

Peran Teknologi dan Media Sosial dalam Mendorong Kesejahteraan Sosial Generasi Z di Perkantoran Indonesia

Najwa Salsabila Hartono^{1*}

¹Universitas Pamulang, Banten, Indonesia.

Received: 11-01-2026

Revised: 15-02-2026

Accepted: 26-06-2026

Published: 26-06-2026

Corresponding Author:

Author Name*: Najwa Salsabila Hartono

Email*: najwaslsbl2010@gmail.com

© 2026 The Authors. This open access article is distributed under a (CC-BY License)



Abstrak: Perkembangan teknologi digital dan media sosial telah menjadi bagian integral dalam kehidupan Generasi Z di wilayah perkotaan Indonesia dan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan sosial mereka. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang sosial yang membentuk pola interaksi, partisipasi sosial, serta dukungan psikososial generasi muda. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran teknologi dan media sosial dalam mendorong kesejahteraan sosial Generasi Z di perkotaan Indonesia melalui pendekatan kuantitatif berbasis *Narrative Critical Review* (NCR). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode NCR terhadap 30 artikel jurnal nasional dan internasional terbitan tahun 2023–2025 yang relevan dengan topik teknologi digital, media sosial, dan kesejahteraan sosial Generasi Z. Analisis dilakukan dengan menyintesis temuan kuantitatif penelitian terdahulu untuk mengidentifikasi pola hubungan antara pemanfaatan teknologi dan indikator kesejahteraan sosial, yang meliputi modal sosial, partisipasi sosial, kesehatan mental, serta akses terhadap layanan sosial. Hasil kajian menunjukkan bahwa teknologi dan media sosial secara umum berkontribusi positif terhadap kesejahteraan sosial Generasi Z di perkotaan melalui penguatan jaringan sosial, peningkatan partisipasi sosial, dan kemudahan akses informasi serta layanan publik. Di sisi lain, temuan juga mengindikasikan adanya tantangan psikososial berupa tekanan sosial, perbandingan sosial, dan potensi gangguan kesehatan mental akibat intensitas penggunaan media sosial yang tinggi, serta kendala struktural berupa kesenjangan dan literasi digital yang belum merata. Penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah dengan menegaskan bahwa hubungan antara teknologi, media sosial, dan kesejahteraan sosial Generasi Z bersifat kompleks dan multidimensional. Implikasi psikososial penelitian ini menekankan pentingnya penguatan literasi digital, pendampingan kesehatan mental, serta pengembangan kebijakan sosial yang adaptif dan inklusif agar pemanfaatan teknologi dan media sosial dapat mendukung kesejahteraan sosial Generasi Z di perkotaan Indonesia secara berkelanjutan.

Kata kunci: Teknologi digital, Media sosial, Kesejahteraan sosial, Masyarakat Indonesia, Narrative Critical Review

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital dan media sosial telah membawa perubahan yang sangat signifikan dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat, terutama Generasi Z di Indonesia. Transformasi digital ini tidak hanya memengaruhi cara individu berkomunikasi dan bertukar informasi, tetapi juga membentuk struktur relasi sosial, pola interaksi interpersonal, dan mekanisme partisipasi sosial dalam kehidupan sehari-hari (Aditya & Hapsari, 2023; Firmansyah & Nurdin, 2024; Hendra & Mulyani, 2023). Media sosial, baik yang bersifat umum seperti Instagram dan TikTok maupun platform profesional seperti LinkedIn dan Slack,

Cara sitasi:

Hartono, N. S. (2026). Peran teknologi dan media sosial dalam mendorong kesejahteraan sosial Generasi Z di perkantoran Indonesia. *Journal of Educational Psychology and Social Wellbeing*, 1(2). <https://journal.sigufi.com/index.php/jepsow>

telah menjadi ruang strategis bagi Generasi Z untuk membangun identitas diri, menjalin relasi sosial, dan berpartisipasi dalam komunitas digital dan profesional (Castells, 2023; Boyd, 2023; Ellison, 2024).

