

**Skrining dan Edukasi Risiko Kecanduan TikTok pada Anak Sekolah di Jakarta Barat*****Screening and Education on the Risks of TikTok Addiction in School Children in West Jakarta*****Ernawati^{1*}, Alexander Halim Santoso², Bryan Anna Wijaya³**¹⁻³Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia.*Penulis Korespondensi: ernawati@fk.untar.ac.id**Riwayat Artikel:**

Naskah Masuk: 11 November 2025;

Revisi: 22 Desember 2025;

Diterima: 01 Januari 2026;

Tersedia: 03 Januari 2026

Keywords: Adolescent; Digital Addiction; Digital Literacy; Mental Health; TikTok Addiction

Abstract: The rapid rise of short-form social media platforms, particularly TikTok, among adolescents has raised concerns regarding excessive use and potential behavioral addiction that may negatively affect mental health and academic functioning. This community engagement program aimed to screen the risk of TikTok addiction among secondary school students in West Jakarta and provide education on healthy digital practices. The program was conducted at one private school in Jelambar, involving 306 students aged 11–18 years. Screening was performed using the TikTok Addiction Scale (TTAS) followed by digital literacy education. A Plan–Do–Check–Action (PDCA) framework was applied to ensure systematic implementation. The mean TTAS score was 39.97 ± 14.24 (range 20–84), indicating diverse levels of TikTok engagement. Female students demonstrated higher scores and wider distribution, suggesting greater vulnerability to excessive social media use. Digital hygiene and screen-time management education enhanced students' awareness regarding social media addiction risks and appropriate preventive strategies. This program demonstrated the feasibility and effectiveness of TTAS-based screening for early identification of TikTok addiction risk. It highlighted the importance of integrating digital health promotion into school-based mental health programs to support adolescent well-being.

Abstrak

Penggunaan media sosial berbasis video pendek, khususnya TikTok, semakin meningkat pada remaja dan berpotensi menimbulkan perilaku adiktif yang berdampak pada kesehatan mental serta fungsi akademik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melakukan skrining risiko adiksi TikTok pada siswa sekolah menengah di Jakarta Barat serta memberikan edukasi mengenai penggunaan media digital yang sehat. Kegiatan dilaksanakan di salah satu sekolah swasta di Jelambar, dengan melibatkan 306 siswa berusia 11–18 tahun. Metode yang digunakan adalah skrining menggunakan instrumen *TikTok Addiction Scale* (TTAS) dan edukasi literasi digital. Pendekatan *Plan–Do–Check–Action* (PDCA) diterapkan untuk memastikan pelaksanaan program berjalan sistematis dan berkelanjutan. Hasil skrining menunjukkan rerata skor TTAS sebesar $39,97 \pm 14,24$ dengan rentang skor 20–84, menggambarkan variasi tingkat keterlibatan penggunaan TikTok pada peserta. Siswa perempuan cenderung menunjukkan skor lebih tinggi dan persebaran nilai yang lebih luas dibandingkan laki-laki, mengindikasikan kerentanan yang lebih besar terhadap penggunaan media sosial berlebihan. Pelaksanaan edukasi *digital hygiene* dan manajemen waktu penggunaan gawai meningkatkan pemahaman siswa terhadap risiko kecanduan media sosial dan strategi pencegahannya. Program ini menunjukkan bahwa skrining berbasis TTAS efektif dalam mendeteksi risiko adiksi TikTok secara dini serta relevan untuk diintegrasikan ke dalam program kesehatan sekolah guna memperkuat upaya promotif–preventif kesehatan mental remaja.

Kata kunci: Adiksi Digital; Adiksi TikTok; Digital Literasi; Kesehatan Mental; Remaja.

