



Penggunaan Media Sosial dan Impaknya terhadap Kesejahteraan Emosi Mahasiswa Muslim: Kajian di Universiti Islam Selangor

Hanis Sofiyah Noor Azmi*, Faradillah Iqmar Omar**

*Jabatan Bahasa Inggeris dan Komunikasi, Fakulti Sains Sosial, Universiti Islam Selangor

** Corresponding author, Jabatan Bahasa Inggeris dan Komunikasi, Fakulti Sains Sosial, Universiti Islam Selangor

E-mail: faradillah@uis.edu.my

Article Info

Article history:

Received: 14 Jun, 2024

Accepted: 27 Jun, 2024

Published: 1 Julai, 2024

DOI:

10.33102/jccicom.vol4no1.107

ABSTRAK

Penggunaan media sosial telah menjadi sebahagian daripada kehidupan harian masyarakat dalam era teknologi moden, terutamanya bagi generasi muda. Media sosial bukan sahaja alat untuk berkomunikasi, tetapi juga boleh menyediakan hiburan dan maklumat. Namun begitu, terdapat kebimbangan mengenai kesan penggunaan media sosial terhadap kesihatan emosi seseorang, terutamanya bagi pelajar yang sering terdedah kepada tekanan sosial dan akademik. Tujuan kajian ini adalah untuk mengkaji kesan penggunaan media sosial dalam kalangan mahasiswa Muslim di Universiti Islam Selangor terhadap kesejahteraan emosi mereka. Soal selidik telah dijalankan ke atas 120 mahasiswa dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Soalan mengenai kekerapan penggunaan media sosial, jenis platform yang digunakan, dan kesan emosional yang dirasakan selepas menggunakan media sosial dimasukkan ke dalam soal selidik ini. Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan inferensi dan statistik deskriptif untuk mengetahui sama ada terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dan keadaan emosi seseorang. Keputusan kajian menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang sederhana antara penggunaan media sosial dan kesejahteraan emosi. Didapati bahawa penggunaan media sosial yang berlebihan memberi kesan buruk kepada emosi pelajar, termasuk meningkatkan kebimbangan dan tekanan. Dengan menyediakan platform untuk interaksi yang bermakna dan sokongan sosial, penggunaan yang dikawal dengan baik boleh meningkatkan kesihatan emosi. Kajian ini menekankan kepentingan penggunaan media sosial yang bijak dan seimbang untuk memelihara kesejahteraan emosi mahasiswa. Cadangan untuk kajian lanjut boleh melibatkan pelbagai kaedah seperti temu bual dan kajian longitudinal untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang impak jangka panjang penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan emosi.

Kata kunci: Media sosial, Kesejahteraan emosi, Mahasiswa, Generasi muda

Social Media Usage and Its Impact on the Emotional Well-Being of Muslim Students: A Study at Universiti Islam Selangor

ABSTRACT

The use of social media has become an integral part of daily life in modern technology, especially for the younger generation. Social media is not only a tool for communication but can also provide entertainment and information. However, there are concerns about the impact of social media use on an individual's emotional health, particularly for students who are often exposed to social and academic pressures. The purpose of this study is to examine the effects of social media use by the Muslim students at Universiti Islam Selangor on their emotional well-being. A survey was conducted on 120 students using a quantitative approach. Questions regarding the frequency of social media use, the types of platforms used, and the emotional effects experienced after using social media were included in this survey. The collected data were analyzed using inferential and descriptive statistics to determine whether there is a relationship between social media use and an individual's emotional state. The results of the study showed that there is a moderate relationship between social media use and emotional well-being. It was found that excessive use of social media negatively affects students' emotions, including increasing anxiety and stress. By providing a platform for meaningful interaction and social support, well-managed use can enhance emotional health. This study highlights the importance of wise and balanced use of social media to preserve the emotional well-being of university students. Recommendations for further research may involve various methods such as interviews and longitudinal studies to gain a deeper understanding of the long-term impacts of social media use on emotional well-being.

Keywords: *Social media usage, Emotional well-being, Students, New Generation*

PENGENALAN

Dalam era digital masa kini, penggunaan media sosial telah menjadi sebahagian penting dalam kehidupan harian, terutamanya dalam kalangan generasi muda. Media sosial bukan sahaja berfungsi sebagai platform komunikasi, tetapi juga sebagai sumber maklumat dan hiburan. Platform seperti Facebook, Instagram, Twitter, dan TikTok telah menjadi alat utama yang digunakan oleh pelbagai lapisan masyarakat untuk berinteraksi dan berkongsi maklumat (Bhatt & Saini, 2015). Penggunaan internet yang boleh diakses melalui pelbagai medium seperti komputer dan telefon pintar telah memudahkan penggunaannya untuk mendapatkan pelbagai jenis maklumat yang dicari (Yatiman Karsodikromo et al., 2020). Menurut laporan Berita Harian (2021), rakyat Malaysia menghabiskan hampir tiga jam sehari menggunakan media sosial. Malaysia juga mempunyai 28 juta pengguna media sosial setakat tahun 2021. Sebanyak 94.7 peratus rakyat Malaysia yang berusia 16 hingga 64 tahun menonton kandungan televisyen melalui aplikasi Netflix ("Malaysia Ada 28 Juta Pengguna Media Sosial", 2021).