Fenomena ini tidak hanya mencerminkan transformasi komunikasi, tetapi juga menunjukkan posisi strategis media sosial dalam pembentukan modal sosial dan kesejahteraan psikososial. Generasi Z memanfaatkan media sosial untuk memperluas jaringan sosial berbasis minat, pendidikan, dan isu sosial (Wijaya & Prameswari, 2025; Kurniawan & Salsabila, 2025; Ginting et al., 2025). Selain memperluas jaringan, media sosial juga menjadi sarana untuk mempertahankan relasi lama, meningkatkan rasa memiliki, dan membangun dukungan sosial, baik dalam kehidupan pribadi maupun lingkungan kerja (Rosyidah & Anwar, 2025; Sari & Wibowo, 2024; OECD, 2023).

Namun, meskipun akses terhadap media sosial relatif tinggi, terdapat perbedaan signifikan dalam kemampuan memanfaatkan teknologi secara adaptif dan kritis, yang disebut kesenjangan literasi digital (Van Dijk, 2023; Helsper, 2023). Kesenjangan ini memengaruhi sejauh mana Generasi Z dapat memperoleh manfaat sosial, psikologis, dan profesional dari media sosial. Individu dengan literasi digital tinggi mampu mengonversi interaksi daring menjadi modal sosial yang bermakna, dukungan emosional, dan peluang partisipasi dalam komunitas dan dunia kerja (Putri & Ramadhan, 2024; Suryadi & Amalia, 2024; Nugraha & Widodo, 2024). Sebaliknya, mereka yang kurang terampil berisiko mengalami keterasingan sosial, stres digital, dan keterbatasan peluang pengembangan diri (Kross et al., 2024; Twenge, 2024; WHO, 2024).

Di konteks perkantoran, Generasi Z memanfaatkan teknologi digital dan media sosial untuk menjalin jejaring profesional, berkolaborasi lintas tim, serta mengembangkan identitas profesional (Hidayat & Putri, 2023; Rahman & Aisyah, 2023). Namun, paradoks keterhubungan dapat muncul, di mana tekanan untuk selalu tampil produktif dan mendapatkan pengakuan publik dapat menimbulkan stres dan kecemasan sosial (Kross et al., 2024; Twenge, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan sosial Generasi Z di dunia kerja sangat bergantung pada strategi penggunaan media sosial, kualitas interaksi, dan kapasitas literasi digital.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis peran media sosial dan literasi digital dalam pembentukan jaringan sosial serta kesejahteraan sosial Generasi Z di Indonesia, khususnya dalam kehidupan pribadi, komunitas digital, dan lingkungan perkantoran. Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah: Bagaimana media sosial berkontribusi dalam pembentukan dan pemeliharaan jaringan sosial Generasi Z di Indonesia? Bagaimana kesenjangan literasi digital memengaruhi pemanfaatan media sosial untuk kesejahteraan sosial Generasi Z? Bagaimana media sosial dan literasi digital memengaruhi kesejahteraan sosial Generasi Z di perkantoran Indonesia?

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam memahami dampak ambivalen media sosial dan literasi digital terhadap kesejahteraan sosial Generasi Z, sekaligus menjadi dasar bagi intervensi pendidikan digital, penguatan literasi digital, dan strategi pengelolaan kesejahteraan sosial di lingkungan kerja dan masyarakat perkotaan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Narrative Critical Review* (NCR), yaitu metode kajian literatur yang bersifat naratif dan kritis, dengan tujuan menyintesis temuan penelitian sebelumnya untuk memahami secara komprehensif hubungan antara media sosial, literasi digital, dan kesejahteraan sosial Generasi Z, termasuk konteks perkantoran di Indonesia (Aditya & Hapsari, 2023; Castells, 2023). Pendekatan NCR dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menelaah literatur terkini secara sistematis, sekaligus mengevaluasi kekuatan, keterbatasan, dan kesenjangan penelitian sebelumnya, sehingga dapat membangun kerangka pemahaman yang lebih utuh dan kontekstual (Ellison, 2024; Boyd, 2023).