1. LATAR BELAKANG

Transformasi digital telah membawa perubahan signifikan dalam pola interaksi sosial, hiburan, dan aktivitas belajar remaja. TikTok merupakan salah satu *platform* berbasis video singkat yang mengalami pertumbuhan pengguna paling pesat pada kelompok usia sekolah menengah. Kemudahan akses, konten yang menarik, sistem rekomendasi algoritmik, serta fitur interaktif menjadikan aplikasi ini sangat digemari. Namun, intensitas penggunaan yang berlebihan menimbulkan kekhawatiran terkait munculnya perilaku adiktif yang dapat berdampak pada kesehatan mental dan fungsi perkembangan remaja. (Chao et al., 2023; Langlais et al., 2025; Wang & Guo, 2023)

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap gangguan regulasi perilaku dan emosi akibat proses maturasi otak yang belum sempurna, terutama pada area prefrontal yang berperan dalam kontrol impuls dan pengambilan keputusan. Penggunaan TikTok berlebihan telah dikaitkan dengan peningkatan gejala kecemasan dan depresi, gangguan tidur, penurunan konsentrasi akademik, serta kecenderungan prokrastinasi akibat rendahnya kontrol atensi. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial tidak hanya memberikan manfaat sosial dan hiburan, tetapi juga dapat menimbulkan dampak negatif yang bermakna terhadap kesejahteraan psikologis remaja apabila tidak diatur secara tepat. (Chao et al., 2023; Shoshani et al., 2024; Yang et al., 2022)

Sebagai respons terhadap fenomena tersebut, TikTok *Addiction Scale* (TTAS) dikembangkan sebagai instrumen skrining terstandar untuk mengidentifikasi risiko ketergantungan TikTok secara objektif. Instrumen ini bersifat ringkas, mudah digunakan, dan telah menunjukkan reliabilitas serta validitas psikometrik yang baik. Penerapan TTAS di lingkungan sekolah menjadi strategi penting untuk deteksi dini, sehingga intervensi promotif dan preventif dapat dilaksanakan secara tepat sasaran guna mencegah dampak lebih lanjut terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik. (Chao et al., 2023; Günlü et al., 2023a; Ramsden & Talbot, 2025; Zsila et al., 2025)

Tantangan utama dalam pengendalian risiko kecanduan media sosial terletak pada rendahnya deteksi dini serta keterbatasan literasi digital di kalangan remaja, orang tua, dan sekolah. Banyak kasus baru disadari setelah muncul dampak signifikan, seperti gangguan konsentrasi belajar, penurunan prestasi, perubahan perilaku, isolasi sosial, hingga gejala kecemasan dan depresi. Selain itu, persepsi bahwa penggunaan media sosial merupakan bagian wajar dari kehidupan remaja menyebabkan gejala awal sering terabaikan. Kaitannya dengan konteks ini, maka skrining menggunakan TikTok *Addiction Scale* (TTAS) memiliki potensi besar sebagai alat deteksi dini yang sederhana, terukur, dan efektif untuk mengidentifikasi

remaja dengan risiko penggunaan TikTok berlebihan. Upaya promotif–preventif melalui skrining TTAS dan edukasi literasi digital ditujukan tidak hanya untuk mengenali individu berisiko sejak awal, tetapi juga meningkatkan kesadaran seluruh komunitas sekolah mengenai pola penggunaan gawai yang sehat, keseimbangan aktivitas digital, serta strategi mencegah adiksi media sosial. Penerapan yang dilakukan sejak dini, diharapkan dapat menahan progresivitas gangguan kesehatan mental terkait penggunaan media digital, meningkatkan ketahanan psikologis remaja, dan menjaga kualitas tumbuh kembang serta prestasi akademik untuk tetap optimal.