Namun begitu, terdapat kebimbangan mengenai kesan penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan emosi individu, terutamanya mahasiswa yang sering terdedah kepada tekanan akademik dan sosial. Menurut Nur Faizah Saidi et al. (2023), media merupakan salah satu komponen dalam teknologi pengajaran dan mempunyai pengaruh yang besar dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Ia merupakan alat atau bahan untuk menyampaikan maklumat, pengetahuan, atau kemahiran kepada pelajar. Media sosial pula adalah rangkaian komunikasi secara dalam talian yang dapat menghubungkan penggunanya di serata dunia.

Kebimbangan ialah suatu perasaan yang tidak senang seperti bimbang atau takut di mana perasaan tersebut boleh menjadi ringan atau berat. Gangguan ini merupakan gangguan mental yang paling biasa atau kerap berlaku (Syarul Heiry Yahaya & Norazah Umar, 2022). Keresahan atau kebimbangan ini merupakan lumrah kehidupan dan normal bagi seseorang yang mempunyai tekanan. Perkara ini bukanlah berlaku kerana kelemahan iman semata-mata, namun boleh terjadi atas beberapa faktor lain seperti persekitaran dan trauma disebabkan masa lalu. Terdapat beberapa jenis gangguan kebimbangan antaranya ialah gangguan panik, gangguan cemas, gangguan obsesif kompulsif, gangguan fobia, dan gangguan stres pasca trauma.

Hasil kajian Abdul Rashid dan Mohd Faizal Kasmani (2021) mendapati bahawa remaja hari ini memerlukan bantuan dan sokongan yang padu daripada masyarakat sekeliling untuk mengatasi perasaan kebimbangan ini. Walau bagaimanapun, keprihatinan masyarakat tidak hanya perlu tertumpu kepada remaja sahaja kerana penyakit kebimbangan ini sudah kerap terjadi dalam kalangan masyarakat tanpa mengira peringkat umur. Oleh itu, secara amnya tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk mengenal pasti hubungan penggunaan media sosial dengan kesejahteraan emosi mahasiswa Universiti Islam Selangor. Manakala objektif secara spesifik adalah untuk i) mengetahui pola penggunaan media sosial dalam kalangan mahasiswa UIS, ii) mengenal pasti pilihan kandungan media sosial dalam kalangan mahasiswa UIS, dan iii) menguji impak penggunaan media sosial dari segi komunikasi, interaksi sosial, pencarian maklumat dan hiburan dengan kesejahteraan emosi mahasiswa UIS.

SOROTAN LITERATUR

Penggunaan Media Sosial

Pertumbuhan dan populariti media sosial dalam talian telah mencipta dunia komunikasi yang baharu. Lebih daripada satu bilion individu di seluruh dunia terhubung untuk mencipta, berkolaborasi, dan menyumbang pengetahuan serta kebijaksanaan mereka. Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh DataReportal:Global Digital Insight (2023), penggunaan media sosial di Malaysia setakat Januari 2023 adalah seramai 26.8 juta iaitu 78.5 % daripada jumlah penduduk. Dalam organisasi, media sosial memberi implikasi besar untuk kegunaan dalaman seperti pengurusan pengetahuan. Walaupun pentingnya media sosial dalam talian, terdapat sedikit kajian

empirikal berasaskan teori yang tersedia untuk menangani fenomena komunikasi dan interaksi baharu ini dalam kalangan pelajar kolej (Singla & Durga, 2015).

Media sosial telah muncul sebagai salah satu amalan asas dalam kehidupan pelajar. Ia telah merevolusikan cara pelajar berfikir dan berinteraksi. Pelajar menggunakan media sosial sebagai platform untuk melakukan pelbagai aktiviti seperti membina hubungan, mencari kenalan yang hilang, berbincang tentang minat bersama, dan lain-lain. Melalui wujudnya telefon pintar, pelajar menjadi lebih tertarik untuk menggunakan media sosial dalam rutin harian mereka. Nurun Anis Nabila Darullkhsan dan Norsimaa Mustaffa (2023) mendapati bahawa terdapat korelasi yang signifikan antara platform media baru yang digunakan oleh pelajar di universiti dan kesannya terhadap pembentukan sosial dan interaksi budaya. Dalam pada itu, pelajar turut mengakui bahawa platform media baharu memainkan peranan penting sebagai perantara dalam era teknologi.