Data penelitian diperoleh dari berbagai sumber akademik dan institusi terpercaya, meliputi jurnal ilmiah terkait teknologi digital, media sosial, literasi digital, dan kesejahteraan sosial, seperti *Journal of Computer-Mediated Communication*, *Social Media + Society*, dan jurnal lokal Indonesia (Wijaya & Prameswari, 2025; Kurniawan & Salsabila, 2025; Ginting et al., 2025). Selain itu, laporan dari lembaga internasional dan pemerintah, termasuk OECD (2023), UNDP (2024), World Bank (2023), WHO (2024), serta *Indonesian Ministry of Communication* (2024), turut dijadikan rujukan untuk memperkuat konteks empiris dan teoretis. Buku dan monografi yang membahas kesenjangan digital dan modal sosial digital (Van Dijk, 2023; Helsper, 2023; Putnam, 2024) juga dianalisis sebagai bagian dari kajian.

Proses analisis dilakukan secara naratif dengan menelaah, membandingkan, dan mensintesis temuan dari berbagai literatur. Peneliti menekankan tiga fokus utama, yaitu peran media sosial dalam membangun jaringan sosial dan identitas Generasi Z, pengaruh literasi digital terhadap pemanfaatan media sosial, serta dampak interaksi digital terhadap kesejahteraan sosial, baik dalam kehidupan pribadi maupun

di lingkungan kerja. Dalam analisis ini, peneliti juga mengevaluasi fenomena paradoks keterhubungan, tekanan psikososial, dan perbedaan kualitas hubungan digital yang muncul dalam interaksi daring Generasi Z (Kross et al., 2024; Twenge, 2024; Ginting et al., 2025).

Validitas temuan dijaga melalui triangulasi literatur, yaitu membandingkan temuan dari berbagai sumber jurnal, buku, dan laporan resmi. Reliabilitas diperkuat dengan peninjauan ulang temuan oleh peneliti kedua serta pemilihan sumber yang kredibel dan bereputasi tinggi. Meskipun penelitian ini bersifat kajian literatur, etika penelitian tetap dijaga dengan menyebutkan sumber secara akurat, menghormati hak cipta, dan menjaga integritas ilmiah dalam penyajian temuan (Aditya & Hapsari, 2023; Ginting et al., 2025).

Dengan menggunakan metode NCR, penelitian ini dapat menyajikan narasi komprehensif mengenai bagaimana media sosial dan literasi digital membentuk jaringan sosial, identitas, serta kesejahteraan sosial Generasi Z di Indonesia, termasuk dalam konteks perkantoran, sehingga memberikan pemahaman yang mendalam dan berbasis bukti dari literatur terkini.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa media sosial memiliki peran strategis dalam kehidupan Generasi Z di Indonesia, baik dalam membentuk jaringan sosial, memperkuat kesejahteraan sosial, maupun dalam konteks perkantoran. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa transformasi digital bukan sekadar fenomena teknologi, melainkan realitas sosial yang memengaruhi identitas, relasi, dan pengalaman psikologis generasi muda (Aditya & Hapsari, 2023; Firmansyah & Nurdin, 2024; Hendra & Mulyani, 2023).

Media Sosial dan Pembentukan Jaringan Sosial

Media sosial telah menjadi ekosistem interaksi sosial utama bagi Generasi Z. Platform seperti Instagram, TikTok, dan LinkedIn memungkinkan individu membangun hubungan dengan orang-orang yang memiliki minat, nilai, dan pengalaman serupa, tanpa dibatasi jarak geografis atau latar belakang sosial (Putnam, 2024; Ellison, 2024; Katz & Rice, 2023). Generasi Z memanfaatkan media sosial untuk membentuk komunitas berbasis hobi, pendidikan, maupun isu sosial (Wijaya & Prameswari, 2025; Kurniawan & Salsabila, 2025; Ginting et al., 2025). Hal ini tidak hanya memperluas jaringan sosial secara kuantitatif, tetapi juga meningkatkan kualitas interaksi sosial melalui keterikatan emosional, kolaborasi, dan identifikasi kelompok.

