia (DOSM).

Pengkaji juga mencadangkan agar pendakwah-pendakwah Malaysia mengambil langkah proaktif dalam menjadikan media sosial sebagai sebuah platform solusi untuk menangani permasalahan fizikal, mental mahupun rohani pengguna media sosial. Para pendakwah tidak mengira umur dan jantina hendaklah lebih bersifat intensif, inovatif dan

kreatif dalam mencipta kandungan yang dapat menarik minat pengguna media sosial agar lebih ke arah kebaikan dan kembali ke arah agama Islam. Pendakwah-pendakwah juga hendaklah berusaha melakukan alternatif preventif sebagai solusi untuk menangani permasalahan kesihatan mental disebabkan media sosial dalam kalangan penduduk Malaysia.

KESIMPULAN

Berdasarkan sorotan karya bersistematik yang dikaji, pengkaji mendapati pola pengguna media sosial di Malaysia menunjukkan pada tahap yang tinggi sehingga membawa kepada ketagihan terhadap media sosial dalam kalangan penduduk Malaysia. Penggunaan media sosial secara tak terkawal juga, memberikan kesan negatif kepada kesihatan mental pengguna seperti kemurungan, *Problematic Smartphone Use* (PSU), kebimbangan, tekanan, kesunyian, *technostress*, gangguan hidup dan neurotikisme. Pengkaji juga mencadangkan agar pihak yang berautoriti dan pihak yang berkaitan memainkan peranan penting dalam membimbing pengguna-pengguna media sosial di Malaysia agar ketagihan dapat dikawal dan masalah kesihatan mental dapat dikurangkan. Pendekatan Islam melalui platform media sosial juga menjadi suatu perkara yang penting dalam menangani isu ketagihan dalam kalangan pengguna di Malaysia. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberi kesedaran kepada masyarakat bahawa penggunaan media sosial secara berlebihan, boleh membawa kepada kemerosotan kesihatan mental. Kajian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan kepada seluruh pendakwah-pendakwah Malaysia, tidak mengira umur dan jantina agar menjadikan media sosial sebagai sebuah platform dan alternatif preventif sebagai solusi untuk menangani permasalahan fizikal, mental mahupun rohani. Selain itu, kajian ini dapat dijadikan panduan buat para pengkaji, para kaunselor dan para psikologi klinikal agar mengkaji lebih lagi permasalahan kesihatan mental hasil daripada penggunaan media sosial.

RUJUKAN

- Aliff Naw, Nor Yazid Khamis, Zalmizy Hussin & Muhammad Noor Abdul Aziz. 2023. Exploring disruptive adolescent behaviours on social media: A case study during the times of crisis. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities* 31(4): 1343-1362.
- Andel, S. A., Kessler, S. R., Pindek, S., Kleinman, G., & Spector, P. E. 2019. Is cyberloafing more complex than we originally thought?

- Cyberloafing as a coping response to workplace aggression exposure. *Computers in Human Behavior* 101: 124-130.
- Antoon De Rycker & Fatin Umairah Abdul Jamal. 2023. Do social media and messaging apps influence loneliness? The case of young Malaysian Higher Education students during the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication* 39 (1): 1-20.
- Bondanini, G., Giorgi, G., Ariza-Montes, A., Vega-Muñoz, A., & Andreucci-Annunziata, P. 2020. Technostress dark side of technology in the workplace: A scientometric analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(21): 8013.
- Chan Yuen Fook, Suthagar Narasuman, Norazah Abdul Aziz, Sharifah Muzlia Mustafa & Cheong Tau Han. 2021. Exploring the relationship between mobile addiction, interpersonal relationship, and academic behavior among young adults in tertiary institutions. *Malaysian Journal of Learning and Instruction* 18: 263-299.
- Cumpston, M., Li, T., Page, M. J., Chandler, J., Welch, V. A., Higgins, J. P. & Thomas, J. 2019. Updated guidance for trusted systematic reviews: a new edition of the Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions. *The Cochrane database of systematic reviews* 2019 (10): 1-2.
- Dudi Iskandar. 2021. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Petunjuk Praktis Untuk Penelitian Lapangan, Analisis Teks Media, Dan Kajian Budaya*. Maghza Pustaka.
- Fakhar Shahzad, Adnan Abbas, Adnan Fateh, Raja Suzana Raja Kasim, Kashif Akram & Sheikh Farhan Ashraf. 2021. Late-night use of social media and cognitive engagement of female entrepreneurs: A stressor–strain–outcome perspective. *SAGE Open* 11(3): 1-12.
- García-Peñalvo, F. J. 2022. Developing robust state-of-the-art reports: Systematic literature reviews. *Education in the Knowledge Society* 23: 1-21.
- Hazwanim Hashim, Hizlinda Tohid, Teh Rohaila Jamil, Nik Ruzyanei Nik Jaafar & Shamsul Azhar Shah. 2023. Problematic smartphone use and its impact on the psychology of adolescents in Malaysia. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities* 31(2): 505-526.
- Kemp, Simon. 2023. Digital 2023: Malaysia. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-malaysia>. Dicapai pada 9 Februari 2024.

