

Analisis Dampak Perkembangan Teknologi Digital pada Keterampilan Sosial Pelajar Remaja

Tiffany Yolanda¹, Tutin Aryanti², Alif Melky Ramdani³
Universitas Pendidikan Indonesia
tiffanyyolanda26@upi.edu

ABSTRACT

The development of digital technology has had a significant impact on the social life of adolescent students. The primary focus of this article is to analyze the impact of the development of digital technology on the social skills of adolescent students. The method used was a systematic literature review (SLR) of 400 articles, and 29 articles were selected based on strict inclusion criteria to ensure the quality and relevance of the data. The article was selected using the Covidence tool with a database collected from Google Scholar using Publish or Perish. Then, data from the selected articles were extracted using the PRISMA flow. The results of this study indicate that digital technology has a dual impact: on the one hand, it strengthens social skills, but on the other hand, it disrupts the development of greater social skills. In addition, integrating digital technology into education has changed the learning model and expanded access to the development of digital-based social intelligence in the academic environment. This article concludes the importance of a balanced approach in using digital technology to ensure optimal adolescent social skills development.

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital telah membawa dampak yang signifikan pada kehidupan sosial pelajar remaja. Fokus utama dari artikel ini adalah menganalisis dampak perkembangan teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja. Metode yang digunakan berupa Systematic Literature Review (SLR) terhadap 400 artikel, hingga terpilih 29 artikel berdasarkan kriteria inklusi yang ketat untuk menjamin kualitas dan relevansi data. Proses seleksi artikel dilakukan menggunakan tools Covidence dengan database yang dikumpulkan dari Google Scholar menggunakan Publish or Perish, kemudian data dari artikel yang terpilih diekstraksi menggunakan alur PRISMA. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa teknologi digital memiliki dampak ganda, di satu sisi memperkuat keterampilan sosial, akan tetapi di sisi lain mengganggu pengembangan keterampilan sosial yang lebih mendalam. Selain itu, integrasi teknologi digital dalam pendidikan telah mengubah model pembelajaran dan memperluas akses terhadap pengembangan kecerdasan sosial berbasis digital di lingkungan akademik. Artikel ini menyimpulkan pentingnya pendekatan yang seimbang dalam penggunaan teknologi digital untuk memastikan pengembangan keterampilan sosial remaja tetap optimal.

Informasi Artikel

Submission: 18 April 2026
Last revision: 19 Mei 2026
Acceptance: 17 Mei 2026
Publication: 30 Juni 2026

Keywords

social skill, adolescent student, social media, digital technology

Kata kunci

keterampilan sosial, pelajar remaja, media sosial, teknologi digital

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya yang digunakan seseorang agar mampu melaksanakan tugas hidupnya secara mandiri. Upaya ini dilakukan dengan cara mengembangkan potensi jasmani dan rohani dalam diri masing-masing individu (Hidayat & Abdillah, 2019). Pengembangan diri tersebut dapat dilakukan dengan membentuk kemampuan dan keahlian serta pembentukan etika maupun akhlak sebagai bekal dalam menghadapi dunia bermasyarakat (Suryani, 2023). Proses pendidikan dapat dibagi menjadi pendidikan formal, non formal, dan informal (Sui-ni, 2023). Lebih lanjut lagi, melalui Pasal 31 ayat (1) UUD RI 1945 dijelaskan bahwa setiap warga negara berhak memperoleh pendidikan, tidak terkecuali bagi warga yang sedang menjalani pidana (Aulia et al., 2024). Hal tersebut dilakukan untuk memastikan setiap hak pendidikan diterima dan diberikan kepada masyarakat tanpa terkecuali. Barda Nawawi Arief menjelaskan bahwa pidana merupakan suatu sistem berupa pemberian atau penjatuhan sanksi pidana kepada terpidana (Wulandari, 2023).

Saat menjalani masa pidana, seseorang akan ditempatkan dalam lembaga pemasyarakatan yang melaksanakan pembinaan narapidana berupa rumah tahanan negara (rutan), lembaga pemasyarakatan (lapas), dan lembaga pembinaan khusus anak (LPKA) (Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, 2022). Lembaga pemasyarakatan tersebut memiliki tugas dalam penegakan hukum, pengawasan, dan pemenuhan hak-hak dasar warga binaan (Nurgumilar et al., 2025). Selain itu, lembaga pemasyarakatan juga berfungsi untuk menyiapkan warga binaan agar dapat berperan kembali sebagai anggota masyarakat yang bertanggung jawab (Krismiarsi & Adikusuma, 2022). Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 3 Tahun 1997 Tentang Peradilan Anak, LPKA berfungsi untuk membina dan mendidik anak didik pemasyarakatan (Supandi, 2024).

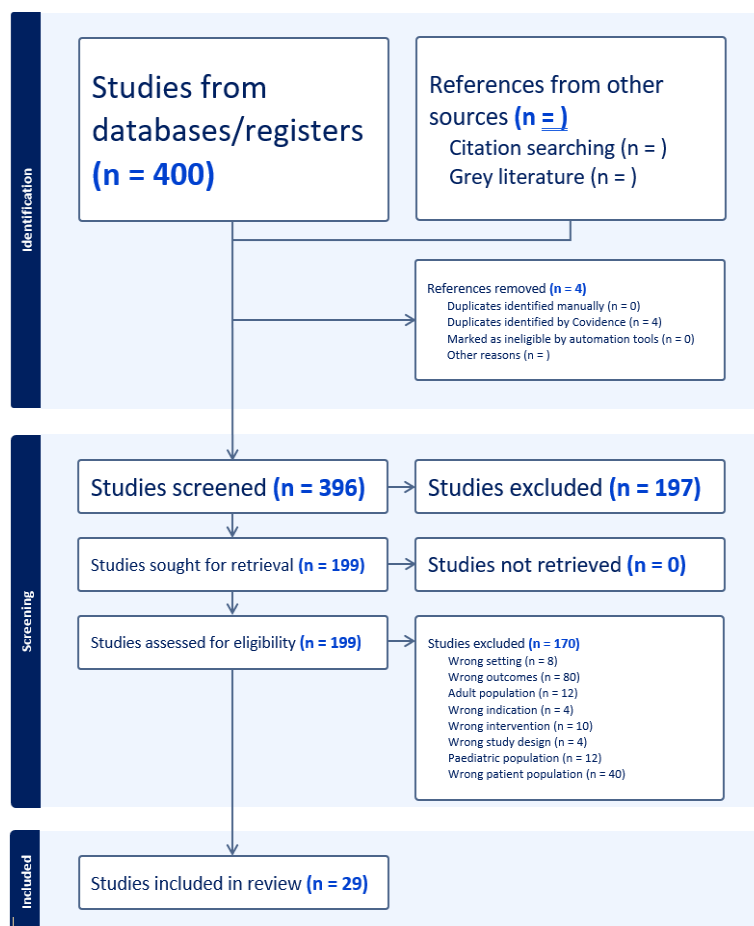
Data dari Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Kementerian Imigrasi dan Pemasyarakatan (Ditjenpas Kemenimipras) menunjukkan bahwa per 27 Mei 2025 terdapat 1.574 narapidana anak di Indonesia. Narapidana anak tersebut didominasi oleh laki-laki dengan jumlah 1.545 orang sementara narapidana perempuan berjumlah 29 orang (Ridwan, 2026). Namun, berdasarkan data dari Direktorat Jenderal Pemasyarakatan tahun 2024, dari total 1.427 anak binaan, hanya sebanyak 1.286 anak atau 90.11% yang memperoleh pendidikan baik formal maupun nonformal di dalam LPKA (Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa belum semua anak binaan mendapatkan hak pendidikan selama menjalani masa pidana. Padahal, Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2012 Tentang Sistem Peradilan Pidana Anak menyatakan bahwa lembaga pembinaan wajib memberikan hak pendidikan kepada anak binaan (Gulo et al., 2023). Pendidikan bagi anak binaan memiliki peran penting untuk memperoleh keterampilan baru, meningkatkan rasa percaya diri, dan mempersiapkan diri ke dalam kehidupan bermasyarakat (Zahroh & Purba, 2024).

Peran pemerintah dalam memenuhi hak pendidikan bagi anak binaan di LPKA masih belum optimal. Hal ini disebabkan terbatasnya sarana dan prasarana yang tersedia, terbatasnya anggaran, koordinasi yang kurang efektif, dan belum adanya standar nasional pendidikan di LPKA (Monica et al., 2024). Hambatan lain layanan pendidikan bagi anak binaan berasal dari aspek manajemen layanan dan keterbatasan pendidik dan tenaga kependidikan yang diperlukan (Susanto, 2022). Di samping itu, terdapat hambatan lain yang berasal dari diri anak binaan, seperti rendahnya motivasi belajar, trauma psikologis, dan kurangnya dukungan keluarga (Anami & Simanjuntak, 2025). Dalam hal ini, dukungan keluarga atau dukungan sosial menjadi elemen penting yang memengaruhi keberhasilan anak dalam mengikuti proses pendidikan dan pembinaan. Dukungan sosial dapat membantu anak binaan meningkatkan kemampuan sosial dan mengembangkan kepercayaan diri. Dukungan ini tidak terbatas pada pemberian bantuan secara langsung, tetapi juga melalui interaksi dengan orang sekitar (Amaliyah & Islamiyah, 2024). Dukungan sosial yang diberikan berupa nasihat, bantuan yang diberikan oleh orang yang akrab dan juga lingkungan sosial (Sari et al., 2022).