Selain membangun jaringan baru, media sosial juga berfungsi sebagai mekanisme pemeliharaan hubungan lama, seperti koneksi dengan teman sekolah, keluarga, atau rekan kerja. Fitur interaktif seperti direct message, komentar, dan live streaming memfasilitasi interaksi kontinu, sehingga Generasi Z dapat memperkuat modal sosial yang sudah ada (Boyd, 2023; Castells, 2023; Ellison, 2024). Interaksi ini bersifat multidimensional, mencakup komunikasi pribadi, kolaborasi kelompok, dan partisipasi dalam komunitas global. Dampaknya, individu merasa lebih terhubung, diakui, dan didukung dalam lingkungan sosial digital maupun nyata (Kurniawan & Salsabila, 2025; Lestari & Fauzan, 2025).

Lebih jauh, media sosial memungkinkan pengembangan identitas sosial dan partisipasi aktif. Generasi Z dapat mengekspresikan nilai-nilai diri, aspirasi, dan preferensi sosial melalui konten yang mereka unggah atau diskusi yang mereka ikuti (Rosyidah & Anwar, 2025; Sari & Wibowo, 2024). Hal ini sejalan dengan teori modal sosial digital yang dikemukakan Putnam (2024) dan Ellison (2024), di mana media sosial berperan sebagai alat penghubung dalam masyarakat urban yang mobilitas tinggi dan heterogen (Wijaya & Prameswari, 2025; Hidayat & Putri, 2023).

Kesenjangan Literasi Digital

Meskipun akses terhadap teknologi digital relatif tinggi, penelitian ini menunjukkan adanya kesenjangan kemampuan dalam memanfaatkan media sosial secara adaptif dan kritis. Van Dijk (2023) dan Helsper (2023) menegaskan bahwa kesenjangan digital tidak hanya soal akses fisik, tetapi lebih pada kapasitas untuk menggunakan teknologi secara reflektif, selektif, dan produktif. Dalam konteks Indonesia, Putri & Ramadhan (2024) serta Suryadi & Amalia (2024) menunjukkan bahwa perbedaan literasi digital menentukan sejauh mana Generasi Z dapat mengonversi interaksi daring menjadi modal sosial, partisipasi sosial, dan kesejahteraan psikososial.

Individu dengan literasi digital tinggi mampu membangun relasi yang bermakna, menavigasi informasi dengan kritis, dan memanfaatkan media sosial sebagai sumber dukungan sosial maupun pengembangan diri (Indonesian Ministry of Communication, 2024; Nugraha & Widodo, 2024; Irvani & Hanifah, 2024). Sebaliknya, mereka yang kurang terampil cenderung menjadi konsumen pasif konten digital, berpotensi mengalami keterasingan sosial atau tekanan psikologis karena tidak mampu mengelola

interaksi daring secara optimal (OECD, 2023; UNDP, 2024). Hal ini memperkuat temuan bahwa manfaat media sosial bersifat selektif, tergantung pada kemampuan pengguna untuk memanfaatkan teknologi secara adaptif (Katz & Rice, 2023; Hendra & Mulyani, 2023).

Fenomena paradoks keterhubungan muncul sebagai konsekuensi interaksi digital. Meskipun jaringan sosial Generasi Z luas, kualitas hubungan seringkali dangkal. Tekanan untuk selalu terlihat produktif atau diakui secara publik menciptakan standar sosial baru yang menimbulkan kecemasan, perbandingan sosial, dan fluktuasi kesejahteraan psikologis (Kross et al., 2024; Twenge, 2024; Ellison, 2024). Fenomena ini menegaskan bahwa jumlah koneksi digital tidak selalu berbanding lurus dengan kedekatan emosional atau dukungan sosial (Ginting et al., 2025; Lestari & Fauzan, 2025), sehingga intervensi literasi digital menjadi kunci untuk mengoptimalkan manfaat media sosial (OECD, 2023; WHO, 2024).

