


Research Article

Hubungan Perkembangan Teknologi terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa *Generation Strawberry*

Javica Julianti¹, Suryati², Emi Puspita Dewi³

1. Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
E-mail: javicajulianti@gmail.com 
2. Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
E-mail: suryati_uin@radenfatah.ac.id
3. Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
E-mail: emipuspitadewi-uin@radenfatah.ac.id



Copyright © 2026 by Authors, Published by AL-AFKAR: Journal For Islamic Studies. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>).

Received : January 22, 2026

Accepted : March 23, 2026

Revised : February 20, 2026

Available online : April 30, 2026

How to Cite: Javica Julianti, Suryati and Emi Puspita Dewi. (2026) "The Relationship Between Technological Developments and the Mental Health of *Strawberry Generation* Students", *al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 9(2), pp. 1591-1600. doi: 10.31943/afkarjournal.v9i2.2140.

The Relationship Between Technological Developments and the Mental Health of *Strawberry Generation* Students

Abstract. This study is entitled The Relationship between Technological Development and the Mental Health of Strawberry Generation Students. This research is motivated by the rapid development of information and communication technology which has brought significant changes in various aspects of life, including the mental health of Strawberry generation students. This generation is known to be adaptive to technology, but has a tendency to be emotionally sensitive and therefore vulnerable to

psychological stress. This study aims to determine the relationship between technological development and the mental health of Strawberry generation students. The research method used is a quantitative method with a correlational approach. Hypothesis testing was carried out using the Pearson Product Moment correlation test. The results showed that the calculated r_{value} of 0.733 was greater than the r table of 0.227, which means there is a significant and positive relationship between technological development and the mental health of Strawberry generation students. The contribution of this research is expected to be an academic reference in the development of educational policies and psychological support services for students, especially in utilizing technology wisely to support the mental health of the younger generation.

Keywords: Technological Development, Mental Health, Students, Generation Strawberry

Abstrak. Penelitian ini berjudul Hubungan Perkembangan Teknologi terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa *Generation Strawberry*. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pesatnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental mahasiswa generasi *Strawberry*. Generasi ini dikenal adaptif terhadap teknologi, namun memiliki kecenderungan sensitif secara emosional sehingga rentan terhadap tekanan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perkembangan teknologi terhadap kesehatan mental mahasiswa generasi *Strawberry*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi Product Moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai r_{hitung} sebesar 0,733 lebih besar dari r_{tabel} sebesar 0,227, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara perkembangan teknologi dengan kesehatan mental mahasiswa generasi *Strawberry*. Kontribusi penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan akademik dalam pengembangan kebijakan pendidikan dan layanan pendampingan psikologis mahasiswa, khususnya dalam memanfaatkan teknologi secara bijak untuk mendukung kesehatan mental generasi muda.

Kata Kunci: Perkembangan Teknologi, Kesehatan Mental, Mahasiswa, *Generation Strawberry*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan bagian dari generasi muda yang berperan sebagai agen perubahan di masa depan serta diharapkan dapat berkontribusi dalam kemajuan bangsa. Sebagai generasi penerus, mahasiswa memiliki potensi untuk membentuk citra suatu bangsa dan menjadi tumpuan bagi generasi sebelumnya dalam mengembangkan negara melalui pemikiran yang berbasis ilmu pengetahuan, wawasan yang luas, serta berlandaskan nilai dan norma yang berlaku di masyarakat. Namun, dalam realitasnya, tidak semua mahasiswa telah memenuhi karakter ideal yang dibutuhkan untuk mendukung kemajuan bangsa. Banyak di antara mereka menghadapi berbagai tantangan yang dapat menghambat potensi diri, sehingga kesulitan menjadi individu yang tangguh dan mampu bersaing dalam menghadapi dinamika global.

Strawberry Generation diibaratkan sebagai buah stroberi yang tampak indah tetapi mudah rapuh dan hancur ketika mendapat tekanan. Kemunculan generasi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pola asuh orang tua dalam mendidik dan membesarkan anak. Orang tua yang membesarkan anak dalam kondisi sejahtera cenderung lebih mudah memanjakan mereka.