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan, terdapat penelitian oleh (Buana et al., 2025) dan (Jonata & Butar, 2022) yang baru sebatas membatasi bentuk program pendidikan nonformal dan informal yang terjadi di LPKA. Sementara itu, kajian mengenai pengaruh dukungan sosial umumnya masih berfokus pada klien dewasa, seperti yang diteliti oleh (Saputra & Muhammad, 2023) dan (Winner & Subroto, 2023). Sejauh ini, masih terdapat *research gap* mengenai bagaimana dukungan sosial berkaitan langsung dengan proses pemenuhan hak pendidikan anak binaan di LPKA. Novelty penelitian ini terletak pada integrasi sosiologis antara dukungan sosial dan praktik pendidikan di LPKA Kelas I Kutoarjo yang dianalisis menggunakan teori praktik sosial Pierre Bourdieu. Penelitian ini tidak hanya melihat dukungan sosial sebagai bantuan psikologis, melainkan mengonversikannya sebagai modal sosial yang dapat dimiliki atau diakses oleh anak binaan. Selain itu, LPKA Kelas I Kutoarjo juga diposisikan sebagai ranah unik tempat modal sosial saling bertarung atau dikonversi menjadi modal budaya. Konversi modal melalui proses ini dapat membentuk atau merekonstruksi habitus baru agar anak binaan mampu kembali menjalankan tugas hidupnya. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi memberikan arah baru dalam melihat praktik sosiologi pendidikan di dalam institusi pemsayarakatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini disusun menggunakan protokol SLR (*Systematic Literature Review*) dengan pendekatan PICOS (*Population, Intervention, Comparison, Outcome, and Study design*) untuk menganalisis dampak penggunaan teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja. Populasi yang diteliti adalah pelajar remaja berusia 13-18 tahun yang menggunakan berbagai bentuk teknologi digital, seperti media sosial, aplikasi chat, dan *game online*. Intervensi yang akan dianalisis adalah penggunaan teknologi digital melalui berbagai platform digital.



Gambar 1. Diagram Alir Penelitian (Sumber: Pengolahan Pribadi)

Proses pencarian dan seleksi literatur dilakukan menggunakan instrumen *tools Covidence* dengan database yang dikumpulkan dari *Google Scholar* menggunakan *Publish or Perish*. Artikel yang relevan akan disaring dengan menggunakan kata kunci. Data dari artikel yang terpilih kemudian diekstraksi menggunakan alur PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) dan dianalisis secara naratif untuk menggambarkan temuan-temuan utama mengenai dampak teknologi digital terhadap keterampilan sosial remaja. Teknik analisis yang digunakan adalah *Narrative Synthesis* untuk menyusun hasil penelitian yang relevan dan memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara teknologi digital dan keterampilan sosial pelajar. Berikut merupakan bagan hasil PRISMA yang diperoleh dari tinjauan *tools Covidence*.

Proses seleksi literatur dalam penelitian ini mengikuti alur PRISMA untuk memastikan transparansi dan ketelitian dalam penyaringan artikel. Tahapan dimulai dari proses identifikasi, di mana sebanyak 400 artikel berhasil dikumpulkan melalui pencarian pada basis data utama. Dari total tersebut, sebanyak 4 artikel dihapus karena terdeteksi sebagai duplikat oleh alat bantu *Covidence*, sehingga menyisakan 396 artikel untuk tahap selanjutnya. Kriteria inklusi dalam penelitian ini ditentukan dengan pendekatan PICOS, sebagaimana tabel di bawah ini:

Tabel 1. Tabel Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population</i>	Pelajar remaja	Populasi selain pelajar remaja
<i>Intervention</i>	Teknologi digital yang mempengaruhi keterampilan sosial remaja seperti media sosial, aplikasi <i>chat</i> , atau permainan daring	Studi yang tidak membahas dampak teknologi digital terhadap keterampilan sosial
<i>Comparison</i>	Pelajar remaja yang tidak pernah terpapar atau memiliki akses terbatas terhadap teknologi digital	Pelajar remaja yang memiliki akses terhadap teknologi digital
<i>Outcome</i>	Dampak teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja. Kemudian strategi pemanfaatan teknologi digital untuk meningkatkan keterampilan sosial pelajar remaja.	Studi tanpa fokus pada dampak teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja
<i>Study Design</i>	Artikel jurnal <i>peer-reviewed</i> , prosiding konferensi ilmiah	Artikel <i>non-peer-reviewed</i> , studi non-ilmiah
<i>Publication Date & Language</i>	Artikel diterbitkan antara 2020-2025 dalam bahasa Inggris atau Bahasa Indonesia	Artikel sebelum 2020, selain dalam Bahasa Inggris atau Bahasa Indonesia

Pada tahap penyaringan, 396 artikel yang tersisa dievaluasi berdasarkan judul dan abstrak untuk menilai relevansinya dengan fokus penelitian. Sebanyak 197 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi awal, sehingga hanya 199 artikel yang dilanjutkan untuk proses penelusuran dan penilaian lebih lanjut. Tidak ada studi yang gagal diperoleh kembali, sehingga seluruhnya dinilai pada tahap penilaian kelayakan. Evaluasi menyeluruh terhadap isi penuh dari 199 artikel ini dilakukan untuk menilai kesesuaian dengan kriteria yang telah ditentukan secara lebih mendalam.

Pada tahap penilaian kelayakan, sebanyak 197 artikel dikeluarkan karena berbagai alasan yang merinci ketidaksesuaian dengan tujuan penelitian, antara lain *setting* yang tidak sesuai (n=8), hasil yang tidak relevan (n=80), melibatkan populasi dewasa (n=12), indikasi yang tidak tepat (n=4), intervensi yang tidak sesuai (n=10), desain studi yang tidak relevan (n=4), populasi pediatrik yang tidak sesuai (n=12), serta populasi kajian yang tidak relevan (n=40). Setelah proses seleksi yang ketat dan sistematis ini, sebanyak 29 artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi dinyatakan layak dan dimasukkan ke dalam tahap tinjauan sistematis untuk dianalisis lebih lanjut dalam sintesis naratif. Proses ini memastikan bahwa analisis dilakukan hanya pada artikel yang relevan, berkualitas, dan mendukung tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulis mengumpulkan dan menganalisis 29 artikel ilmiah yang membahas topik mengenai dampak penggunaan teknologi yang berkembang saat ini terhadap semua dimensi kecerdasan sosial pelajar remaja. Pemilihan artikel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan untuk memastikan relevansi dan kualitas data yang diperoleh. Artikel-artikel yang terpilih kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi menjawab rumusan masalah dari penelitian ini, yaitu:

Q1: Bagaimana analisis dampak penggunaan teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja?

Q2: Bagaimana teknologi digital dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan keterampilan sosial pelajar remaja?

Ringkasan hasil analisis terhadap artikel-artikel yang memenuhi kriteria inklusi disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Tabel Artikel Yang Memenuhi Kriteria Inklusi