- Kong, K. 2022. Use of social media and depression in first-year undergraduate students during COVID-19 lockdown. *Asia Pacific Journal of Educators and Education* 36 (2): 45-63.
- Prihadi, K. Hui, Y. L. Chua, M. & Chang, C. K.W. 2019. Cyber-victimization and perceived depression: Serial mediation of self-esteem and learned-helplessness. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)* 8(4): 563-574.
- Leonard Yik Chuan Lei, Muhd al-Aarifin Ismail, Jamilah al-Muhammady Mohammad & Muhamad Saiful Bahri Yusoff. 2020. The relationship of smartphone addiction with psychological distress and neuroticism among university medical students. *BMC Psychol* 8 (1): 97.
- Mohamad Salim Fateh Din. 2022. Industry Performance Report 2022.
- Mohd Faizal Kasmani, Abdul Rashid Abdul Aziz & Rezki Perdani Sawai. 2022. Self-Disclosure on Social Media and Its Influence on the Well-Being of Youth. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication* 38(3): 272-290.
- Mohd Kamal Othman & Mohd Yasin Mohd Amin. 2022. A cross-generational comparison of smartphone addiction among Gen X and Gen Y smartphone users in Malaysia. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)* 11(1): 320-326.
- Mohd Yusrizal Ab. Razak. 2022. Malaysia Happiness Index (MHI) Report 2021.
- Moher, David; Liberati, Alessandro, Tetzlaff, Jennifer & Altman, Douglas G. 2010. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *International Journal of Surgery* 8 (5): 336-341.
- Muhamad Faisal Ashaari, Nurul Aini Norhisham, Rosmawati Mohamad Rasit & Zainab Ismail. 2021. Sorotan karya bersistematik terhadap penggunaan media sosial dalam kalangan warga emas di Malaysia bagi mengatasi kesunyian. *Geografia* 17(2): 248-260.
- Nur Muneerah Kasim, Muhammad Ashraf Fauzi, Muhammad Fakhrol Yusuf & Walton Wider. 2022. The effect of WhatsApp usage on employee innovative performance at the workplace: Perspective from the stressor-strain-outcome model. *Behavioral Sciences* 12(11): 456.
- Petric, D. 2022. The introvert-ambivert-extrovert spectrum. *Open Journal of Medical Psychology* 11(3): 103-111.
- Radiyatul Adawiyah, Azliyana Azizan, Ana Sahar & Isnaini Herawati. 2023. Relationship between smartphone addiction, personality

traits and cyberloafing behaviour among Malaysian youths. *Asian Journal of University Education* 19 (2): 395-403.

Shalini Munusamy, Sobana Jeyagobi, Isa Naina Mohamed, Jaya Kumar Murthy, Sheau Tsuey Chong, Hilwa Abdullah & Mohamad Rahim Kamaluddin. 2022. Underlying familial factors for aggressive behavior in romantic relationships: A systematic review. *International Journal Environmental Research Public Health* 19 (8): 4485.

Siti Nazurulaina Haji Aripin, Siti Aisyah Yahya, Suhaya Deraman & Noraini Abdol Raop. 2021. Kecerdasan spiritual dan kesihatan mental remaja. *Jurnal 'Ulwan* 6 (1): 144-154.

Statista Research Department. 2023. Active social media users as percentage of the total population in Malaysia from 2016 to 2023. <https://www.statista.com/statistics/883712/malaysia-social-media-penetration/>. Dicapai pada 13 Februari 2024.

Stephanie Ann Victor, Muhamad Shamsul Ibrahim, Sarina Yusuf, Norasyikin Mahmud, Khairul Azam Bahari, Loh Yoke Ling & Nur Nadia Abd Mubin. 2024. Social media addiction and depression among adolescents in two Malaysian states. *International Journal of Adolescence and Youth* 29 (1): 1-16.

Pengarang:

Siti Nurfatim Norasid
Program Pengajian Dakwah dan Kepimpinan
Fakulti Pengajian Islam
Universiti Kebangsaan Malaysia
Bandar Baru Bangi, Selangor.

Dr. Muhamad Faisal Ashaari
Pusat Kajian Dakwah dan Kepimpinan,
Fakulti Pengajian Islam
Universiti Kebangsaan Malaysia
Bandar Baru Bangi, Selangor.
faisal@ukm.edu.my