Generasi ini sering kali menghindari tantangan dan lebih memilih solusi instan. Oleh karena itu, diperlukan pembiasaan untuk berpikir kritis dan menghadapi kesulitan secara langsung. Namun, perubahan tersebut harus didasarkan pada kesadaran dan kemauan diri, bukan melalui paksaan. Kasali menekankan bahwa individu dengan daya juang tinggi adalah mereka yang terbuka terhadap kritik, memiliki pola pikir inovatif, serta berani menghadapi tantangan. Oleh sebab itu, orang tua, pendidik, dan generasi muda perlu belajar dari individu yang telah berhasil serta membangun mental tangguh dalam menghadapi rintangan.

Mahasiswa dari generasi ini umumnya merasakan keterhubungan dengan orang lain melalui media sosial dan platform digital. Meskipun dapat memberikan dukungan sosial, keterhubungan ini juga berisiko menimbulkan tekanan dan perbandingan sosial yang berdampak negatif. Misalnya, kecenderungan menampilkan kehidupan ideal di media sosial dapat memicu perasaan tidak puas dan berkontribusi pada masalah kesehatan mental.

Di sisi lain, perkembangan teknologi merupakan hasil inovasi yang terus berkembang untuk mempermudah aktivitas manusia dan memenuhi kebutuhan.

Kemajuan ini telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai bidang, seperti komunikasi, transportasi, pendidikan, kesehatan, dan industri, yang secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi pola kehidupan generasi saat ini.

Firman Allah SWT dalam Q.S Al'ala Ayat 8 ini menjelaskan bahwa Allah akan memudahkan segala urusan bagi manusia, termasuk dalam hal perkembangan teknologi

وَنُيَسِّرُكَ لِلْيُسْرَىٰ

Artinya: “Dan Kami akan memberi kamu taufik ke jalan yang mudah”.

Tafsir Ibnu Katsir (Tafsir al-Qur'an al-Azhim). Artinya, Kami akan memudahkan kamu untuk melakukan perbuatan dan ucapan yang baik, dan Kami akan mensyariatkan kepadamu suatu hukum yang mudah, penuh toleransi, lurus, lagi adil, tidak ada kebengkokan di bawahnya dan tidak ada beban dan tidak pula kesulitan.

Kaitannya dengan perkembangan teknologi, ayat ini bisa ditafsirkan bahwa kemajuan teknologi juga merupakan bagian dari kemudahan yang diberikan Allah kepada umat manusia. Teknologi hadir untuk memudahkan manusia dalam berbagai aspek kehidupan, seperti komunikasi, transportasi, pendidikan, hingga kesehatan. Perkembangan teknologi dapat dipahami sebagai bentuk rahmat Allah, di mana manusia diberi kemampuan untuk menemukan, menciptakan, dan mengembangkan berbagai inovasi yang mempermudah hidup mereka.

Kemudahan yang dijanjikan dalam ayat ini juga mengajarkan bahwa manusia perlu menggunakan kemajuan teknologi dengan bijak dan sesuai dengan nilai-nilai agama. Teknologi harus digunakan untuk hal-hal yang membawa kebaikan dan kemaslahatan, baik untuk individu maupun masyarakat, bukan untuk hal-hal yang merusak atau menimbulkan kerugian.

Kesimpulannya, ayat ini memberikan gambaran bahwa Allah senantiasa membuka jalan kemudahan bagi umat-Nya, dan perkembangan teknologi yang kita rasakan saat ini dapat dianggap sebagai salah satu bentuk kemudahan tersebut.

Namun, hal ini juga menuntut tanggung jawab manusia dalam menggunakan teknologi sesuai dengan nilai-nilai yang benar.