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
1.	Achterhof et al., 2022	<i>Adolescents real-time social and affective experiences of online and face-to-face interactions</i>	<ul style="list-style-type: none"> Desain studi menggunakan <i>Experience Sampling Method</i> selama 6 hari untuk mengumpulkan data real-time dari partisipan Partisipan berjumlah 1.705 remaja dari lima provinsi di Flanders Data dikumpulkan lewat 10 prompt harian via aplikasi dengan respons 90 detik Instrumen menggunakan aplikasi <i>mobileQ</i> untuk mencatat pengalaman emosional dan sosial Prosedur mencakup sosialisasi, izin orang tua, kuesioner awal, dan pelatihan aplikasi 	<ul style="list-style-type: none"> Pengalaman sosial positif lebih tinggi saat interaksi langsung dibandingkan daring Remaja merasa lebih buruk saat mengisolasi diri dibanding saat berinteraksi daring atau langsung Interaksi langsung memberi pengalaman emosional terbaik, meski daring juga berdampak positif Pengalaman sosial positif berkorelasi dengan kesejahteraan emosional <i>real-time</i> Konteks sosial nyata penting bagi kesejahteraan remaja meski media digital tetap berperan 	V	-
2.	Adum & Utuaga, 2024	<i>Investigating the Influence of Digital Technology on the Academic Performance of in-School Adolescents in Anambra State, Nigeria</i>	<ul style="list-style-type: none"> Desain penelitian menggunakan survei deskriptif Sampel 400 remaja dari populasi 129.129 di Anambra diambil secara acak Instrumen berupa kuesioner 37 item berbasis skala Likert 5 poin Uji reliabilitas dilakukan dengan metode <i>test-retest</i> dan <i>Cronbach Alpha</i> Analisis data memakai skor rata-rata dengan batas penerimaan ≥ 2.50 	<ul style="list-style-type: none"> Teknologi digital berdampak pada kinerja akademik remaja Remaja menghabiskan 4-5 jam setiap hari di perangkat digital Frekuensi tinggi penggunaan gadget digital menyebabkan adiksi Penggunaan perangkat digital memiliki dampak kesehatan mental positif dan negatif Informasi yang menyesatkan berdampak negatif pada kinerja akademik dan kesejahteraan sosial remaja 	V	V
3.	Aleksić, 2023	<i>The Impact of Interactive Digital Technology Exposure on Generation Z Students Learning Performance in Computer Graphics and Simulations: A Comparative Study of Greece and Serbia</i>	<ul style="list-style-type: none"> Studi korelasional dengan 397 responden Generasi Z dari Yunani dan Serbia Variabel utama: eksposur digital dan <i>game</i> sebagai prediktor prestasi akademik. 	<ul style="list-style-type: none"> Pelajar Yunani menghabiskan lebih banyak waktu daring daripada pelajar Serbia Pelajar Serbia mengungguli pelajar Yunani dalam kinerja belajar 	V	V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> • Mengukur exposure digital, gangguan internet/<i>game</i>, dan kinerja belajar • Data dikumpulkan lewat survei berbasis ingatan peserta • Analisis menggunakan CFA, rotasi Promax, dan korelasi variabel 	<ul style="list-style-type: none"> • Peningkatan waktu daring berkorelasi dengan skor literasi teknis yang lebih rendah • Kebutuhan untuk pengembangan kompetensi digital guru agar mampu mengarahkan pelajar memanfaatkan teknologi secara efektif dan aman. 		
4.	Butler, 2024	<i>A Critical Review of Digital Technology in Education: A Pause for Thought in 2024</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan literatur peer-reviewed dari psikologi, neurosains, dan pendidikan • Mengintegrasikan temuan lintas disiplin tentang dampak fisik dan psikologis teknologi digital • Menganalisis studi kasus dan data empiris terkait efek teknologi digital • Melakukan evaluasi kritis terhadap klaim manfaat teknologi digital dalam pendidikan • Menyusun rekomendasi berbasis bukti untuk praktik pendidikan masa depan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bukti ilmiah tentang manfaat teknologi digital dalam pendidikan masih terbatas • Penggunaan layar berlebihan berdampak negatif pada tidur, mata, dan fungsi kognitif • Teknologi digital di kelas sering mengganggu proses dan hasil belajar • Metode tradisional seperti membaca cetak dan menulis tangan lebih efektif • Perlu pendekatan berbasis bukti untuk penerapan teknologi secara seimbang dalam pendidikan 	V	V
5.	Ciudad-Fernández, 2024	<i>How adolescents lose control over social networks: A process-based approach to problematic social network use</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Desain penelitian kualitatif dengan analisis tematik Braun dan Clarke • Partisipan sekitar 50 remaja usia 13–17 tahun dari sekolah negeri dan swasta di Valencia • Data dikumpulkan lewat wawancara semi-terstruktur berbasis skala standar dan teori adiksi digital • Focus group dipandu dua peneliti sebagai moderator dan pengamat • Analisis data melibatkan dua peneliti, diskusi konsensus, dan perangkat lunak Atlas.ti 	<ul style="list-style-type: none"> • Ciri penggunaan bermasalah meliputi kecanduan, gangguan kontrol, dan perhatian obsesif terhadap media sosial • Motivasi utama penggunaan adalah regulasi emosi, keingintahuan, dan kebutuhan interaksi sosial • Model pengendalian perilaku mencakup kontrol impulsif dan kontrol terencana yang sama-sama dapat memicu masalah • Dampak negatif mencakup penurunan prestasi akademik dan risiko fisiologis • Solusi efektif adalah pendekatan terpadu yang menargetkan motivasi dan perilaku secara bersamaan 	V	V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
6.	Dsane, 2022	<i>Implications of social media use on the socialisation and social behaviour of adolescents in Somanya</i>	<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus pengaruh media sosial pada sosialisasi remaja Somanya Data dari wawancara dan diskusi kelompok fokus peserta beragam Partisipan dipilih berdasarkan kesediaan dan penggunaan media sosial konsisten Instrumen panduan wawancara dan diskusi mendalami pengalaman remaja Analisis deskriptif dan tematik identifikasi pola dan tema utama 	<ul style="list-style-type: none"> Remaja lebih suka media sosial untuk komunikasi daripada kontak fisik Media sosial mempengaruhi sosialisasi tatap muka di kalangan remaja Interaksi daring mempengaruhi nilai, norma, dan perilaku sosial remaja Beberapa remaja mengabaikan etika komunikasi daring Penggunaan media sosial berdampak pada kehadiran di pertemuan sosial dan keluarga 	V	V
7.	Goddard et al, 2024	<i>Adolescent Technology Use and Affective Well-Being: Taking a More Nuanced Look</i>	<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan sampel besar 6.629 remaja AS usia rata-rata 13,3 tahun lewat survei daring dengan persetujuan etis Mengukur emosi dengan adaptasi PANAS-C untuk 6 emosi positif dan negatif selama dua minggu terakhir Mengumpulkan data penggunaan teknologi melalui self-report dan menganalisis pola dengan <i>Latent Profile Analysis</i> Melakukan analisis statistik canggih untuk mengkaji hubungan pola penggunaan teknologi dan emosi Mengkaji perubahan emosi setelah penggunaan teknologi dan persepsi emosional umum 	<ul style="list-style-type: none"> Waktu penggunaan teknologi berkorelasi moderat dengan suasana hati positif dan sedikit negatif Jenis teknologi terkait dengan variasi emosi positif dan negatif, seperti media sosial yang memunculkan rasa terhubung dan kesepian Lima profil penggunaan teknologi menunjukkan hubungan berbeda dengan emosi positif dan negatif Persepsi emosi setelah penggunaan teknologi berbeda dari emosi global selama dua minggu Jenis kegiatan teknologi seperti <i>video game</i> dan <i>browsing</i> berpengaruh berbeda terhadap emosi positif dan negatif 	V	
8.	Haddock, 2022	<i>Positive effects of digital technology use by adolescents: A scoping review of the literature</i>	<ul style="list-style-type: none"> Tinjauan literatur scoping review terhadap artikel empiris dan kajian terkait Artikel yang dikaji dipublikasikan antara 2012 hingga 2022 Pencarian dan seleksi artikel menggunakan kata kunci terkait 	<ul style="list-style-type: none"> Penggunaan teknologi digital berkorelasi dengan perkembangan positif otak, kognisi, dan sosial-emosional remaja Video game meningkatkan volume materi abu-abu otak dan kemampuan perhatian, memori, serta integrasi visual-motor 	V	