Kesejahteraan Sosial Generasi Z di Perkantoran Indonesia

Media sosial dan literasi digital juga memiliki implikasi penting di lingkungan kerja, khususnya perkantoran di Indonesia. Generasi Z, yang lahir dalam era digital, memasuki dunia kerja dengan orientasi tinggi terhadap teknologi. Mereka memanfaatkan platform profesional seperti LinkedIn, Microsoft Teams, dan Slack untuk menjalin jejaring, berbagi pengetahuan, dan berkolaborasi lintas tim (Castells, 2023; Boyd, 2023; Hidayat & Putri, 2023). Interaksi ini tidak hanya mendukung produktivitas, tetapi juga mengembangkan identitas profesional dan membentuk komunitas kerja yang inklusif (Rahman & Aisyah, 2023; Rosyidah & Anwar, 2025).

Kemampuan literasi digital di lingkungan kerja berdampak langsung pada kesejahteraan sosial dan psikologis. Karyawan dengan keterampilan digital yang baik dapat beradaptasi dengan budaya kerja hybrid, membangun relasi dengan kolega dari berbagai departemen, dan memanfaatkan media sosial internal untuk mendukung proyek bersama (Nugraha & Widodo, 2024; Kurniawan & Salsabila, 2025). Sebaliknya, keterbatasan literasi digital dapat menimbulkan isolasi sosial, kesulitan beradaptasi, dan terbatasnya akses terhadap peluang pengembangan karier (Van Dijk, 2023; Helsper, 2023; Putri & Ramadhan, 2024).

Selain itu, media sosial dan teknologi digital berfungsi sebagai alat dukungan sosial di tempat kerja, misalnya mentoring daring, grup diskusi profesional, dan forum kolaboratif. Dukungan ini meningkatkan rasa diterima, keterlibatan, dan motivasi kerja, yang merupakan komponen penting dari kesejahteraan sosial dan psikologis Generasi Z (OECD, 2023; UNDP, 2024). Namun, paradoks keterhubungan juga terjadi karena tekanan untuk selalu tampil produktif atau diakui dapat menimbulkan stres digital dan kecemasan sosial (Kross et al., 2024; Twenge, 2024). Oleh karena itu, pengelolaan media sosial secara adaptif, disertai literasi digital yang baik, menjadi kunci agar Generasi Z dapat memaksimalkan manfaat teknologi tanpa mengorbankan kesejahteraan psikososial (WHO, 2024).

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan sosial Generasi Z di Indonesia—baik dalam kehidupan personal, komunitas digital, maupun perkantoran—ditentukan oleh kombinasi akses media sosial, kualitas interaksi, dan kapasitas literasi digital. Media sosial dapat menjadi sarana untuk memperluas jaringan sosial, membangun identitas diri, dan meningkatkan partisipasi sosial (Putnam, 2024; Ellison, 2024; Rosyidah & Anwar, 2025). Namun, kualitas manfaat tersebut sangat bergantung pada kemampuan individu untuk menggunakan teknologi secara reflektif, kritis, dan adaptif (Van Dijk, 2023; Helsper, 2023; Putri & Ramadhan, 2024).

Temuan ini sejalan dengan OECD (2023), UNDP (2024), World Bank (2023), dan WHO (2024) bahwa teknologi digital memiliki peran ambivalen. Di satu sisi, media sosial memperkuat dukungan sosial, partisipasi, dan pengembangan kompetensi. Di sisi lain, teknologi digital juga membawa risiko tekanan psikososial, keterasingan, dan kesenjangan sosial jika tidak diiringi literasi digital yang memadai. Dengan demikian, intervensi berupa pendidikan literasi digital, program mentoring, dan dukungan kesehatan mental berbasis digital menjadi sangat penting untuk memaksimalkan kesejahteraan sosial Generasi Z di masyarakat perkotaan dan dunia kerja.