Generasi Strawberry, merujuk pada mahasiswa yang lahir antara tahun 2000 hingga 2010, tumbuh dalam era digital yang sangat maju. Mereka dikelilingi oleh teknologi canggih, seperti smartphone, media sosial, dan aplikasi berbasis internet yang berperan penting dalam kehidupan sehari-hari. Perkembangan teknologi ini membawa dampak signifikan terhadap cara mereka berinteraksi, belajar, dan berkomunikasi. Namun, dampak ini juga menimbulkan kekhawatiran terkait kesehatan mental mereka, seperti stres, kecemasan dan depresi. Konsep kesehatan mental dalam Islam berkaitan dengan hubungan individu dengan dirinya sendiri serta upaya mengembangkan dan memanfaatkan potensinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yang menekankan pada penggunaan data numerik dalam seluruh tahapan penelitian, mulai dari pengumpulan hingga analisis data. Metode kuantitatif diterapkan melalui pendekatan yang sistematis dan cermat untuk menginterpretasikan berbagai fakta secara objektif. Sugiyono berpendapat pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang didasari filosofi positivisme dapat digunakan dalam menguji sampel dan populasi tertentu, dengan menguji analisa data statistika yang dirancang untuk menggambarkan serta menguji hipotesis. Jenis korelasi digunakan untuk menyelidiki serta membuktikan tingkat keterkaitan atau kekuatan hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya.

Korelasi merupakan teknik analisis statistik yang sering digunakan dalam penelitian, karena memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi hubungan antara berbagai peristiwa. Tingkat keterkaitan antara dua atau lebih variabel dapat diukur melalui nilai korelasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara perkembangan teknologi dan kesehatan mental pada mahasiswa.

Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Kriteria validitas ditentukan dengan membandingkan nilai r hitung (Pearson Correlation) dengan nilai r tabel. Nilai r hitung ini digunakan sebagai dasar untuk menilai apakah suatu butir pernyataan valid atau tidak dalam mendukung penelitian, yang dilakukan dengan membandingkannya terhadap nilai r tabel.

b. Uji Reliabilitas

Secara umum, pengujian reliabilitas dilakukan dengan mengukur variabel melalui serangkaian pertanyaan atau pernyataan yang digunakan dalam instrumen penelitian. Salah satu metode yang umum digunakan adalah perbandingan nilai Cronbach's alpha dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan. Tingkat signifikansi ini bervariasi, biasanya berkisar antara 0,5 hingga 0,7, tergantung pada kebutuhan penelitian. Jika nilai Cronbach's alpha lebih besar dari tingkat signifikansi yang ditentukan, maka instrumen dianggap reliabel. Sebaliknya, jika nilai Cronbach's alpha lebih kecil dari tingkat signifikansi, maka instrumen dinyatakan tidak reliabel.

TEKNIK ANALISIS DATA

a. Regresi Linier Sederhana

Regresi linear sederhana digunakan untuk menganalisis bentuk hubungan dan pengaruh yang dianggap konstan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Sebagai contoh, analisis regresi linear sederhana dapat diterapkan untuk menguji pengaruh jumlah pendapatan mingguan (X) terhadap pengeluaran konsumsi keluarga (Y) pada 10 keluarga yang menjadi sampel di Desa A.

b. Uji Korelasi Product Moment

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menerapkan rumus Korelasi Pearson Product Moment guna menguji hipotesis. Metode ini digunakan untuk mengukur tingkat keeratan hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen. Kriteria Pengujian, Signifikansi antara dua variabel dilakukan dengan kriteria menggunakan r_{tabel} dengan nilai signifikansi 0,05. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka terdapat hubungan yang valid antara dua variabel dan jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka tidak terdapat hubungan yang valid antara dua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Regresi Linier Sederhana

Dasar pengambilan keputusan dalam uji regresi linier sederhana dapat mengacu pada dua hal yaitu jika nilai signifikansi $< 0,05$ artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y, jika nilai signifikansi $> 0,05$ artinya variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y.