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<p>teknologi digital dan perkembangan dengan konsensus tiga penulis</p> <ul style="list-style-type: none"> Analisis mendalam terhadap 53 artikel dari 131 artikel awal yang memenuhi kriteria Penelitian mengikuti pedoman PRISMA untuk tinjauan ruang lingkup. 	<ul style="list-style-type: none"> Dukungan sosial daring dan <i>witnessing social engagement</i> mendukung kesejahteraan sosial emosional remaja Teknologi digital mendukung komunikasi, dukungan sosial, dan pengakuan pencapaian remaja Efek media digital bervariasi menurut konten, durasi, dan preferensi pengguna sehingga butuh pendekatan personalisasi 		
9.	Hardika & Rinaldi, 2024	<i>Peran Moderasi Kontrol Diri dalam Hubungan antara Keterampilan Sosial dan Penggunaan Internet Bermasalah pada Remaja</i>	<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan pendekatan korelasional kuantitatif Melibatkan 137 responden remaja berusia 12-20 tahun Menggunakan skala keterampilan sosial untuk pengukuran Menggunakan skala pengendalian diri untuk penilaian Menerapkan skala penggunaan internet yang bermasalah 	<ul style="list-style-type: none"> Keterampilan sosial berkorelasi dengan penggunaan internet yang bermasalah pada remaja Kontrol diri memoderasi hubungan antara keterampilan sosial dan penggunaan internet Penelitian menggunakan skala untuk keterampilan sosial, pengendalian diri, dan penggunaan internet. 	V	V
10.	Jusic, 2023	<i>Lessons from Cyberpsychology that Educators Should be Reminded of</i>	<ul style="list-style-type: none"> Merujuk pada studi empiris terkait perhatian digital, media sosial, tidur, emosi, dan teori konstrual-level. Melakukan analisis kualitatif terhadap pengaruh teknologi digital pada motivasi, perhatian, dan emosi pelajar. Mengembangkan konsep dan rekomendasi praktis seperti digital detox dan pengelolaan emosi untuk pendidik. Menggunakan pendekatan multidisipliner dari psikologi, pendidikan, neuroscience, dan teknologi digital. 	<ul style="list-style-type: none"> Teknologi digital secara signifikan berdampak pada motivasi dan keterlibatan pelajar di ruang kelas Kesadaran akan efek digital mempromosikan pembelajaran mandiri di antara pelajar Pendidik harus beradaptasi dengan perspektif digital-asli pelajar untuk pengajaran yang efektif Faktor <i>cyber</i> mempengaruhi perhatian, motivasi, dan pengalaman emosional pada pelajar Perubahan perilaku sederhana dapat meningkatkan keterlibatan pelajar di kelas pagi 	V	V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
11.	Krogh, 2022	<i>The beautiful and the fit reap the spoils: body image as a condition for the positive effects of electronic media communication on well-being among early adolescents</i>	<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan data dari 1.843 remaja awal berusia 12-17 tahun sebagai data penelitian Menggunakan model regresi kuadrat terkecil biasa (OLS) Mengukur intensitas komunikasi media elektronik (EMC) Melakukan analisis moderasi untuk menilai dampak citra tubuh 	<ul style="list-style-type: none"> Intensitas EMC berhubungan positif dengan kesejahteraan pada remaja Hubungan positif dimoderasi oleh citra tubuh perseptual Citra tubuh negatif meniadakan efek positif EMC Temuan menyoroti kompleksitas dalam interaksi EMC dan kesejahteraan 	V	
12.	Li, 2024	<i>Personal technology use on student social-emotional development in high school curricula</i>	<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendalami pengalaman pengaruh teknologi pada sosial-emosional pelajar Telaah pustaka komprehensif studi empiris dan teoritis tentang teknologi dan SEL di SMA Pengamatan langsung perilaku sosial-emosional pelajar oleh penulis sebagai pengajar Menghubungkan data empiris dan pengalaman pribadi untuk analisis keterkaitan Identifikasi gap literatur dan rekomendasi untuk studi dan integrasi teknologi dalam SEL 	<ul style="list-style-type: none"> Penggunaan teknologi pribadi dan media sosial berlebihan terkait kecemasan dan stres pelajar SMA Banyak pelajar mengalami kecemasan sosial dan kesepian akibat intensitas penggunaan media sosial Kurangnya integrasi pembelajaran sosial-emosional (SEL) efektif dalam kurikulum sekolah Teknologi terstruktur seperti aplikasi SEL dapat mendukung keterampilan sosial dan emosional Dukungan orang tua dan pendidik penting untuk membimbing penggunaan teknologi yang sehat 	V	V
13.	Liebherr et al., 2025	<i>The Digital Media-use Effects (d-MUSE) Model: A comprehensive framework for exploring/ studying functional and dysfunctional effects on adolescent well being</i>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan tinjauan literatur komprehensif tentang efek media digital pada kesejahteraan anak dan remaja Mengumpulkan data melalui seleksi artikel ilmiah dan model konseptual terkait Menganalisis data kualitatif dengan model d-MUSE dan menilai mekanisme psikologis 	<ul style="list-style-type: none"> Penggunaan media digital berdampak pada perkembangan kognitif, emosional, dan sosial secara positif dan negatif Model D-muse menyoroti mekanisme psikologis yang mempengaruhi kesejahteraan Keseimbangan dalam hasil penggunaan media sangat penting untuk fungsionalitas 	V	

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan pendekatan teoritis dan komprehensif untuk memahami pengaruh media digital 	<ul style="list-style-type: none"> Penelitian masa depan harus mengeksplorasi karakteristik media yang mempengaruhi dampak positif dan negatif 		
14.	Littlejohn, 2024	<i>The Psychological Changes in Behavior of Adolescents From Excessive Social Media Usage</i>	<ul style="list-style-type: none"> Pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk eksplorasi mendalam Sampel 150 pelajar sekolah menengah dari wilayah DC, MD, dan VA, dipilih melalui purposive sampling Data dikumpulkan melalui survei kuesioner di platform Qualtrics Validitas dan reliabilitas dijaga dengan instrumen dan pengumpulan data yang sistematis. 	<ul style="list-style-type: none"> Mengungkapkan hubungan antara penggunaan media sosial berlebihan dan perubahan perilaku remaja Media sosial memberi dampak negatif, seperti kecanduan penelitian mendatang direkomendasikan memperhatikan faktor demografis, durasi penggunaan, dan latar belakang sosial ekonomi 		V
15.	Merkaš et al., 2024a	<i>From Use for Good to Overuse for Bad”: Association Among Smartphone Use, Problem Behaviors and Well-Being in Adolescents</i>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan studi longitudinal dengan 4 gelombang data tahun 2021-2023 Responden adalah 284 remaja Kroasia usia 10-15 tahun Menggunakan Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV) Menganalisis hubungan lintas waktu antara PSU, masalah internal, dan kesejahteraan Mengontrol usia, jenis kelamin, dan waktu dalam analisis data untuk mengurangi pengaruh variabel luar. 	<ul style="list-style-type: none"> PSU terkait penurunan kepuasan hidup dan peningkatan masalah internal serta emosi negatif PSU berpengaruh tidak langsung pada kesejahteraan lewat masalah internal Hubungan timbal balik antara PSU dan masalah internal terjadi PSU meningkatkan emosi negatif tanpa pengaruh pada emosi positif Temuan berlaku pada remaja sehat dari keluarga dua orang tua dengan perilaku rendah. 		V
16.	Merkaš et al., 2024b	<i>Problematic smartphone use and communication in families with adolescents</i>	<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan desain longitudinal empat gelombang untuk menilai dampak ponsel problematik pada komunikasi keluarga Melibatkan 284 remaja usia 10-15 tahun dan orang tua dengan persetujuan tertulis 	<ul style="list-style-type: none"> PSU tidak berpengaruh langsung pada keterampilan komunikasi remaja PSU memengaruhi keterampilan komunikasi secara tidak langsung lewat komunikasi keluarga yang buruk PSU meningkatkan konflik orang tua dan remaja terkait penggunaan ponsel 		V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> • Mengukur ponsel problematik, konflik, komunikasi keluarga, dan keterampilan komunikasi remaja lewat kuesioner • Mengumpulkan data penggunaan ponsel harian dan data demografis • Menganalisis pengaruh langsung dan tidak langsung ponsel problematik pada keterampilan komunikasi remaja 	<ul style="list-style-type: none"> • Konflik penggunaan ponsel menurunkan keterampilan komunikasi remaja • Penggunaan ponsel berlebihan meningkatkan konflik dan memperburuk komunikasi keluarga serta remaja 		
17.	Mogambi, 2025	<i>My Mobile Phone and I: Youth Culture, Identity and Lifestyle in Kenya</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Meneliti pengaruh ponsel pada budaya remaja Kenya dengan pendekatan deskriptif • Partisipasi aktif ponsel usia 15 sampai 24 tahun dari berbagai latar sosial ekonomi di Nairobi • Data dikumpulkan lewat diskusi kelompok fokus dan wawancara mendalam • Panduan wawancara berisi pertanyaan tertutup dan terbuka untuk komunikasi jujur • Analisis data tematik mengidentifikasi hubungan antara identitas media sosial dan gaya komunikasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Ponsel menggantikan komunikasi tradisional dengan digital melalui media sosial dan pesan teks di kalangan remaja Kenya • Penggunaan ponsel memperkuat hubungan sosial meski kadang dangkal • Mobile phones membentuk identitas digital remaja yang berbeda dari identitas offline • Peer groups mempengaruhi identitas remaja lewat mode, bahasa, dan perilaku sosial dengan tekanan tren • Penggunaan ponsel membuka paparan budaya global yang menciptakan identitas hibrida pada remaja Kenya 	V	V
18.	Mora-Guevara et al, 2022	<i>Psychosocial factors associated with techno-addiction in young people: systematic review of literature</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Pemilihan literatur mengikuti protokol yang ditetapkan untuk tinjauan sistematis • Artikel dipilih berdasarkan judul dan abstrak • Artikel duplikat dihilangkan dari database yang berbeda • Diagram alur dirancang untuk pemilihan teks 	<ul style="list-style-type: none"> • Artikel berfokus pada faktor psikososial kecanduan teknologi di masa muda • Temuan menunjukkan peningkatan interaksi online menyebabkan isolasi diri luring • Kecanduan ponsel terkait dengan berkurangnya tanggung jawab akademik • Keterikatan yang aman berkorelasi dengan gejala kecanduan yang lebih rendah 	V	V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> • Pembacaan akhir artikel terpilih dilakukan • Daftar periksa dibuat berdasarkan panduan STROBE • Analisis kuantitatif dan kualitatif dilakukan pada pengolahan data 	<ul style="list-style-type: none"> • Menekankan perlunya pendidikan penggunaan teknologi yang bertanggung jawab 		
19.	Nicolas, 2020	<i>The impact of social media on adolescent attachment style for generation Z</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Mengkaji literatur dan data sekunder tentang pengaruh media sosial pada attachment remaja • Pendekatan kualitatif deskriptif untuk hubungan penggunaan media sosial dan attachment • Analisis kuantitatif pola penggunaan dan dampak pada attachment • Berfokus pada aspek perilaku daring dan luring serta dampak hubungan sosial 	<ul style="list-style-type: none"> • Mayoritas pengguna menghargai privasi tetapi mengabaikan perjanjian kebijakan • Penggunaan media sosial pasif berkorelasi dengan peningkatan depresi dan kesepian • Penggunaan teknologi orang tua berdampak negatif pada kualitas dan keterikatan pengasuhan • Sebagian besar responden memilih bergabung cepat daripada membaca kebijakan privasi 	V	
20.	Okocha & Nimat, 2023	<i>Effects of Digital Technologies on academic performance of Nigerian adolescents</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan desain survei dengan penyebaran kuesioner kepada responden • Populasi terdiri dari 120 pelajar yang diambil secara acak dari komunitas Jos South Local Government Area • Data dikumpulkan melalui pengisian instrumen kuesioner langsung • Data dianalisis secara kuantitatif untuk mengetahui hubungan antar variabel 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknologi digital berdampak negatif pada kinerja akademik remaja • Kecanduan teknologi digital menyebabkan gangguan akademik • Banyak remaja mengandalkan internet untuk tugas • Penggunaan teknologi digital bervariasi di antara remaja untuk tujuan yang berbeda • Mayoritas remaja adalah pengguna media sosial yang berat 	V	
21.	O'Reilly et al., 2021	<i>Applying a 'digital ethics of care philosophy to understand adolescents' sense of responsibility on social media</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan pendekatan kualitatif tematik • Data dikumpulkan lewat <i>focus group</i> • Partisipan direkrut melalui sekolah dengan persetujuan resmi 	<ul style="list-style-type: none"> • Menekankan perlunya teori penggunaan digital moral interdisipliner • Remaja merasakan berbagai tingkat tanggung jawab moral secara online • Kelompok fokus mengungkapkan pandangan remaja tentang perilaku digital 	V	V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> • Data dianalisis menggunakan pengkodean dan diskusi tim • Sesuai etika dan kerahasiaan peserta dijamin 	<ul style="list-style-type: none"> • Menyoroti agensi dan kompetensi remaja dalam ruang digital. 		
22.	Reynard, 2023	<i>Understanding and training emotion regulation in children and adolescents</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Mengumpulkan data studi intervensi digital untuk regulasi emosi pada anak dan remaja • Studi dipilih berdasarkan kriteria populasi dan kualitas, studi lain dikeluarkan • Data diekstrak secara independen menggunakan perangkat lunak daring sesuai PRISMA • Melakukan penilaian risiko bias berdasarkan panduan Cochrane • Meta-analisis pada 11 studi untuk menilai efektivitas intervensi digital. 	<ul style="list-style-type: none"> • Menyoroti pentingnya keterampilan regulasi emosi adaptif (ER) pada masa remaja • Ini menekankan perlunya intervensi digital untuk meningkatkan keterlibatan ER • Temuan menunjukkan viktimisasi teman sebaya lazim dan terkait dengan hasil yang merugikan • Sebuah <i>game</i> digital prototipe untuk pelatihan ER dikembangkan melalui desain bersama 	V	V
23.	Rutte et al., 2024	<i>Computer-mediated communication (CMC) and anxiety in adolescence: Preference for CMC, social media burden, and attention bias to threat</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Melibatkan 78 remaja usia 12-14 tahun dengan kecemasan ringan hingga berat. • Preferensi komunikasi daring dan beban sosial media diukur melalui <i>self-report</i>. • Tingkat keparahan kecemasan dinilai dengan instrumen khusus untuk GAD dan kecemasan sosial. • <i>Attention</i> bias terhadap ancaman diukur menggunakan tugas pelacakan mata. • Analisis statistik menguji hubungan antar variabel 	<ul style="list-style-type: none"> • Preferensi untuk CMC memprediksi keparahan kecemasan pada remaja • Beban media sosial berkorelasi dengan peningkatan gejala GAD • Bias perhatian terhadap ancaman bertindak sebagai faktor kerentanan • Temuan mendukung rekomendasi yang dipersonalisasi untuk mengelola CMC dan kecemasan • Menyoroti perlunya intervensi dalam penggunaan komunikasi digital. 	V	
24.	Saleh, 2024	<i>Adolescent Socialization in the Digital Age: The Role of Internet Usage and Social Networks</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Menggabungkan analisis data kualitatif dan kuantitatif untuk memahami pengaruh internet pada remaja. • Sampel terdiri dari 1268 pelajar dari berbagai latar belakang di Oman. 	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan internet remaja mempengaruhi nilai dan identitas mereka • Siswa perkotaan mendapat manfaat lebih dari interaksi internet daripada pelajar pedesaan 	V	V