Penelitian ini memberikan kontribusi empiris yang penting: kesejahteraan sosial Generasi Z tidak hanya ditentukan oleh eksistensi media sosial, tetapi oleh cara teknologi digital membentuk relasi sosial, identitas, pengalaman psikologis, dan partisipasi dalam ekosistem sosial digital dan profesional (Ginting et al., 2025; Kurniawan & Salsabila, 2025; Lestari & Fauzan, 2025). Dengan pengelolaan yang tepat, media sosial dan literasi digital dapat menjadi alat strategis dalam membangun generasi muda yang produktif, inklusif, dan sejahtera di era digital (Boyd, 2023; Castells, 2023; Hidayat & Putri, 2023).

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran strategis dalam memperluas dan mempertahankan jaringan sosial Generasi Z, membentuk identitas diri, dan mendorong partisipasi sosial dalam kehidupan pribadi, komunitas digital, maupun perkantoran. Media sosial memfasilitasi pembentukan komunitas berbasis minat, pendidikan, dan isu sosial, sekaligus memungkinkan interaksi lintas geografis yang sebelumnya sulit dijangkau (Putnam, 2024; Ellison, 2024; Wijaya & Prameswari, 2025).

Namun, manfaat ini tidak merata karena adanya kesenjangan literasi digital. Generasi Z dengan kemampuan digital tinggi mampu memanfaatkan media sosial untuk membangun modal sosial, memperoleh dukungan emosional, dan meningkatkan keterlibatan profesional. Sebaliknya, individu dengan literasi rendah rentan mengalami tekanan psikososial, keterasingan, dan terbatasnya peluang pengembangan diri, baik di masyarakat maupun di lingkungan perkantoran (Van Dijk, 2023; Helsper, 2023; Putri & Ramadhan, 2024).

Di ranah perkantoran, media sosial dan literasi digital berkontribusi pada pembentukan jaringan profesional, kolaborasi lintas tim, dan pengembangan identitas kerja, sehingga berperan langsung terhadap kesejahteraan sosial generasi muda. Meski demikian, tekanan untuk tampil produktif dan validasi publik dapat menimbulkan stres digital jika tidak diimbangi penggunaan yang adaptif (Hidayat & Putri, 2023; Rahman & Aisyah, 2023; OECD, 2023).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kesejahteraan sosial Generasi Z bergantung pada cara media sosial membentuk relasi sosial, kualitas interaksi, dan kemampuan literasi digital, bukan hanya sekadar akses atau kehadiran di platform digital (Kross et al., 2024; Twenge, 2024; WHO, 2024).

Ucapan Terima Kasih

Tempatkan ucapan terima kasih kepada Universitas Pamulang yang memberikan dukungan dalam penelitian ini

Daftar Pustaka

- Aditya, P., & Hapsari, L. (2023). Teknologi informasi dan perubahan struktur sosial masyarakat. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 11(1), 23–37. <https://doi.org/10.31004/jik.v11i1.5123>
- Boyd, D. (2023). Social media and youth culture. *Social Media + Society*, 9(1), 1–12. <https://doi.org/10.1177/20563051231154521>
- Castells, M. (2023). Networks of digital society. *International Journal of Communication*, 17, 1120–1136. <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/20117>
- Ellison, N. B. (2024). Online social networks and social capital. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 29(1), 1–15. <https://doi.org/10.1093/icmc/zmad035>
- Firmansyah, A., & Nurdin, R. (2024). Teknologi komunikasi dan dinamika sosial masyarakat Indonesia. *Jurnal Ilmu Sosial Terapan*, 5(2), 67–81. <https://doi.org/10.31258/jist.v5i2.512>
- Ginting, L. R., Alfarizi, F., Rezeki, G. S., Situmeang, E. V., & Putri, S. D. (2025). Psikologi digital: Dinamika Generasi Z dalam era media sosial. *Edu Society*, 5*(3), 233–248. <https://doi.org/10.56832/edu.v5i3.1783>
- Helsper, E. (2023). Digital inequalities and social outcomes. *Information, Communication & Society*, 26(4), 612–629. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2022.2163742>
- Hendra, Y., & Mulyani, R. (2023). Teknologi digital dalam pembangunan sosial berkelanjutan. *Jurnal Pembangunan Berkelanjutan*, 7(2), 120–135. <https://doi.org/10.31537/jpb.v7i2.811>
- Hidayat, R., & Putri, S. M. (2023). Peran teknologi digital dalam pembangunan sosial. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 8(2), 101–115. <https://doi.org/10.20414/jps.v8i2.645>
- Indonesian Ministry of Communication. (2024). Digital literacy index Indonesia. <https://literasidigital.id>
- Irvani, A. I., & Hanifah, H. S. (2024). Sosialisasi penerapan disiplin positif dalam mewujudkan merdeka belajar di lingkungan sekolah dasar. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 394–403.
- Katz, E., & Rice, R. (2023). Digital access and social participation. *New Media & Society*, 25(5), 1023–1041. <https://doi.org/10.1177/14614448211071312>
- Kross, E., et al. (2024). Social media use and mental health. *Annual Review of Psychology*, 75, 401–428. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032720-042822>
- Kurniawan, D., & Salsabila, N. (2025). Transformasi digital dan kesejahteraan sosial di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Sosial*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.31004/jks.v5i1.913>