Media sosial boleh didefinisikan sebagai medium atau saluran yang digunakan untuk komunikasi dalam talian, interaksi, perkongsian kandungan, dan kerjasama. Di antara media sosial yang terkenal adalah Facebook, Twitter, Instagram, dan LinkedIn. Ia digunakan oleh seluruh komuniti dari sekolah rendah hingga usia emas. Remaja dan pelajar kolej (berusia 18-29 tahun) adalah antara pengguna media sosial dalam talian yang paling tinggi (Wan Roslina Wan Othman et al., 2016). Sementara itu, Nurun Anis Nabila Darullkhsan dan Norsimaa Mustaffa (2023) menjelaskan bahawa teknologi telah mengubah dunia dengan cepat dalam beberapa dekad yang lalu, sehingga mendapatkan maklumat menjadi mustahil tanpa Internet, dan media sosial kini menjadi keperluan penting dalam era digital sebagai platform untuk interaksi sosial.

Walau bagaimanapun, penggunaan media sosial mempunyai kesan yang jauh merata dalam kehidupan akademik dan sosial pelajar kolej. Beberapa kesan ini adalah positif seperti membentuk personaliti mereka, mempengaruhi watak mereka, dan meningkatkan kemahiran komunikasi. Walau bagaimanapun, media sosial juga ditemui mempunyai kesan negatif seperti pembaziran masa dan penurunan gred pelajar.

Media Sosial dan Kesejahteraan Emosi

Kesan media sosial terhadap kesejahteraan emosi adalah isu yang kompleks dan pelbagai aspek. Steinert dan Dennis (2022) menekankan bagaimana media sosial membentuk emosi dan bagaimana ia boleh menjejaskan kesejahteraan digital. Sehubungan itu, Rasmussen et al. (2020) menekankan bahawa terdapat hubungan tidak langsung antara penggunaan media sosial dan masalah kesihatan mental, yang disebabkan oleh cabaran untuk mengawal emosi dan tekanan. Graciyal dan Viswam (2021) membincangkan garis halus antara jaringan sosial yang sihat dan disfungsi sosial, yang boleh memberi kesan negatif terhadap kesejahteraan emosi. Kajian-kajian ini secara kolektif mencadangkan bahawa walaupun media sosial dapat memudahkan

emosi dan hubungan positif, penggunaan berlebihan dan tingkah laku dalam talian tertentu boleh memberi kesan buruk terhadap kesejahteraan emosi.

Penggunaan media sosial didapati mempunyai impak positif dan negatif terhadap kesejahteraan emosi. Alawiyah (2023) dan Dharma (2022) mendapati bahawa media sosial boleh memberi pengaruh positif terhadap tingkah laku, seperti meningkatkan motivasi untuk berhenti merokok dan menyumbang kepada kejayaan perniagaan kulinari. Walau bagaimanapun, Wibowo (2018) mendapati potensi media sosial sebagai platform boleh memberi kesan buruk terhadap kesejahteraan emosi. Maryani (2011) turut menekankan peranan media dalam perubahan sosial, dengan mencadangkan bahawa ia boleh menjadi alat untuk penentangan dan pemberdayaan. Oleh itu, walaupun media sosial boleh memberi impak positif terhadap kesejahteraan emosi, adalah penting untuk mengambil kira kesan negatif yang berpotensi dan menggunakannya dengan bertanggungjawab.

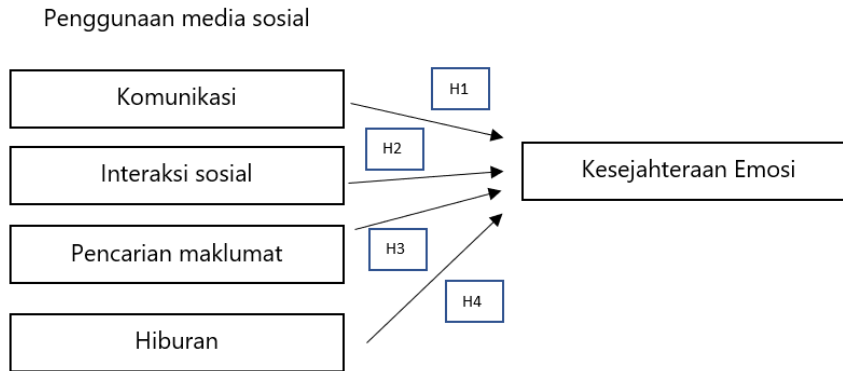
Kemampuan untuk mengawal emosi sebagai seorang pengguna media sosial sangat penting agar tidak mudah melatah apabila melihat gambar atau video yang dimuat naik oleh pengguna media sosial yang lain. Penggunaan media sosial boleh mendatangkan kebaikan kerana hiburan dan motivasi, namun boleh juga mendatangkan keburukan kerana terkesan dengan pertikaian, pandangan, hujah yang berbeza daripada pengguna yang lain. Rozanizam Zakarian (2019) dalam Joki Perdani et al. (2020) menjelaskan media sosial menjadi medium utama bagi berkongsi emosi dalam kehidupan seharian dan adakalanya emosi kita adakalanya dipengaruhi oleh emosi yang dikongsi oleh orang lain melalui media sosial.