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> • Data dikumpulkan melalui kuesioner tentang penggunaan internet dan interaksi daring. • Data dianalisis secara statistik untuk membandingkan perbedaan antar kelompok. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada perbedaan dalam praktik keagamaan di antara pelajar dari berbagai daerah • Distribusi gender tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam manfaat interaksi internet. 		
25.	Šmahel & Lebedíková, 2025	<i>Tech & teens: insights from 15 studies on ICT's impact on well-being</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Analisis dilakukan menggunakan Mplus versi 8.3 untuk pengolahan data • Prosedur kemungkinan maksimum informasi lengkap mengolah data yang tidak lengkap • Bobot probabilitas diperhitungkan untuk oversampling dalam analisis data. 	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan media sosial terkait dengan gejala kecemasan dan depresi • <i>Snapchat</i> dan <i>Instagram</i> adalah platform yang paling banyak digunakan • Kurangnya gejala kecemasan sosial membatasi perkiraan jalur spesifik. 	V	
26.	Steinsbekk et al., 2023	<i>Social media behaviors and symptoms of anxiety and depression. A four-wave cohort study from age 10–16 years</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan studi longitudinal empat gelombang dengan 810 anak usia 10 hingga 16 tahun dari Norwegia • Pengukuran penggunaan media sosial dilakukan lewat wawancara dan pelacakan waktu layar ponsel • Gejala depresi dan kecemasan diukur menggunakan wawancara psikiatri semi-terstruktur berbasis DSM • Data dianalisis dengan model cross-lagged panel untuk melihat pengaruh temporal dan hubungan dua arah • Mengendalikan variabel untuk memastikan keandalan hasil. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada hubungan prediktif antara perubahan perilaku media sosial dengan gejala depresi dan kecemasan pada usia 10-16 tahun • Gejala depresi dan kecemasan tidak memengaruhi perubahan perilaku media sosial • Perilaku media sosial berorientasi diri atau orang lain tidak terkait risiko depresi atau kecemasan • Hubungan media sosial dan kesehatan mental remaja kompleks dan dipengaruhi faktor lain. 	V	
27.	Thakur & Sulaiman, 2024	<i>A Study on the Influence of Social Media on Forming the Social Skills among Adolescents</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan survei kuantitatif untuk mengkaji pengaruh media sosial pada keterampilan sosial remaja • Data dikumpulkan lewat kuesioner daring pada 101 remaja usia 12-19 tahun 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada perbedaan gender yang signifikan dalam waktu penggunaan media sosial • Media sosial berdampak pada keterampilan sosial yang sama untuk kedua jenis kelamin 		

No.	Sitasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Q1	Q2
			<ul style="list-style-type: none"> Menggunakan snowball sampling untuk variasi responden Kuesioner berisi 18 pernyataan tertutup yang divalidasi ahli Data dianalisis statistik untuk menguji hubungan variabel. 	<ul style="list-style-type: none"> Penggunaan media sosial moderat meningkatkan keterampilan sosial pada remaja Penggunaan media sosial yang berlebihan tidak membantu pengembangan keterampilan sosial Wanita menunjukkan kemajuan keterampilan sosial yang lebih signifikan pada tingkat pengaruh yang lebih tinggi. 		
28.	Yoo, 2025	<i>Relationship between social network engagement through smartphone and peer relationship trajectory Patterns: From late childhood to mid adolescence</i>	<ul style="list-style-type: none"> Teknik BCH digunakan untuk analisis perbedaan rata-rata Analisis pertumbuhan kelas laten mengeksplorasi pola hubungan teman sebaya Analisis univariat menilai variasi demografis dan klinis Tes faktor tunggal Harman mengatasi bias metode umum Menggunakan sampel perwakilan nasional dari 2.607 individu. 	<ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi tiga lintasan berbeda dari hubungan teman sebaya di masa kanak-kanak hingga remaja Keterlibatan jejaring sosial yang lebih tinggi berkorelasi dengan hubungan teman sebaya yang positif Prediktor signifikan termasuk jenis kelamin, harga diri, kehangatan orang tua, dan pendapatan Temuan penelitian ini berkontribusi pada psikologi perkembangan dan studi komunikasi digital. 		V
29.	Yue, 2023	<i>Social media and adolescent mental health</i>	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan pencarian menyeluruh dari database elektronik Judul dan abstrak disaring untuk kelayakan Publikasi teks lengkap dievaluasi untuk menentukan artikel terpilih Ekstraksi data dilakukan oleh dua peneliti independen Sintesis naratif dari temuan digunakan untuk analisis Tinjauan mengikuti pedoman PRISMA. 	<ul style="list-style-type: none"> Media sosial berhubungan dengan risiko depresi, kecemasan, dan perilaku menyakiti diri pada remaja Penggunaan media sosial sebelum tidur mengganggu kualitas dan durasi tidur Ketergantungan media sosial memperburuk kesejahteraan mental remaja Dibutuhkan penelitian lanjut dan pendekatan terpadu untuk mengelola dampak media sosial. 		V

Analisis Dampak Penggunaan Teknologi Digital Terhadap Keterampilan Sosial Pelajar Remaja

Berdasarkan hasil sintesis naratif terhadap 29 artikel ilmiah yang diekstraksi, dampak perkembangan teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja tidak bersifat linear, melainkan bercorak dualistik (ambivalen). Sebagai upaya untuk menghindari pemaparan deskriptif satu per satu artikel, hasil ekstraksi dikelompokkan ke dalam tiga tema utama yang merepresentasikan dimensi keterampilan sosial, yaitu ekspresivitas sosial, sensitivitas sosial, dan kontrol sosial.