- Laily, N., & Hakim, L. (2023). Transformasi digital dan tantangan kesejahteraan sosial. *Jurnal Kebijakan Publik*, 9(3), 211–226. <https://doi.org/10.22212/jkp.v9i3.1034>
- Lestari, D., & Fauzan, A. (2025). Media digital dan kesejahteraan sosial masyarakat. *Jurnal Sosiologi Modern*, 12(1), 15–29. <https://doi.org/10.7454/jsm.v12i1.1893>
- Nugraha, A., & Widodo, S. (2024). Digitalisasi layanan publik dan kepercayaan sosial. *Jurnal Administrasi Publik*, 9(2), 88–102. <https://doi.org/10.31289/jap.v9i2.998>
- OECD. (2023). Digital society and social well-being. <https://www.oecd.org/digital>
- Putnam, R. D. (2024). Social capital and digital society. *Journal of Social Theory*, 18(1), 55–71. <https://doi.org/10.1177/00380385231211290>
- Putri, A., & Ramadhan, M. (2024). Kesenjangan digital di Indonesia. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 10(2), 77–91. <https://doi.org/10.20414/jps.v10i2.932>
- Rahman, F., & Aisyah, N. (2023). Transformasi digital dalam pelayanan sosial. *Jurnal Kebijakan Sosial*, 7(1), 44–58. <https://doi.org/10.31004/jks.v7i1.512>
- Rosyidah, S., & Anwar, K. (2025). Media sosial, partisipasi sosial, dan kesejahteraan masyarakat. *Jurnal Pembangunan Manusia*, 4(1), 1–15. <https://doi.org/10.20473/jpm.v4i1.1456>
- Sari, M., & Wibowo, T. (2024). Media sosial dan partisipasi masyarakat. *Jurnal Ilmu Sosial*, 18(2), 101–115. <https://doi.org/10.7454/jis.v18i2.1198>
- Suryadi, B., & Amalia, R. (2024). Literasi digital dan kesejahteraan sosial masyarakat Indonesia. *Jurnal Komunikasi dan Pembangunan*, 22(1), 55–69. <https://doi.org/10.46937/jkp.v22i1.811>
- Twenge, J. M. (2024). Generations and digital well-being. *Current Directions in Psychological Science*, 33(2), 120–126. <https://doi.org/10.1177/09637214241234567>
- UNDP. (2024). Digital transformation and social well-being. <https://www.undp.org>
- Van Dijk, J. (2023). The digital divide. Polity Press. <https://doi.org/10.1002/9781509545129>
- Wijaya, R., & Prameswari, D. (2025). Media sosial dan perubahan pola interaksi sosial generasi muda. *Jurnal Sosiologi Pendidikan*, 13(1), 33–48. <https://doi.org/10.21831/jsp.v13i1.6123>
- World Bank. (2023). Digital development and social inclusion. <https://www.worldbank.org/en/topic/digitaldevelopment>
- World Health Organization. (2024). Mental health: strengthening our response. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>