Kajian oleh Manacika dan Agustina (2020) mendapati bahawa tempoh penggunaan media sosial tidak mempengaruhi kestabilan emosi dalam kalangan pelajar, walaupun pengurangan tempoh penggunaan mungkin membantu mengekalkan kestabilan emosi. Ini selaras dengan kajian oleh Setyawan (2016) yang menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara kestabilan emosi dan tempoh penggunaan media sosial. Dalam kajian lain yang dijalankan oleh Pungkasaningtyas (2017) ke atas remaja yang merupakan pelajar sekolah menengah, didapati bahawa terdapat juga hubungan negatif yang signifikan antara kestabilan emosi dan tempoh penggunaan media sosial.

Daripada perspektif Islam, kajian berkaitan persimpangan media sosial, kesejahteraan emosi, dan Islam mendedahkan hubungan yang kompleks. Douglass et al. (2022) mendapati bahawa walaupun media sosial dapat memberikan rasa kebersamaan dan hubungan bagi golongan muda Muslim, ia juga mendedahkan mereka kepada diskriminasi dan standard yang tidak realistik. Anwar dan Mujib (2022) mengesyorkan bahawa media sosial dapat memberi pengaruh positif terhadap kesejahteraan, terutamanya apabila digunakan untuk tujuan keagamaan. Ale-Ebrahim (2017) membincangkan sifat afektif wacana Islam digital, menekankan peranan

pengalaman sensori dalam membentuk kumpulan Muslim transnasional. Jamaliah Jamil dan Idris Ali (2023) meneroka terapi psikologi Islam, kesedaran diri, dan rasa syukur dalam mengatasi tingkah laku Islamofobia, menekankan potensi amalan ini untuk meredakan impak negatif media sosial terhadap kesejahteraan emosi.

KERANGKA KONSEPTUAL



Rajah 1: Kerangka konseptual Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesejahteraan Emosi dalam kalangan mahasiswa Muslim UIS

Hipotesis Kajian

H1: Terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi dengan kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.

H2: Terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.

H3: Terdapat hubungan yang signifikan antara pencarian maklumat dengan kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.

H4: Terdapat hubungan yang signifikan antara hiburan dengan kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.

METODOLOGI

Kaedah kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menjalankan tinjauan terhadap 120 responden mahasiswa Muslim di Universiti Islam Selangor yang berumur 18 hingga 30 tahun. Survei ini dilakukan secara rawak, dengan memilih responden dari pelbagai program pengajian dan tahun pengajian. Setiap responden akan diminta untuk mengisi soal selidik secara dalam talian dengan menggunakan Google Form yang merangkumi soalan mengenai penggunaan media sosial, jenis platform yang digunakan, dan kesan emosional yang dirasakan selepas menggunakan media sosial.

Soal selidik yang digunakan telah disusun berdasarkan penelitian terdahulu yang relevan dan dimaksudkan untuk mengukur frekuensi penggunaan media sosial, jenis aktiviti yang dilakukan di media sosial, tahap kebimbangan dan tekanan yang dirasakan, serta persepsi mereka terhadap kesan penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan emosi mereka.

Data yang dikumpulkan kemudian akan dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk merumuskan profil penggunaan media sosial responden dan statistik inferensial seperti ujian korelasi untuk mengenal pasti hubungan antara penggunaan media sosial dan kesejahteraan emosi. Analisis statistik akan dilakukan dengan menggunakan perisian seperti SPSS untuk menyokong pemprosesan dan penginterpretasian data.

DAPATAN KAJIAN

Profil Demografi

Responden kajian ini terdiri daripada 40% lelaki dan 60% perempuan. Sebahagian besar responden (55.8%) berumur antara 21 hingga 23 tahun. Dari segi fakulti, Fakulti Pengurusan Maklumat (FPM) dan Fakulti Perubatan dan Perubatan Pergigian Islam (FPPI) merupakan fakulti dengan jumlah responden terbanyak, masing-masing menyumbang 31.7% dan 29.2%. Kesemua responden (100%) mengakui memiliki media sosial, dengan kebanyakan daripada mereka (52.5%) memiliki lebih daripada 3 akaun media sosial. Platform media sosial utama bagi responden adalah Instagram, yang dipilih oleh 40% daripada mereka. Dalam tempoh seminggu, sebahagian besar responden (40%) menghabiskan antara 5 hingga 10 jam melayari media sosial. Kandungan media sosial yang menjadi pilihan utama adalah hiburan, dengan 35.8% responden menyatakan pilihan ini. Dari segi kerapian memuat naik status, sebahagian besar responden (43.3%) melakukannya sekali-sekala.