Berikut adalah matriks visualisasi sintesis dampak teknologi digital berdasarkan kluster dimensi keterampilan sosial pelajar:

Tabel 3. *Tabel Matriks Visualisasi Sintesis Dampak Teknologi Digital Terhadap Keterampilan Sosial*

Dimensi Keterampilan Sosial	Dampak Positif	Dampak Negatif	Kontribusi Artikel
Ekspresivitas Sosial (Verbal, non-verbal, dan konstruksi identitas)	Memperluas ruang artikulasi diri, memperbanyak alternatif jejaring teman sebaya secara global, dan membangun identitas digital yang aktif.	Mengikis kemampuan komunikasi mendalam (<i>deep talk</i>), menciptakan dependensi komunikasi termediasi, dan memicu perilaku mengabaikan etika komunikasi.	Mogambi (2025); Haddock (2022); Dsane (2022); Butler (2024)
Sensitivitas Sosial (Empati dan pemahaman isyarat sosial)	Menyediakan dukungan emosional daring bagi individu terisolasi (<i>cyber-support</i>) dan memfasilitasi pelatihan regulasi emosi interaktif.	Mengurangi kepekaan afektif tatap muka, meningkatkan risiko kecemasan sosial akibat perbandingan sosial (<i>social comparison</i>), serta memperburuk konflik keluarga.	Achterhof et al. (2022); Merkaš et al. (2024a); Reynard (2023); Šmahel (2025)
Kontrol Sosial (Regulasi diri dan internalisasi norma)	Mengembangkan agensi moral remaja melalui konsep kesadaran etika digital (<i>digital ethics of care</i>).	Memacu kecanduan teknologi (<i>problematic smartphone use</i>), menurunkan tanggung jawab akademik, dan mendistorsi kontrol impulsif akibat algoritma adiktif.	Hardika & Rinaldi (2024); O'Reilly et al. (2021); Ciudad-Fernández (2024); Mora-Guevara (2022)

Dampak perkembangan teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja menunjukkan karakteristik yang ambivalen dan saling bertautan, di mana setiap dimensi interpersonal mengalami polarisasi yang nyata. Pada dimensi Ekspresivitas Sosial, teknologi digital secara positif memperluas ruang artikulasi bagi pelajar untuk berekspresi, membangun identitas digital, dan memperkuat jejaring teman sebaya melampaui batas geografis (Aleksić, 2023; Haddock, 2022; Mogambi, 2025; Yoo, 2025). Melalui platform digital dan permainan daring, remaja memperoleh kebebasan untuk mengeksplorasi peran sosial baru yang mengasah sensitivitas komunikatif mereka di ruang virtual.

Namun, ruang ekspresi yang luas ini menyimpan risiko pelemahan yang serius, ketergantungan yang berlebihan pada perangkat digital justru mengikis kemampuan komunikasi mendalam (*deep talk*) di dunia nyata dan menciptakan pola interaksi termediasi yang superfisial (Butler, 2024; Yue, 2023). Lebih jauh lagi, ketiadaan regulasi etis yang mengikat dalam interaksi daring sering kali mendorong sebagian remaja untuk mengabaikan etika komunikasi dasar, yang pada akhirnya mendistorsi perkembangan ekspresivitas sosial secara holistik (Dsane, 2022).

Polarisasi yang tidak kalah tajam terjadi pada dimensi Sensitivitas Sosial, yang mengukur kemampuan remaja dalam memahami dan merespons isyarat emosional orang lain. Sisi positif teknologi dalam dimensi ini mewujud melalui penyediaan ekosistem dukungan emosional daring bagi individu yang terisolasi (*cyber-support*) serta efektivitas program pelatihan regulasi emosi interaktif berbasis digital yang terbukti mampu meningkatkan kepekaan afektif pelajar (Haddock, 2022; Reynard, 2023). Walaupun interaksi daring menawarkan pengalaman afektif yang lebih baik daripada isolasi diri total, bukti empiris menunjukkan bahwa interaksi tatap muka tetap jauh lebih unggul dalam membangun kedekatan emosional yang mendalam (Achterhof et al., 2022).

Sebaliknya, eksposur digital yang tidak terkontrol justru memicu penurunan sensitivitas sosial di dunia nyata, yang ditandai dengan meningkatnya prevalensi kecemasan sosial, depresi, dan kesepian, baik akibat konsumsi media sosial secara pasif maupun akibat beban psikologis dari perbandingan sosial digital (Li, 2024; Nicolas, 2020; Šmahel, 2025). Gejala psikopatologi ini diperburuk oleh meluasnya fenomena penggunaan ponsel pintar yang problematik (*problematic smartphone use*), yang secara signifikan merusak kualitas komunikasi riil serta memicu konflik interpersonal di dalam ruang domestik keluarga (Merkaš et al., 2024b).

Pada dimensi Kontrol Sosial, yang bertumpu pada kemampuan regulasi diri dan kepatuhan terhadap norma, teknologi digital menawarkan peluang pengembangan agensi moral remaja melalui internalisasi konsep kesadaran etika digital atau *digital ethics of care* (O'Reilly et al., 2021). Kontrol diri yang kokoh menjadi variabel moderasi yang krusial agar pelajar mampu mempertahankan keterampilan sosial yang sehat di tengah arus informasi digital (Hardika & Rinaldi, 2024). Kendati demikian, tantangan terbesar pada dimensi kontrol sosial ini adalah tingginya risiko kecanduan teknologi (*techno-addiction*) dan gangguan regulasi emosi akibat jeratan algoritma media sosial yang intensif (Ciudad-Fernández, 2024; Littlejohn, 2024; Mora-Guevara et al., 2022).

Tanpa adanya sistem pengawasan dan pengelolaan yang memadai dari lingkungan akademik dan keluarga, ketergantungan digital ini berdampak destruktif pada penurunan tanggung jawab moral, kelelahan kognitif, serta merosotnya performa akademik pelajar (Aleksić, 2023; Butler, 2024; Okocha & Nimat, 2023). Preferensi yang terlalu kuat terhadap komunikasi digital pada akhirnya melahirkan bias perhatian terhadap ancaman yang memperparah kecemasan sosial pelajar di ruang nyata (Rutte et al., 2024). Sebagai penyeimbang dari berbagai temuan yang saling bertentangan ini, perspektif baru dari Steinsbeek et al. (2023) mengingatkan bahwa jalinan pengaruh digital ini tidak linear melainkan bersifat kompleks, sehingga menuntut diterapkannya pendekatan manajemen teknologi yang holistik, edukatif, dan terpadu di lingkungan institusi pendidikan.

Pemanfaatan Teknologi Digital untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Pelajar Remaja

Teknologi digital sebenarnya juga menawarkan peluang besar untuk edukasi dan pengembangan keterampilan sosial pelajar remaja apabila dimanfaatkan secara tepat. Li (2024) merekomendasikan integrasi pembelajaran sosial emosional (SEL) berbasis teknologi digital dalam kurikulum sekolah untuk memperkuat refleksi sosial, pengendalian diri, dan ketahanan emosional, yang pada akhirnya bermuara pada peningkatan keterampilan sosial pada pelajar remaja.

Reynard (2023) membuktikan bahwa pelatihan regulasi emosi melalui permainan digital kolaboratif efektif dalam meningkatkan sensitivitas sosial dan kontrol diri pelajar. Konsep "*digital ethics of care*" yang dikembangkan oleh O'Reilly et al. (2021) menegaskan perlunya menanamkan nilai kepedulian dan tanggung jawab sosial dalam interaksi digital untuk membentuk keterampilan sosial yang utuh dan menyeluruh.