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	660.143	1	660.143	6.851	.011 ^b
	Residual	6937.763	72	96.358		
	Total	7597.905	73			

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

b. Predictors: (Constant), Perkembangan Teknologi

Dari output tersebut nilai F hitung sebesar 6,851 dengan tingkat signifikansi 0,011 yang lebih kecil dari 0,05, maka model regresi ini signifikan dan dapat digunakan untuk memprediksi variabel kesehatan mental. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan antara perkembangan teknologi (X) terhadap kesehatan mental (Y). Seberapa kuat pengaruh variabel X terhadap variabel Y bisa dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.295 ^a	.087	.074	9.81620

a. Predictors: (Constant), Perkembangan Teknologi

Tabel diatas menjelaskan besar nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,295. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,087 yang mengandung penegertian bahwa pengaruh variabel bebas (perkembangan teknologi) terhadap variabel terikat (kesehatan mental) adalah sebesar 8,7%. Nilai korelasi (R) sebesar 0,295 dan koefisien determinasi (R²) sebesar 0,087.

Uji Korelasi Product Moment

Untuk menguji hubungan antara perkembangan teknologi dan kesehatan mental pada mahasiswa generasi strawberry secara statistik, digunakan analisis korelasi product moment melalui SPSS. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara variabel X dan variabel Y. Berikut ini adalah hasil uji korelasi yang diperoleh:

Tabel 3. Hasil Uji korelasi product moment

Correlations

		Perkembang an Teknologi	Kesehatan Mental
Perkembangan Teknologi	Pearson Correlation	1	.733**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	74	74
Kesehatan Mental	Pearson Correlation	.733**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	74	74

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel output yang terlampir, hasilnya dapat diinterpretasikan dengan merujuk pada tiga dasar pengambilan keputusan dalam analisis korelasibivariate Pearson yang telah dijelaskan sebelumnya, yaitu:

- Berdasarkan Nilai Signifikansi Sig. (2-tailed); Dari table output di atas diketahui nilai Sig. (2-tailed) antara Perkembangan Teknologi (X) dengan Kesehatan Mental (Y) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, yaitu berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel perkembangan teknologi dengan kesehatan mental.
- Berdasarkan Nilai r_{hitung} (*Pearson Correlations*): Diketahui nilai r_{hitung} untuk hubungan Perkembangan Teknologi (X) dengan Kesehatan Mental (Y) adalah sebesar $0,733 > r_{tabel}$ tabel $0,227$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasi antara variabel perkembangan dengan kesehatan mental. Karena r_{hitung} atau *Pearson Correlations* dalam analisis ini bernilai positif maka itu artinya hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat positif.
- Berdasarkan nilai r_{hitung} (*Pearson correlations*) yaitu $0,733$ yang diperoleh maka kriteriankekuatan hubungan anantara variabel perkembangan teknologi dengan kesehtan mental mempunyai hubungan yang kuat.

Hubungan positif menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki arah yang sama, artinya peningkatan perkembangan teknologi akan diikuti dengan peningkatan tingkat kesehatan mental pada mahasiswa generasi strawberry. Untuk

mengetahui sejauh mana hubungan tersebut, interpretasi koefisien korelasi dengan nilai R dapat dilihat pada tabel .

Tabel 4. Nilai R dan Tingkat Hubungan

No.	Nilai Korelasi (r)	Tingkat Hubungan
1.	0,00-0,199	Sangat Lemah
2.	0,20-0,399	Lemah
3.	0,40-0,599	Cukup
4.	0,60-0,799	Kuat
5.	0,80-0,100	Sangat Kuat

Sumber: Sofian Sirega, hal 251

Tabel diatas didapati hasil perhitungan uji *korelasi pearson product moment*, dengan nilai 0,733. Hal tersebut berarti bahwa terdapat korelasi positif antara perkembangan teknologi dengan kesehatan mental mahasiswa *generation strawberry*.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh perkembangan teknologi terhadap kesehatan mental mahasiswa angkatan "strawberry." Sebelumnya, penelitian serupa telah dilakukan oleh Alif Fatkhan dan K.Y.S. Putri yang berjudul Dampak Perubahan Teknologi Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2019. Hasilnya menunjukkan bahwa didapatkan bahwa teknologi berpengaruh secara signifikan dengan nilai pengaruh 59% kondisi kesehatan mental mahasiswa ilmu komunikasi UNJ.

Hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan nilai F hitung sebesar 6,851 dengan tingkat signifikansi 0,011, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa model regresi ini signifikan dan dapat digunakan untuk memprediksi variabel kesehatan mental. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perkembangan teknologi (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental (Y).

Berdasarkan hasil uji *korelasi product moment* penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perkembangan teknologi terhadap kesehatan mental mahasiswa *generation strawberry*. Setelah dilakukan uji *korelasi product moment* dari pearson, maka diperoleh koefisien korelasi sebesar $(r) = 0,773$ dengan taraf signifikan $(p) = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara perkembangan teknologi terhadap kesehatan mental yang berarti hipotesis yang diajukan diterima. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi perkembangan teknologi maka semakin tinggi tingkat kesehatan mental pada mahasiswa. Nilai *korelasi Pearson* sebesar 0,733 mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara perkembangan teknologi dan kesehatan mental mahasiswa. Artinya, semakin maju dan berkembang teknologi, semakin besar pula dampaknya terhadap kondisi kesehatan mental mahasiswa Generasi Strawberry. Hal ini bisa mengarah pada peningkatan tingkat kecemasan, stres, atau bahkan manfaat positif seperti peningkatan kesejahteraan jika teknologi digunakan dengan bijak.

Korelasi positif berarti bahwa kedua variabel yang diuji bergerak searah, yaitu ketika perkembangan teknologi meningkat, kesehatan mental mahasiswa juga

cenderung mengalami perubahan (baik positif atau negatif). Perkembangan teknologi, misalnya dengan hadirnya media sosial, platform pembelajaran daring, atau aplikasi kesehatan mental, dapat membawa dampak besar bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Di sisi lain, ketergantungan pada teknologi juga dapat memicu masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, atau gangguan tidur.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya tidak dapat mengamati dinamika psikologis atau kondisi lapangan secara langsung selama proses penelitian. Penyebaran kuesioner dilakukan secara daring melalui Google Form dengan membagikan tautan kuesioner kepada mahasiswa program studi Bimbingan Penyuluhan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara perkembangan teknologi dengan kesehatan mental mahasiswa generasi *Strawberry*. Hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan nilai F hitung sebesar 6,851 dengan tingkat signifikansi 0,011 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga model regresi dinyatakan signifikan. Selain itu, hasil uji korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan nilai r hitung sebesar 0,733 yang lebih besar dari r tabel sebesar 0,227, yang berarti hubungan antara kedua variabel berada pada kategori kuat. Temuan ini menunjukkan bahwa perkembangan teknologi memiliki peran penting dalam mempengaruhi kondisi kesehatan mental mahasiswa, sehingga diperlukan pemanfaatan teknologi secara bijak agar memberikan dampak positif bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa generasi *Strawberry*.

DAFTAR PUSTAKA

- Affarel, Muhammad Wahyu, Aji Mulyana, and Mia Amalia, 'Pengaruh Teknologi Terhadap Kesehatan Mental', *Jurnal Hukum Kesehatan Indonesia*, 4.1 (2024), pp. 1–8, doi:10.53337/jhki.v4i1.106.
- Agustin Ningwang Dwi, *Seambi Guru (Bukan Sekedar Mengajar)* (Semesta Aksara, 2019).
- Aulia, Syifa, Tati Meilani, and Zachrah Nabillah, 'Strawberry Generation: Dilematis Keterampilan Mendidik Generasi Masa Kini', *Jurnal Pendidikan*, 31.2 (2022), p. 237, doi:10.32585/jp.v31i2.2485.
- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.
- Asa Nur Haryanti, Muhammad Bintang Syah Putra, Nadia Larasati, 'Analisis Kondisi Kesehatan Mental di Indonesia dan Strategi Penanganannya', *Jurnal Pendidikan* 2024.
- BR Sembiring, Queene, 'Dampak Teknologi Digital Terhadap Kesehatan Mental Generasi Muda.', *Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia*, 1.1 (2015), pp. 1–13.