Jadual 1: Maklumat demografi responden (n = 120)

Item	Bilangan	Peratusan (%)
Jantina		
Lelaki	40	33.3
Perempuan	80	66.7
Umur		
18 – 20 tahun	27	22.5
21 – 23 tahun	67	55.8
24 – 26 tahun	21	17.5
27 – 30 tahun	5	4.2
Fakulti		
FPM	38	31.7
FPPI	35	29.2
FSU	15	12.5
FP	20	16.7

FMKK	10	8.3
PM	2	1.7
Adakah anda mempunyai media sosial?		
Ya	120	100
Tidak	0	0
Berapakah akaun media sosial yang anda miliki?		
1 akaun sahaja	15	12.5
2 akaun	14	11.7
3 akaun	28	23.3
Lebih daripada 3 akaun	63	52.5
Apakah media sosial UTAMA pilihan anda?		
Tiktok	45	37.5
Facebook	9	7.5
Instagram	48	40.0
Twitter	10	8.3
Lain-lain	8	6.7
Dalam tempoh seminggu, berapakah masa anda melayari media sosial?		
Kurang dari 5 jam	31	25.8
5 hingga 10 jam	48	40.0
11 hingga 15 jam	21	17.5
16 hingga 20 jam	11	9.2
Lebih daripada 20 jam	9	7.5
Apakah kandungan media sosial yang menjadi pilihan UTAMA anda?		
Hiburan	33	27.5
Masakan	13	10.8
Perniagaan	3	2.5
Fesyen	7	5.8
Dakwah	11	9.2
Berita	1	0.8
Isu semasa	43	35.8
Lain-lain	9	7.5
Berapakah kerap anda memuat naik status di akaun media sosial?		
Tidak pernah	7	5.8
Tidak kerap	49	40.8
Sekali-skala	52	43.3
Selalu	12	10.0

Ujian Korelasi

Ujian hipotesis dilakukan untuk memastikan dapatan kajian menepati hipotesis yang telah ditetapkan oleh pengkaji dan telah dinyatakan dalam jadual di bawah. Pengujian ini meliputi aspek Pearson, Sig. 2-tailed dan tahap Pearson. Berikut merupakan hasil analisis yang menguji hipotesis kajian dimana hubungan antara penggunaan media sosial dengan kesejahteraan emosi.

Jadual 2 menunjukkan klasifikasi kekuatan korelasi menurut Mohd Majid Konting (2000). Ia digunakan untuk menafsirkan hubungan antara dua pemboleh ubah dalam analisis statistik, seperti korelasi Pearson. Ia juga memberikan panduan untuk menilai sejauh mana hubungan antara dua pemboleh ubah berdasarkan nilai korelasi yang diperolehi.

Jadual 2: Klafisikasi Kekuatan Korelasi

Julat (- atau +)	Kekuatan
0.01 – 0.20	Sangat lemah
0.21 – 0.40	Lemah
0.41 – 0.70	Sederhana
0.71 – 0.90	Kuat
0.91 – 1.00	Sangat kuat

Sumber: Mohd Majid Konting (2000)

Jadual 3 menerangkan dengan terperinci dapatan kajian bagi ujian korelasi. Berdasarkan analisis statistik menggunakan ujian korelasi Pearson, didapati terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dalam beberapa aspek dengan tahap kesejahteraan emosi. Dalam konteks ini, nilai korelasi yang dinyatakan sebagai Pearson (r) menunjukkan arah dan kekuatan hubungan antara dua pembolehubah. Nilai yang lebih tinggi menunjukkan hubungan yang lebih kuat antara kedua-dua pembolehubah.

Dalam analisis ini, aktiviti komunikasi dalam media sosial menunjukkan hubungan lemah tetapi signifikan ($r = 0.387$, $p < 0.01$) dengan kesejahteraan emosi. Ini bermakna bahawa semakin aktif seseorang berkomunikasi dalam media sosial, semakin baik tahap kesejahteraan emosinya, walaupun hubungan tersebut tidak sangat kuat.

Interaksi sosial dalam media sosial menunjukkan hubungan yang lebih kuat, dengan nilai korelasi sederhana yang signifikan ($r = 0.430$, $p < 0.01$) dengan kesejahteraan emosi. Ini menandakan bahawa interaksi yang aktif dengan orang lain di platform media sosial berkorelasi dengan tahap kesejahteraan emosi yang lebih tinggi.

Sementara itu, pencarian maklumat dan aktiviti hiburan dalam media sosial juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan emosi, meskipun hubungannya lebih lemah (pencarian maklumat: $r = 0.378$, $p < 0.01$; hiburan: $r = 0.473$, $p < 0.01$). Ini menandakan bahawa penglibatan dalam pencarian maklumat dan penggunaan media sosial untuk hiburan juga berkorelasi dengan kesejahteraan emosi yang lebih baik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahawa cara penggunaan media sosial dalam aspek komunikasi, interaksi sosial, pencarian maklumat, dan hiburan berkait rapat dengan kesejahteraan emosi responden.