Literatur digital yang menekankan kesadaran sosial, etika digital, dan penggunaan teknologi secara bertanggung jawab sangat penting untuk pengembangan keterampilan sosial di era digital (Mora-Guevara et al., 2022; Saleh, 2024). Studi dari Aleksić (2023) juga menggarisbawahi peran pendidik dalam membimbing penggunaan teknologi, agar pelajar mampu memanfaatkan teknologi secara efektif dan aman, serta mendukung keberhasilan pengembangan karakter.

Studi Jusic (2023) menunjukkan penggunaan teknologi digital tidak hanya berdampak pada motivasi dan keterlibatan pelajar di ruang kelas, tetapi juga memiliki implikasi mendalam terhadap perkembangan keterampilan sosial mereka. Dalam konteks ruang kelas digital, peningkatan keterlibatan pelajar melalui media interaktif dapat mendorong ekspresivitas sosial, karena pelajar terdorong untuk lebih aktif mengemukakan pendapat, bertanya, dan berpartisipasi dalam diskusi daring maupun luring.

Lebih lanjut Jusic (2023) mengungkapkan bahwa pendidik yang mampu beradaptasi dengan cara berpikir *digital-native* pelajar akan lebih efektif dalam menumbuhkan iklim pembelajaran yang mendukung kerja sama dan empati, yang merupakan aspek krusial dari sensitivitas dan kontrol sosial. Oleh karena itu, integrasi teknologi dalam pendidikan harus dipahami bukan hanya sebagai alat untuk mencapai tujuan akademik, tetapi juga sebagai medium strategis dalam membentuk dan mengembangkan keterampilan sosial pelajar secara menyeluruh.

Perspektif Sosiologi Pendidikan: Transformasi Sosialisasi Sekunder di Era Digital

Dalam perspektif sosiologi pendidikan, institusi sekolah, media massa, dan kelompok pertemanan konvensional merupakan agen-agen utama dalam proses sosialisasi sekunder. Agen-agen ini secara struktural berfungsi untuk menanamkan nilai, norma, dan keterampilan sosial yang esensial agar individu siap berintegrasi dengan masyarakat luas (Butler et al., 2022). Namun, penetrasi teknologi digital yang masif belakangan ini telah melahirkan agen sosialisasi baru berupa "ekosistem sosiovirtual". Kehadiran agen baru ini secara radikal mereduksi peran dominan yang selama ini dipegang oleh agen sosialisasi tradisional, sekaligus menggeser episentrum pembentukan karakter remaja ke ranah digital.

Akibat pergeseran ekosistem ini, remaja tidak lagi menempati posisi pasif yang sekadar menerima internalisasi norma dari otoritas guru di sekolah atau orang tua di rumah sebagai agen sosialisasi primer. Merujuk pada studi Mogambi (2025) dan O'Reilly et al. (2021), teknologi digital kontemporer telah memberikan kapasitas berupa agensi digital (*digital agency*) bagi remaja. Agensi ini memberikan kebebasan mutlak bagi mereka untuk mengonstruksi relasi sosial baru yang melampaui sekat-sekat geografis tradisional. Melalui ruang virtual tersebut, remaja secara aktif mengadopsi bahasa, tren global, dan pola perilaku baru yang pada akhirnya melahirkan identitas hibrida di dalam diri mereka.

Kendati demikian, kelonggaran ruang virtual ini membawa masalah sosial ketika proses sosialisasi sekunder digital berjalan tanpa adanya regulasi etis yang mengikat. Dampak destruktif yang paling nyata adalah munculnya kekaburan standar moral di kalangan remaja saat melakukan interaksi sosial. Fenomena ini terkonfirmasi dalam realitas keseharian ketika pelajar remaja dinilai mulai mengabaikan etika dan kesantunan dalam berkomunikasi di ruang siber (Dsane, 2022). Sosiologi pendidikan memandang anomali perilaku ini sebagai bentuk kegagalan institusi pendidikan formal dalam mengadopsi dan mengantisipasi perubahan kultural dinamis dari para pelajar yang kini berstatus sebagai generasi *digital-native*.

Kegagalan adaptasi institusi ini diperparah oleh ketergantungan yang berlebihan pada aktivitas berbasis layar ponsel pintar yang secara perlahan mengikis modal sosial (*social capital*) remaja di dunia nyata. Keterikatan termediasi layar yang terlalu intensif mengorbankan kualitas hubungan interpersonal riil dengan lingkungan terdekat. Kajian longitudinal dari Merkaš et al. (2024b) membuktikan secara empiris bahwa penggunaan ponsel pintar yang problematik (*Problematic Smartphone Use/PSU*) memiliki daya rusak yang signifikan terhadap keharmonisan dan jalinan komunikasi intensif di dalam ruang domestik keluarga.

Jika dibedah melalui sudut pandang teori konflik sosiologi, benturan ini terjadi karena teknologi digital telah menciptakan arena pertentangan kepentingan yang baru. Di satu sisi, terdapat otoritas konvensional, seperti orang tua dan pihak sekolah, yang menuntut kepatuhan mutlak remaja terhadap norma-norma ruang nyata demi keteraturan sosial. Di sisi lain, terdapat dorongan kuat dari dalam diri remaja yang sedang melakukan pencarian otonomi digital dan pengakuan eksistensial di ruang virtual. Akibat benturan yang tidak terdamaikan ini, bukannya mendapatkan bimbingan kontrol sosial yang konstruktif, pelajar remaja justru terjebak dalam lingkaran konflik berkepanjangan yang semakin memperlemah keterampilan interpersonal dasar mereka di masyarakat.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis dampak penggunaan teknologi digital terhadap keterampilan sosial pelajar remaja, dapat disimpulkan bahwa teknologi digital memberikan pengaruh yang bersifat kompleks dan multidimensional. Di satu sisi, teknologi digital memfasilitasi pelajar remaja untuk mengekspresikan diri, membangun identitas sosial, serta meningkatkan sensitivitas sosial melalui interaksi daring dan pelatihan regulasi emosi berbasis teknologi. Namun, di sisi lain, penggunaan teknologi yang berlebihan dapat melemahkan keterampilan komunikasi tatap muka, menurunkan kedalaman emosional, serta meningkatkan risiko kecanduan dan gangguan kesehatan mental, sehingga mempengaruhi kontrol sosial dan empati secara negatif. Oleh karena itu, dampak teknologi digital sangat bergantung pada cara, konteks, dan jenis penggunaan teknologi tersebut oleh pelajar.

Mengenai pemanfaatan teknologi digital untuk meningkatkan keterampilan sosial pelajar remaja, temuan menunjukkan bahwa integrasi pembelajaran sosial emosional berbasis teknologi digital dalam kurikulum pendidikan sangat efektif dalam memperkuat ekspresivitas, sensitivitas sosial, dan kontrol diri. Pendidikan literasi dan etika digital yang memadai, serta pendampingan dari guru dan orang tua, menjadi faktor kunci dalam memastikan penggunaan teknologi yang sehat dan bertanggung jawab. Dengan pengelolaan yang tepat, teknologi digital tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran dan internalisasi nilai sosial yang dapat meningkatkan keterampilan sosial pelajar secara menyeluruh dan berkelanjutan.

Disarankan agar lembaga pendidikan mengintegrasikan pembelajaran sosio emosional berbasis teknologi digital untuk meningkatkan keterampilan sosial remaja. Pendidikan literasi dan etika digital perlu diperkuat di sekolah dan keluarga agar penggunaan teknologi digital lebih bertanggung jawab. Orang tua dan guru hendaknya aktif membimbing dan mengawasi penggunaan teknologi agar dampak negatif dapat diminimalisasi. Selain itu, pengembangan program pelatihan regulasi emosi berbasis teknologi digital sebaiknya diperluas. Penelitian lanjutan diperlukan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang teknologi digital terhadap keterampilan sosial remaja dengan pendekatan yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M. Y. (2023). Literasi Digital Dalam Upaya Membangun Ketahanan Nasional. *Doktrin*, 1(4), 115–124. <https://doi.org/10.59581/doktrin.v1i4.1375>
- Achterhof, R., Kirtley, O. J., Schneider, M., & ... (2022). Adolescents' real-time social and affective experiences of online and face-to-face interactions. *Computers in Human Behavior*, Vol. 129, 1–40. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107159>
- Adum, A. N., & Utuagha, B. C. (2024). Investigating the Influence of Digital Technology on the Academic Performance of in-School Adolescents in Anambra State, Nigeria. *Journal of Good Governance and Sustainable Development in Africa*, 8(6), 1–10. <https://journals.rcmss.com/index.php/jggsda/article/view/1113>
- Aleksić, V. (2023). The impact of interactive digital technology exposure on generation Z students learning performance in computer graphics and simulations: A comparative study of Greece and Serbia. *Inovacije u nastavi*, 36(2), 1–16. <https://doi.org/10.5937/inovacije2302001A>
- Alfaraz, C., & Tully, C. J. (2024). Mobilizing social transformation with technology. The shaping of social processes since the development of industrial society and beyond: innovation input and social processes. *Innovation-the European Journal of Social Science Research*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/13511610.2024.2346813>