2. KAJIAN TEORITIS

Pertumbuhan pesat platform media sosial berbasis video singkat seperti TikTok telah memunculkan perhatian global terhadap perubahan pola konsumsi digital pada remaja. Platform ini dirancang dengan algoritma rekomendasi adaptif yang mampu mempelajari preferensi pengguna melalui pola interaksi, sehingga menghasilkan aliran konten yang relevan dan sulit dihentikan. Mekanisme *variable reward* pada aplikasi mengaktifasi jalur dopaminergik mesolimbik, yaitu sistem saraf pusat yang berperan dalam pembentukan kebiasaan dan adiksi perilaku. Pada remaja, sensitivitas terhadap stimulus penghargaan digital lebih tinggi karena perkembangan korteks prefrontal belum mencapai kematangan penuh, sehingga regulasi impuls, pengendalian atensi, dan pengambilan keputusan masih terbatas. Konstelasi faktor neurobiologis dan desain algoritmik ini meningkatkan kecenderungan penggunaan TikTok secara kompulsif, suatu pola perilaku yang diketahui memiliki dampak emosional, kognitif, dan sosial. Paparan yang berkepanjangan turut dikaitkan dengan peningkatan gejala kecemasan dan depresi, gangguan tidur, serta penurunan konsentrasi belajar, mencerminkan potensi gangguan terhadap perkembangan psikososial remaja. (Chao et al., 2023; da Silva Pinho et al., 2024; Langlais et al., 2025; Zhu et al., 2024)

Risiko penggunaan TikTok secara adiktif tidak terdistribusi secara merata dan dipengaruhi oleh faktor psikososial, motivasi penggunaan, serta karakteristik demografis tertentu. Remaja perempuan menunjukkan kerentanan yang lebih tinggi terhadap penggunaan berlebihan, didorong oleh kebutuhan afiliasi sosial, sensitivitas terhadap umpan balik sosial, serta eksposur terhadap konten yang menekankan citra diri. Respons emosional terhadap interaksi digital seperti komentar, *likes*, dan *shares* cenderung memberikan penguatan perilaku yang lebih kuat. Sebaliknya, remaja laki-laki lebih banyak memanfaatkan media digital untuk hiburan, eksplorasi informasi, atau konten berbasis kompetisi, menghasilkan pola penggunaan yang lebih beragam. Pendekatan *Uses and Gratifications* memberikan pemahaman bahwa

motivasi seperti pencarian hiburan, koneksi sosial, atau upaya mengatasi tekanan akademik dapat memicu keterlibatan intens, dan pada sebagian remaja berkembang menjadi penggunaan kompulsif ketika kebutuhan psikologis tersebut terpenuhi secara berlebihan melalui platform digital. (Chao et al., 2023; Langlais et al., 2025; Pérez-Torres, 2024; Zsila et al., 2025)

Upaya identifikasi dini terhadap penggunaan TikTok yang berpotensi adiktif memerlukan instrumen yang reliabel, salah satunya TikTok Addiction Scale (TTAS). Instrumen ini dikembangkan untuk menilai dimensi penggunaan bermasalah, termasuk hilangnya kontrol, preokupasi terhadap konten digital, pengabaian aktivitas sosial, serta gangguan fungsi harian. TTAS telah menunjukkan konsistensi psikometrik yang baik di berbagai populasi sehingga layak digunakan pada lingkungan sekolah. Pelaksanaan skrining menggunakan TTAS membantu mengenali siswa yang mulai menunjukkan pola penggunaan yang mengarah pada adiksi, terutama karena banyak kasus baru disadari setelah muncul dampak terhadap kesehatan mental dan capaian akademik. Integrasi literasi digital dalam sistem pendidikan memperkuat peran guru dan konselor sebagai lini depan dalam memantau penggunaan media digital, merancang strategi pencegahan, dan memberikan pendampingan kepada kelompok remaja yang membutuhkan dukungan lebih intensif. (Chao et al., 2023; Gómez Salgado et al., 2014; Günlü et al., 2023b; Zsila et al., 2025)

3. METODE PENGABDIAN

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di lingkungan salah satu sekolah swasta yaitu di Jelambar, Jakarta Barat, dengan melibatkan siswa usia 13–18 tahun yang merupakan pengguna aktif media sosial. Kegiatan difokuskan pada deteksi dini risiko adiksi TikTok menggunakan instrumen *TikTok Addiction Scale* (TTAS) sebagai bagian dari upaya promotif–preventif kesehatan mental berbasis komunitas sekolah. Sebelum pelaksanaan skrining, dilakukan sosialisasi mengenai dampak penggunaan media sosial berlebihan, konsep adiksi digital, pengaruh media sosial terhadap kesehatan mental, serta strategi penggunaan gawai yang sehat dan seimbang. Setelah sesi edukasi, peserta diminta mengisi kuesioner TTAS secara mandiri dengan pendampingan tim pelaksana untuk memastikan pemahaman instrumen. Hasil skoring TTAS dicatat secara sistematis dan dikomunikasikan secara umum dalam bentuk data agregat kepada pihak sekolah untuk tindak lanjut program pembinaan dan konseling. (Gambar 1)