Jadual 3: Dapatan Ujian Korelasi

	Kesejahteraan Emosi		
	Pearson (r)	Sig (k)	Tahap
Komunikasi	.387	<0.01	Lemah
Interaksi Sosial	.430	<0.01	Sederhana
Pencarian Maklumat	.378	<0.01	Lemah
Hiburan	.473	<0.01	Sederhana

Keputusan Hipotesis

Jadual 4 menunjukkan keputusan hipotesis yang diperoleh daripada analisis statistik terhadap hubungan antara beberapa aspek penggunaan media sosial dengan kesejahteraan emosi mahasiswa Universiti Islam Selangor (UIS). Hasil analisis menunjukkan bahawa semua hipotesis yang dikaji telah diterima, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara setiap aspek penggunaan media sosial dan kesejahteraan emosi mahasiswa UIS.

Pertama, terdapat hubungan yang signifikan antara aktiviti komunikasi dalam media sosial dan kesejahteraan emosi mahasiswa UIS, yang menunjukkan bahawa komunikasi yang aktif dalam platform media sosial berkorelasi dengan kesejahteraan emosi yang lebih baik dalam kalangan mahasiswa.

Kedua, hasil analisis juga menunjukkan hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dalam media sosial dan kesejahteraan emosi mahasiswa UIS. Ini bermakna interaksi yang aktif dengan orang lain dalam platform media sosial juga berkait rapat dengan tahap kesejahteraan emosi yang lebih tinggi dalam kalangan mahasiswa.

Ketiga, terdapat hubungan yang signifikan antara pencarian maklumat dalam media sosial dan kesejahteraan emosi mahasiswa UIS. Aktiviti pencarian maklumat ini juga berkorelasi dengan kesejahteraan emosi yang lebih baik dalam kalangan mahasiswa.

Terakhir, aktiviti hiburan dalam media sosial juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan emosi mahasiswa UIS. Ini menandakan bahawa penglibatan dalam aktiviti hiburan di platform media sosial juga berkorelasi dengan tahap kesejahteraan emosi yang lebih positif dalam kalangan mahasiswa.

Kesimpulannya, keputusan hipotesis yang diterima menunjukkan bahawa setiap aspek penggunaan media sosial memainkan peranan dalam mempengaruhi kesejahteraan emosi mahasiswa UIS, dengan interaksi yang aktif dan positif dalam platform media sosial berkait rapat dengan kesejahteraan emosi yang lebih baik.

Jadual 4: Keputusan Hipotesis

Hipotesis	Keputusan
H1: Terdapat hubungan antara komunikasi terhadap kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.	Diterima
H2: Terdapat hubungan antara interaksi sosial terhadap kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.	Diterima
H3: Terdapat hubungan antara pencarian maklumat terhadap kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.	Diterima
H4: Terdapat hubungan antara hiburan terhadap kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim UIS.	Diterima

PERBINCANGAN

Kajian ini menunjukkan bahawa penggunaan media sosial dalam kalangan mahasiswa Muslim di Universiti Islam Selangor adalah tinggi, dengan semua responden memiliki akaun media sosial dan majoriti (52.5%) memiliki lebih daripada tiga akaun. Ini menunjukkan bahawa media sosial adalah sebahagian keperluan dalam kehidupan harian mereka. Platform media sosial yang paling popular adalah Instagram dan TikTok, Pilihan ini mencerminkan kecenderungan terhadap platform yang menawarkan kandungan visual dan interaktif yang sesuai dengan gaya hidup serta minat golongan muda. Selain itu, majoriti responden menghabiskan antara 5 hingga 10 jam seminggu di media sosial, yang menunjukkan kebergantungan yang signifikan terhadap media sosial untuk tujuan hiburan dan komunikasi.

Kesan penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan emosi mahasiswa juga menjadi perhatian dalam kajian ini. Kandungan media sosial yang paling digemari ialah isu semasa dan hiburan, yang masing-masing menarik minat 35.8% dan 27.5% responden. Ini menunjukkan bahawa mahasiswa menggunakan media sosial bukan sahaja untuk hiburan tetapi juga untuk mendapatkan maklumat terkini. Namun, walaupun tahap penggunaan media sosial adalah tinggi, hanya 10.0% responden yang selalu memuat naik status, menunjukkan bahawa tidak semua pengguna aktif berkongsi kandungan secara berkala. Penggunaan media sosial yang tinggi berpotensi memberi impak kepada kesejahteraan emosi, sama ada secara positif atau negatif, bergantung kepada jenis dan kualiti interaksi serta kandungan yang mereka terlibat. Misalnya, penggunaan media sosial untuk mendapatkan sokongan sosial dan mengurangkan tekanan dapat memberi manfaat emosi, tetapi pendedahan kepada kandungan negatif atau tekanan untuk sentiasa aktif boleh memberi kesan sebaliknya.

Selain itu, terdapat kebimbangan mengenai kesan penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan emosi individu, khususnya mahasiswa yang sering menghadapi tekanan akademik dan sosial. Kajian menunjukkan bahawa media sosial

boleh menjadi pedang bermata dua; ia dapat memberikan manfaat seperti hiburan dan motivasi tetapi juga boleh menimbulkan keburukan seperti keresahan dan gangguan emosi. Menurut kajian, terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan kesejahteraan emosi mahasiswa. Komunikasi aktif, interaksi sosial, pencarian maklumat, dan aktiviti hiburan dalam media sosial semuanya berkait rapat dengan tahap kesejahteraan emosi yang lebih baik.