- Amalia, S. (2024). The Role of Social Media in Teenage Lifestyle Change (G-Z). <https://doi.org/10.31234/osf.io/86w5e>
- Butler, N., Quigg, Z., Bates, R., Jones, L., Ashworth, E., Gowland, S., & Lewis Jones, M. (2022). The Contributing Role of Family, School, and Peer Supportive Relationships in Protecting the Mental Wellbeing of Children and Adolescents. *School Mental Health*, 14(3), 776–788. <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09502-9>
- Butler, T. (2024). A Critical Review of Digital Technology in Education: A Pause for Thought in 2024. <https://doi.org/10.31235/osf.io/5q8vg>
- Ciudad-Fernández, V., Zarco-Alpuente, A., & ... (2024). How adolescents lose control over social networks: A process-based approach to problematic social network use. Addictive Behaviors. *Addictive Behaviors*, 154, 108003. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.108003>
- Dsane, C. F. (2022). Implications of social media use on the socialisation and social behaviour of adolescents in Somanya ((Doctoral dissertation, University of Education, Winneba). <http://41.74.91.244:8080/handle/123456789/2224>
- Duarte, F. (2025, April 24). *Time spent using smartphones (2025 statistics)*. Exploding Topics. <https://explodingtopics.com/blog/smartphone-usage-stats>
- Gómez-López, M., Viejo, C., Romera, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2022). Psychological Well-Being and Social Competence During Adolescence: Longitudinal Association Between the Two Phenomena. *Child Indicators Research*, 15(3), 1043–1061. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09899-w>
- Griffin, E., & McMahon, E. (2020). Adolescent mental health: Global data informing opportunities for prevention. *eClinicalMedicine*, 24, 100413. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100413>
- Haddock A, Ward N, Yu R, O'Dea N. Positive Effects of Digital Technology Use by Adolescents: A Scoping Review of the Literature. *Environ Res Public Health*. 2022 Oct 27; 19(21): 14009. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114009>
- Hardika, J., & Rinaldi, M. R. (2024). Peran Moderasi Kontrol Diri dalam Hubungan Antara Keterampilan Sosial dan Penggunaan Internet Bermasalah Pada Remaja. *PSYCHE: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 6(1), 92–106. <https://doi.org/10.36269/psyche.v6i1.2395>
- Hilbert, M. (2020). Digital technology and social change: the digital transformation of society from a historical perspective. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 22(2), 189–194. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/MHILBERT>
- Jusic, M. (2023). Lessons from cyberpsychology that educators should be reminded of. *Društvene i humanističke studije*, 8(1(22)), 567–592. <https://doi.org/10.51558/2490-3647.2023.8.1.567>
- Krogh, S. C. (2022). The beautiful and the fit reap the spoils: Body image as a condition for the positive effects of electronic media communication on well-being among early adolescents. *Young*, 30(1), 97–115. <https://doi.org/10.1177/11033088211009128>
- Kuchma, V., Rapoport, I. K., Chubarovsky, V. V., Sokolova, S., & Yatsyna, I. V. (2024). Trend in incidence (2005–2022) and medical and social problems in 15–17 years adolescents. *Gigiena i Sanitariia*. <https://doi.org/10.47470/0016-9900-2024-103-7-761-768>
- Li, B. Q. (2024). *Personal technology use on student social-emotional development in high school curricula* (Capstone project, Thompson Rivers University). <https://arcabc.ca/islandora/object/tru%3A6505/datastream/PDF/download/citation.pdf>
- Liebherr, M., Heyder, A., Brailovskaia, J., Burkardt, T. M., Latrouite, C., Montag, C., & Antons, S. (2025). The Digital Media-use Effects (d-MUsE) model: A comprehensive framework for exploring/studying

functional and dysfunctional effects on adolescent wellbeing. *Journal of Behavioral Addictions*, 14(1), 100–113. <https://doi.org/10.1556/2006.2025.00007>

Littlejohn, N. A. (2024). *The psychological changes in behavior of adolescents from excessive social media usage* (Doctoral dissertation, Northcentral University). <https://search.proquest.com/openview/b62cb4efcd85078e0b7a23341daa0039/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>

Livingstone, S. (2024). Reflections on the meaning of “digital” in research on adolescents’ digital lives. *Journal of Adolescence*. <https://doi.org/10.1002/jad.12322>

Merkaš, M., Bodrožić Selak, M., & Žulec Ivanković, A. (2024a). “from use for good to overuse for bad”: Association among smartphone use, problem behaviors and well-being in adolescents. *Applied Research in Quality of Life*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11482-024-10391-0>

Merkaš, M., Bodrožić Selak, M., & Žulec Ivanković, A. (2024b). Problematic Smartphone Use and Communication in Families with Adolescents. *Adolescents*, 4(1), 107-119. <https://doi.org/10.3390/adolescents4010008>

Mogambi, H. (2025). My mobile phone and I: Youth culture, identity and lifestyle in Kenya. *JCOMMSCI - Journal of Media and Communication Science*, 8(1), 1–15. <https://doi.org/10.1080/019722409032>

Mora-Guevara, Y. A., Klimenko, O., Escartín-Pérez, R. E., & Márquez-Rojas, N. R. (2022). Psychosocial factors associated with techno-addiction in young people: Systematic review of literature. *Búsqueda*, 9(2). <https://doi.org/10.21892/01239813.634>

Nagata, J. M., Al-Shoaibi, A. A. A., Leong, A. W., Zamora, G., Testa, A., Ganson, K. T., & Baker, F. C. (2024). Screen time and mental health: A prospective analysis of the Adolescent Brain Cognitive Development (ABCD) Study. *BMC Public Health*, 24, Article 2686. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18663-4>

Nicolas, É. M. (2020). *The impact of social media on adolescent attachment style for Generation Z* (Doctoral dissertation, Alliant International University). <https://www.proquest.com/openview/b598205130b49fe894460de962330462/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>

O’Reilly, M., Levine, D., & Law, E. (2021). Applying a “digital ethics of care” philosophy to understand adolescents’ sense of responsibility on social media. *Pastoral Care in Education*, <https://doi.org/10.1080/02643944.2020.1774635>

Okocha, D. O., & Nimat, J. (2022). Effects of digital technologies on academic performance of Nigerian adolescents. In *Strategies and opportunities for technology in the metaverse world* (pp. 247–262). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-5732-0.ch014>

Patidar, R. (2024). Social Media and Influencers; Trends & Effects on Holistic Development of Adolescents. <https://doi.org/10.20944/preprints202410.0354.v1>

Piccerillo, L., Digennaro, S. Adolescent Social Media Use and Emotional Intelligence: A Systematic Review. *Adolescent Res Rev* 10, 201–218 (2025). <https://doi.org/10.1007/s40894-024-00245-z>

Reynard, S. (2023). Understanding and training emotion regulation in children and adolescents. [etheses.bham.ac.uk. https://etheses.bham.ac.uk/id/eprint/13931/7/Reynard2023PhD.pdf](https://etheses.bham.ac.uk/id/eprint/13931/7/Reynard2023PhD.pdf)

Rutte, J. L. de, Dennis-Tiwary, T. A., & Roy, A. K. (2024). Computer-mediated communication (CMC) and anxiety in adolescence: Preference for CMC, social media burden, and attention bias to threat. *Affective Science*, <https://doi.org/10.1007/s42761-024-00253-1>

- Saleh, E. F. (2024). Adolescent socialization in the digital age: The role of internet usage and social networks. In *Adolescent socialization in the digital age: The role of internet usage and social networks* (pp. 66–98). P B International. <https://doi.org/10.9734/bpi/rraass/v8/6181A>
- Sari, A. I., Suryani, N., Rochsantiningsih, D., & Suharno, S. (2020). Digital learning, smartphone usage, and digital culture in Indonesia Education. *Integration of Education*, 24(1), 20–31. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.098.024.202001.020-031>
- Smahel, D., & Lebedíková, M. S. (2025). *Tech & teens: Insights from 15 studies on the impact of digital technology on well-being*. London School of Economics and Political Science. <https://doi.org/10.21953/lse.g4asyqkcrum7>
- Steinsbekk, S., Nesi, J., & Wichstrøm, L. (2023). Social media behaviors and symptoms of anxiety and depression: A four-wave cohort study from age 10–16 years. *Computers in Human Behavior*, 147, 107859. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107859>
- Thakur, N., & Sulaiman, Z. K. (2024). *A study on the influence of social media on forming the social skills among adolescents* [Preprint]. <https://doi.org/10.20944/preprints202409.1997.v1>
- Wiederhold, B. K. (2022). The Escalating Crisis in Adolescent Mental Health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(2), 81–82. <https://doi.org/10.1089/cyber.2022.29237.editorial>
- Yoo, C. (2025). Relationship between social network engagement through smartphone and peer relationship trajectory patterns: From late childhood to mid adolescence. *Children and Youth Services Review*, 173, 108327. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108327>
- Yue, Z., & Rich, M. (2023). Social media and adolescent mental health. *Current Pediatrics Reports*. <https://doi.org/10.1007/s40124-023-00298-z>