Gambar 1. Edukasi mengenai Hasil Skrining Kecanduan Tiktok.

Pelaksanaan kegiatan menggunakan kerangka *Plan–Do–Check–Action* (PDCA) untuk memastikan proses berjalan efektif, terukur, dan berkelanjutan:

Plan (Perencanaan)

Tahap awal dimulai dengan identifikasi permasalahan terkait meningkatnya penggunaan media sosial, khususnya TikTok, dan risiko adiksi digital pada remaja. Berdasarkan hasil asesmen kebutuhan, ditetapkan tujuan kegiatan, yaitu melakukan skrining risiko kecanduan TikTok serta memberikan edukasi tentang literasi digital sehat dan manajemen penggunaan gawai. Perencanaan mencakup koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan jadwal, persiapan instrumen TTAS, modul edukasi, serta pembentukan tim pelaksana yang terdiri dari tenaga kesehatan, akademisi, dan mahasiswa.

Do (Pelaksanaan)

Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan penandatanganan *inform consent*. Selanjutnya siswa mengikuti sesi edukasi mengenai adiksi digital, dampak penggunaan TikTok terhadap kesehatan mental dan akademik, serta strategi pencegahannya. Setelah itu, peserta mengisi kuesioner TTAS secara daring atau lembar cetak di bawah supervisi tim pelaksana. Pengisian dilakukan di ruang kelas secara kondusif untuk memastikan kenyamanan dan objektivitas.

Check (Evaluasi)

Hasil kuesioner dianalisis secara deskriptif untuk memetakan distribusi risiko adiksi TikTok berdasarkan skor TTAS. Selain itu, pemahaman siswa dievaluasi melalui umpan balik singkat terhadap materi edukasi. Data digunakan untuk mengidentifikasi kelompok siswa berisiko tinggi, serta sebagai dasar bagi sekolah dalam merencanakan intervensi berbasis konseling atau pendampingan lebih lanjut.

Act (Tindak Lanjut)

Siswa dengan skor tinggi direkomendasikan untuk mendapatkan pemantauan lanjutan oleh guru BK atau konselor sekolah. Edukasi tambahan diberikan terkait manajemen teknologi, *digital hygiene*, penguatan interaksi sosial *offline*, dan peningkatan aktivitas fisik. Pihak sekolah diharapkan mengintegrasikan kegiatan literasi digital sehat secara berkala dalam program UKS sebagai upaya preventif jangka panjang terhadap adiksi media sosial pada remaja.

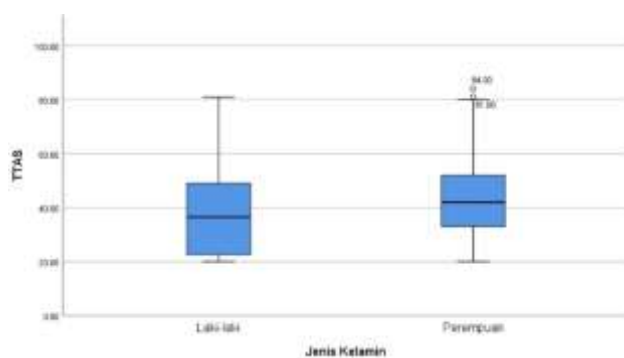
4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian Tabel 1 menunjukkan karakteristik dasar partisipan yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Sebanyak 306 remaja berpartisipasi, dengan rerata usia $13,67 \pm 1,6$ tahun dan median 13 tahun (rentang 11–18 tahun), merepresentasikan kelompok usia sekolah menengah yang berada pada fase perkembangan psikososial kritis terkait regulasi emosi, interaksi sosial, dan penggunaan media digital. Distribusi jenis kelamin relatif seimbang, terdiri atas 160 laki-laki (52,3%) dan 146 perempuan (47,7%), sehingga memungkinkan interpretasi temuan secara proporsional antar kelompok gender. Nilai *TikTok Addiction Scale* (TTAS) menunjukkan rerata skor sebesar $39,97 \pm 14,24$ dengan median 40 (rentang 20–84), mengindikasikan adanya variasi tingkat keterikatan terhadap penggunaan TikTok pada remaja. Rentang nilai yang cukup lebar mencerminkan heterogenitas pola penggunaan media sosial berbasis video pendek di populasi ini, dengan sebagian individu tampak pada kategori risiko keterlibatan penggunaan yang lebih intens.