Kajian ini menekankan kepentingan pemantauan dan pengurusan penggunaan media sosial dalam kalangan mahasiswa untuk memastikan ia menyumbang kepada kesejahteraan emosi yang positif. Mahasiswa memerlukan panduan dalam menggunakan media sosial dengan cara yang positif dan seimbang untuk memastikan kesejahteraan emosi mereka terpelihara. Oleh itu, walaupun media sosial mempunyai potensi besar dalam meningkatkan kualiti hidup, penggunaan yang bertanggungjawab dan sedar akan impaknya adalah penting untuk mengelakkan kesan negatif terhadap emosi dan mental.

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI KAJIAN

Kesimpulan kajian ini menunjukkan bahawa penggunaan media sosial memainkan peranan yang penting dalam mempengaruhi kesejahteraan emosi mahasiswa Muslim di Universiti Islam Selangor (UIS). Analisis statistik menunjukkan bahawa aktiviti komunikasi, interaksi sosial, pencarian maklumat, dan hiburan dalam media sosial berkorelasi secara signifikan dengan tahap kesejahteraan emosi mahasiswa. Penggunaan media sosial yang aktif dalam aktiviti komunikasi dan interaksi sosial, termasuk pencarian maklumat dan penglibatan dalam hiburan, berkait rapat dengan kesejahteraan emosi yang lebih baik dalam kalangan mahasiswa. Walaupun dapatan menunjukkan kekuatan hubungan yang pelbagai, namun keseluruhannya menunjukkan impak positif penggunaan media sosial terhadap kesejahteraan emosi mahasiswa.

Implikasi kajian ini adalah penting dalam memahami peranan media sosial dalam kehidupan mahasiswa. Penemuan ini menunjukkan bahawa penggunaan media sosial dapat menjadi sumber sokongan sosial dan hiburan yang penting dalam meningkatkan kesejahteraan emosi mahasiswa. Oleh itu, institusi pendidikan dan pihak berkaitan perlu memberi perhatian kepada pengurusan penggunaan media sosial dalam kalangan mahasiswa, dengan memberi penekanan kepada penggunaan yang positif dan seimbang. Selain itu, kesimpulan kajian ini juga menyarankan perlunya program pemahaman dan kesedaran mengenai penggunaan media sosial yang bijak dan bertanggungjawab di kalangan mahasiswa. Ini termasuk memberi latihan kesedaran kepada mahasiswa mengenai kesan positif dan negatif media sosial terhadap kesejahteraan emosi mereka, serta menyediakan sumber-sumber dan strategi untuk penggunaan yang positif dan produktif media sosial.

Secara keseluruhan, kajian ini memberikan pandangan yang penting tentang bagaimana media sosial mempengaruhi kesejahteraan emosi mahasiswa UIS, serta memberi landasan untuk intervensi dan pembangunan program yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan emosi mahasiswa melalui pengurusan yang baik dan penggunaan yang positif media sosial.

RUJUKAN

- Abdul Rashid Abdul Aziz, Mohd Faizal, Kasmani, Nor Hamizah Ab Razak. (2021). Implikasi ketagihan media sosial terhadap kesihatan mental remaja semasa pandemik Covid-19. *Journal of Social, Science and Humanities*, 18 (8), 66-81.
- Ale-Ebrahim, B. (2017). Emotion, Sensory Experience, and Islamic Discourse on the Internet: Theorizing the Affective Islamic Public.
- Malaysia ada 28 juta pengguna media sosial. (2021, September 22). *BH Portal*. https://www.bharian.com.my/bisnes/teknologi/2021/09/867407/malaysia-ada-28-juta-pengguna-media-sosial#google_vignette
- Budi Dharma, Lia Purnama Sari, & Zahrina Ghaisany Pulungan. (2022). Pengaruh media sosial terhadap keberhasilan usaha. *Jurnal Penelitian Ekonomi Manajemen Dan Bisnis*, 1(4), 216–225. <https://doi.org/10.55606/jekombis.v1i4.942>
- Datereportal Digital Global Insight. (2023). *Digital 2023: Malaysia*. <https://datereportal.com/reports/digital2023-malaysia?rq=%20Malaysia>
- Douglass CH, Borthwick A, Lim MSC, Erbas B, Eren S, Higgs P. (2022). Social media and online digital technology use among Muslim young people and parents: qualitative focus group study. *JMIR Pediatr Parent*, 5(2), 36858. <https://doi.org/10.2196/36858>
- Eric E. Rasmussen, Narissra Punyanunt-Carter, Jenna R. LaFreniere, Mary S. Norman, Thomas G. Kimball. (2020). The serially mediated relationship between emerging adults' social media use and mental well-being. *Computers in Human Behavior*, 102, 206-213. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.019>.
- Graciyal, D. G., & Viswam, D. (2021). Social media and emotional well-being: pursuit of happiness or pleasure. *Asia Pacific Media Educator*, 31(1), 99-115. <https://doi.org/10.1177/1326365X211003737>
- Internet Usage, Population Statistics, Travel Stats And Internet Market Research Data*. (2015). <http://www.internetworldstats.com/asia.htm>
- Jamaliah Jamil & Idris Ali. (2023). Exploring the therapy of Islamic psychology, mindfulness and gratitude emotion in harmonising Islamophobic behaviour. *Fikrah: Jurnal Ilmu Aqidah dan Studi Keagamaan*, 11 (1), 81-110. <https://doi.org/10.21043/fikrah.v8i1.17133>
- Joki Perdani Sawai, Rezki Perdani Sawai, Abdul Rashid Abdul Aziz, Faizal Kasmani. (2020). Kepentingan Regulasi Emosi Dalam Penggunaan Media Sosial. *Persidangan Antarabangsa Sains Dan Kemanusiaan*. <https://www.>

- researchgate.net/publication/344551045_Kepentingan_Regulasi_Emosi_dalam_Penggunaan_Media_Sosial
- Khairil Anwar & Abdul Mujib. (2022). Islamic faith-based content and religious social-media motives. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 9 (1), 19-38. <http://dx.doi.org/10.29333/ejecs/1024>
- Manacika Almira Annisty & Agustina. (2020). The effect of duration of social media usage on emotional stability in undergraduate students. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 478, 1110-1116.
- Namrata P. Bhatt & Jatinderkumar R. Saini. (2015). An analytical literature review of state of art works on online social media platforms. *International Journal of Computer Applications*, 114 (9), 14-18.
- Nur Faizahon Saidin, Nur Azimah Mohd Bukhari & Wong Seng Yue. (2023). Penggunaan teknologi multimedia terhadap keberkesanan pengajaran dan pembelajaran dalam sistem pendidikan di Malaysia. *Isu Dalam Pendidikan*, 46, 44-57.
- Nurul Wahidah Jumali & Norsimaa Mustaffa. (2023). Digital Marketing Features in TikTok Influence Purchase Decision: A Study Among USIM Students. *AL-I'LAM – J. Contemp. Islam. Comm. & Media*, 3 (2), 85-108.
- Nurun Anis Nabila Darullkhsan & Norsimaa Mustaffa. (2023). The impact of new media platforms towards social shaping and culture interaction among Universiti Sains Islam Malaysia students. *AL-I'LAM – J. Contemp. Islam. Comm. & Media*, 3 (1), 1-23.
- Punkasaningtiyas, Resti. (2017). *Hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas tidur, kestabilan emosi dan kecemasan sosial pada remaja di SMAN 20 Surabaya*. Skripsi, Universitas Airlangga. <http://repository.unair.ac.id/76642/>
- Setyawan, Melisa. (2016). *Hubungan antara durasi penggunaan media sosial dengan kestabilan emosi pada pengguna media sosial usia dewasa awal*. Skripsi, Universitas Sanata Dharma. https://repository.usd.ac.id/5958/2/119114156_full.pdf
- Singla, ML. & Durga, A. (2015). How social media gives you competitive advantage. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(S4), 90-5.
- Social Media And Mobile Internet Use Among Teens And Young Adults*. (2015). http://www.pewinternet.org/files/old-media/Files/Reports/2010/PIP_Social_Media_and_Young_Adults_Report_Final_with_toplevels.pdf
- Stefen Steinert1 · Matthew James Dennis. (2022). Emotions and digital well-being: on social media's emotional affordances. *Philosophy & Technology*, 35, 36. <https://doi.org/10.1007/s13347-022-00530-6>
- Syarul Heiry Yahaya & Norazah Umar. (2022). *Kenali Apa Itu Kebimbangan Dan Kemurungan*. E-buletin JSKM, Vol.8.
- Tangguh Okta Wibowo. (2018). Konstruksi ujaran kebencian melalui status media sosial. *Channel Jurnal Komunikasi*, 6 (2), 169-176. <http://dx.doi.org/10.12928/channel.v6i2.11578>

- Wan Roslina Wan Othman, Ziti Fariha Mohd Apandi & Nurul Haslinda Ngah. (2016). The uses of social media on student's communication and self concepts among TATIUC students. *Indian Journal of Science and Technology*, 9(17), 1-8. <https://doi.org/10.17485/ijst/2016/v9i17/88730>,
- Winda Astuti Alawiyah, Syamsulhuda Budi Musthofa, Sri Achadi Nugraheni. (2023), Studi literatur: penggunaan media sosial sebagai media edukasi guna meningkatkan niat berhenti merokok. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8, (4), 2442-2455.
- Yatiman Karsodikromo, Mohd. Razimi Hussin & Abdul Rahim Razali. (2022). Implikasi Buli Siber, Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan terhadap Pencapaian Akademik Murid. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 4, (3), 129-139. <https://doi.org/10.36079/lamintang.jhass-0403.439>