Tabel 1. Data Karakteristik Partisipan.

Parameter	N (%)	Rerata (SD)	Med (Min – Max)
Usia (tahun)	306 (100%)	13,67 (1,6)	13 (11 – 18)
Jenis Kelamin			
• Laki-laki	160 (52,3%)		
• Perempuan	146 (47,7%)		
<i>TikTok Addiction Scale</i> (TTAS)		39,97 (14,24)	40 (20 – 84)

Gambar 2 menunjukkan distribusi skor *TikTok Addiction Scale* (TTAS) berdasarkan jenis kelamin. Secara umum, terlihat bahwa skor TTAS pada kelompok perempuan cenderung lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Median skor TTAS pada perempuan berada pada rentang skor menengah–tinggi, sementara pada laki-laki berada sedikit lebih rendah pada rentang menengah. Selain itu, rentang persebaran data pada perempuan tampak lebih luas serta terdapat beberapa outlier dengan skor sangat tinggi (≥ 80), yang mengindikasikan adanya individu dengan tingkat kecanduan TikTok yang lebih berat pada kelompok ini. Sebaliknya, meskipun laki-laki juga menunjukkan variasi skor, rentang interkuartilnya lebih sempit dan tidak ditemukan outlier ekstrem.



Gambar 2. Gambaran Hasil TTAS berdasarkan Jenis Kelamin.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil memberikan gambaran awal mengenai tingkat risiko kecanduan TikTok pada remaja sekolah di wilayah Jakarta Barat. Berdasarkan hasil skrining menggunakan TikTok *Addiction Scale* (TTAS), rerata skor partisipan berada pada angka 39,97 dengan rentang nilai yang cukup luas (20–84), menunjukkan adanya variasi yang signifikan dalam pola penggunaan media sosial pada kelompok usia ini. Temuan ini sejalan dengan tren global yang menunjukkan peningkatan intensitas penggunaan *platform* berbasis video pendek pada remaja, yang sering kali berkaitan dengan pencarian hiburan, pelarian dari stres akademik, serta kebutuhan afiliasi sosial. Secara teoritis, fenomena ini dapat dijelaskan melalui konsep *reward circuitry dysregulation*, di mana paparan konten yang bersifat cepat, menarik secara visual, dan berbasis *variable reward schedule* dapat mengaktifkan sistem dopaminergik mesolimbik yang berkaitan dengan terbentuknya perilaku adiktif. Model *uses and gratifications* juga menegaskan bahwa remaja memanfaatkan *platform* digital untuk memenuhi kebutuhan psikologis seperti koneksi sosial, validasi diri, dan mekanisme *coping* emosional. Selain itu, perkembangan neurokognitif pada masa remaja yang ditandai dengan imaturitas korteks prefrontal menyebabkan kontrol impuls dan regulasi diri belum optimal, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap penggunaan berlebih, impulsivitas, dan *behavioral reinforcement*. (Chao et al., 2023; Langlais et al., 2025; Weisskirch, 2025; Zsila et al., 2025)

Distribusi skor TTAS juga menampilkan pola yang menarik berdasarkan jenis kelamin. Remaja perempuan cenderung memiliki skor median yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, serta menunjukkan keberadaan *outliers* dengan skor sangat tinggi. Temuan ini mengindikasikan kerentanan lebih besar pada perempuan terhadap penggunaan TikTok secara berlebihan, kemungkinan dipengaruhi oleh kebutuhan interaksi sosial yang lebih besar, keterpaparan terhadap konten terkait citra diri, serta sensitivitas yang lebih tinggi terhadap *social reward feedback*. Secara teori, pendekatan *gender-based vulnerability* menyatakan bahwa perempuan cenderung memiliki orientasi sosial-emosional yang lebih kuat, serta lebih

responsif terhadap umpan balik sosial positif maupun negatif, sehingga dapat memperkuat perilaku *reward-seeking* di *platform* digital. Sebaliknya, pada kelompok laki-laki ditemukan variasi skor yang lebih luas dengan distribusi yang lebih menyebar, mencerminkan gaya penggunaan yang lebih heterogen, mulai dari hiburan, pencarian informasi, hingga konten *gaming*. Pola ini sejalan dengan teori *differential media use*, yang menyatakan bahwa laki-laki cenderung menggunakan media digital untuk tujuan stimulasi dan kompetisi, sedangkan perempuan lebih terikat pada fungsi sosial dan emosional. (Chao et al., 2023; da Silva Pinho et al., 2024; Pan et al., 2023; Twenge & Farley, 2021)

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan skrining risiko kecanduan TikTok menggunakan *TikTok Addiction Scale* (TTAS) memberikan manfaat yang luas dalam pemetaan pola penggunaan media sosial pada remaja sekolah di Jakarta Barat. Selain memperoleh gambaran mengenai tingkat keterpaparan dan kecenderungan adiksi digital, kegiatan ini juga berhasil meningkatkan literasi kesehatan digital peserta terkait penggunaan media sosial secara sehat, manajemen waktu, serta dampak psikologis dari pemakaian berlebihan. Edukasi yang diberikan turut memperkuat kesadaran remaja, guru, dan orang tua tentang pentingnya pengawasan pola penggunaan gawai serta pengembangan kebiasaan digital yang seimbang untuk menunjang kesehatan mental dan prestasi akademik. Program ini juga memperkuat kolaborasi antara pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan dukungan orang tua dalam membangun lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung kesehatan mental remaja. Keterlibatan guru dan konselor sekolah memungkinkan terjadinya tindak lanjut lebih efektif bagi siswa yang menunjukkan skor TTAS tinggi, termasuk konseling awal dan rujukan bila diperlukan. Namun demikian, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan instrumen *self-report* yang berpotensi menimbulkan bias jawaban, cakupan sekolah yang masih terbatas, serta belum dilakukannya pemantauan jangka panjang terhadap perubahan perilaku siswa paska intervensi edukasi.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa pelaksanaan skrining kesehatan mental dan risiko kecanduan TikTok menggunakan *TikTok Addiction Scale* (TTAS) merupakan pendekatan yang efektif, praktis, dan relevan dalam mendeteksi dini potensi dampak negatif penggunaan media sosial pada remaja sekolah. Penerapan skrining yang diintegrasikan dengan edukasi literasi digital sehat, manajemen waktu penggunaan gawai, serta penguatan strategi koping adaptif terbukti meningkatkan pemahaman peserta terhadap pentingnya menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan kehidupan sehari-hari. Hasil

skrining menunjukkan adanya variasi tingkat risiko penggunaan TikTok di kalangan siswa, dengan sebagian remaja berada pada kategori risiko lebih tinggi, sehingga memerlukan perhatian khusus dan tindak lanjut berupa konseling sekolah maupun rujukan ke layanan kesehatan bila diperlukan. Integrasi skrining TTAS dan edukasi kesehatan digital ke dalam program kesehatan sekolah merupakan strategi penting dalam memperkuat upaya promotif–preventif di bidang kesehatan jiwa remaja. Program ini diharapkan dapat diterapkan secara berkelanjutan melalui kolaborasi sekolah, tenaga kesehatan, orang tua, dan fasilitas layanan kesehatan primer untuk meningkatkan ketahanan psikologis remaja, mencegah gangguan kesehatan mental yang lebih serius, serta mendukung tumbuh kembang remaja yang sehat dan produktif.

DAFTAR REFERENSI

- Chao, M., Lei, J., He, R., Jiang, Y., & Yang, H. (2023). TikTok use and psychosocial factors among adolescents: Comparisons of non-users, moderate users, and addictive users. *Psychiatry Research*, 325, 115247. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115247>
- da Silva Pinho, A., Céspedes Izquierdo, V., Lindström, B., & van den Bos, W. (2024). Youths' sensitivity to social media feedback: A computational account. *Science Advances*, 10(43). <https://doi.org/10.1126/sciadv.adp8775>
- Gómez Salgado, P., Rial Boubeta, A., Braña Tobío, T., Varela Mallou, J., & Barreiro Couto, C. (2014). Evaluation and early detection of problematic Internet use in adolescents. *Psicothema*, 1(26), 21–26. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.109>
- Günlü, A., Oral, T., Yoo, S., & Chung, S. (2023a). Reliability and validity of the problematic TikTok Use Scale among the general population. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1068431>
- Günlü, A., Oral, T., Yoo, S., & Chung, S. (2023b). Reliability and validity of the problematic TikTok Use Scale among the general population. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1068431>
- Langlais, M. R., Thaler, A., & West, E. (2025). TikTok Too Much? A Qualitative Investigation of Adolescent TikTok Use, Motivation, and Consequences. *Youth & Society*, 57(4), 593–614. <https://doi.org/10.1177/0044118X241282347>
- Pan, W., Mu, Z., Zhao, Z., & Tang, Z. (2023). Female Users' TikTok Use and Body Image: Active Versus Passive Use and Social Comparison Processes. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 26(1), 3–10. <https://doi.org/10.1089/cyber.2022.0169>
- Pérez-Torres, V. (2024). Problematic use of social media in adolescents or excessive social gratification? The mediating role of nomophobia. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 18(4). <https://doi.org/10.5817/CP2024-4-2>

- Ramsden, E., & Talbot, C. V. (2025). The Role of TikTok in Students' Health and Wellbeing. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 23(3), 2180–2202. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01224-6>
- Shoshani, A., Kor, A., & Bar, S. (2024). The impact of social media use on psychiatric symptoms and well-being of children and adolescents in the Post-COVID-19 era: a four-year longitudinal study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(11), 4013–4027. <https://doi.org/10.1007/s00787-024-02454-2>
- Twenge, J. M., & Farley, E. (2021). Not all screen time is created equal: associations with mental health vary by activity and gender. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 56(2), 207–217. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01906-9>
- Wang, X., & Guo, Y. (2023). Motivations on TikTok addiction: The moderating role of algorithm awareness on young people. *El Profesional de La Información*. <https://doi.org/10.3145/epi.2023.jul.11>
- Weisskirch, R. S. (2025). Social Media Made Me Do It: Perceptions of Social Media Influence, Risky Behaviors, and Mental Health Among Adolescents. *Social Science Computer Review*. <https://doi.org/10.1177/08944393251337016>
- Yang, H., Wang, Z., Elhai, J. D., & Montag, C. (2022). The relationship between adolescent emotion dysregulation and problematic technology use: Systematic review of the empirical literature. *Journal of Behavioral Addictions*, 11(2), 290–304. <https://doi.org/10.1556/2006.2022.00038>
- Zhu, C., Jiang, Y., Lei, H., Wang, H., & Zhang, C. (2024). The relationship between short-form video use and depression among Chinese adolescents: Examining the mediating roles of need gratification and short-form video addiction. *Heliyon*, 10(9), e30346. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e30346>
- Zsila, Á., Aruguete, M. S., Shabahang, R., Buvár, Á., & Orosz, G. (2025). Convergent and divergent predictors of extensive use time and problematic TikTok use. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 19(4). <https://doi.org/10.5817/CP2025-4-8>