- Bella Fitriyana, 'Kecerdasan Buatan Di Bidang Kesehatan', *Universitas Bina Darma*, 2013, p.1. [http://eprints.binadarma.ac.id/15961/1/KECERDASAN BUATAN DI BIDANG KESEHATAN.pdf](http://eprints.binadarma.ac.id/15961/1/KECERDASAN%20BUATAN%20DI%20BIDANG%20KESEHATAN.pdf).
- Cholik, C. A. (2021). *Perkembangan Teknologi Informasi Komunikasi/ICT dalam Berbagai Bidang*. *Jurnal Fakultas Teknik Kuningan*, 2(2).
- Darma Budi, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji f, R²)* (Guepedia, 2021).
- Daar Al Atsar Indonesia, Kokoh Aqidahnya, Ittiba'amal Shalihnya. *Tafsir Al-Qur'an Surah Al-A'la Ayat 8 Lengkap Arti Terjemah Indonesia*. 2022 <https://daaralatsarindonesia.com/tafsir-087-008/> di akses pada tanggal 27 Oktober 2024.
- Daradjat, Z. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Gunung Agung, 2021.
- Duwi Priyatno, *Buku Saku SPSS (Analisis Statistik Data Lebih Cepat, Efesien Dan Akurat)* (PT Buku Seru, 2011).
- Erlina Febrianti, "Pemuda Generasi Penerus, Garda Depan Perubahan Indonesia." 20220. Diakses pada tanggal 03 September 2024.
- Enny Keristina Sinaga, Dkk, "Statistika: Teori Dan Aplikasi Pada Pendidika", (Medan Yayasan Kita Meoo Eulis, 2019).
- Fatkhan, Alif, and Kinkin Yuliaty Subarsa Putri, 'Dampak Perubahan Teknologi Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2019', *Lektur: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6.4 (2024), pp. 439- 44, doi:10.21831/lektur.v6i4.20989.
- Fitriyana, Bella, 'Kecerdasan Buatan Di Bidang Kesehatan', *Universitas Bina Darma*, 2013, p.1 [http://eprints.binadarma.ac.id/15961/1/KECERDASAN BUATAN DI BIDANG KESEHATAN.pdf](http://eprints.binadarma.ac.id/15961/1/KECERDASAN%20BUATAN%20DI%20BIDANG%20KESEHATAN.pdf).
- Frank I. K., dan Victor L. K. 2010. *Exercise Physiology: Nutrition, Energy, and Human Performance, Seventh Edition*. Lippincott Williams & Wilkins. Philadelphia.
- J. Suyuthi Pulungan Dkk. *Buku Pedoman Akademik IAIN Raden Fatah*, (Palembang: UIN Raden Fatah Press, 2001).
- Kementerian Kesehatan RI. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta; Kementerian Kesehatan RI. 2013.
- Kasemin Kasiyanto, *Agresi Perkembangan Teknologi Informasi*. (Jakarta: Prenadamedia Group. 2015).
- Latipun, dan Moeljono Notoesudirdjo. *Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan*, Malang: UMM Press, 2014.
- M. Makhrus Ali, dkk., *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Penerapannya Dalam Penelitian*, Vol. 2, (2022).
- M. Machmud (2011). *Perkembangan teknologi dalam industri media*. *Jurnal Teknik Industri*, 12 (1), 57-64.
- Muhammad Wahyu Affarel, Aji Mulyana, and Mia Amalia, 'Pengaruh Teknologi Terhadap Kesehatan Mental', *Jurnal Hukum Kesehatan Indonesia*, 4.1 (2024), pp. 1-8, doi:10.53337/jhki.v4i1.106.
- Muhammad Ramadhan, *Metode Penelitian* (Cipta Media Nusantara, 2021).
- Nur Heni, "Kesehatan Mental Perspektif Zakiah Daradjat", (Salatiga: Perpustakaan IAIN Salatiga 2017).

Javica Julianti, Suryati, Emi Puspita Dewi

Hubungan Perkembangan Teknologi terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa *Generation Strawberry*

Nurdin, *Perkembangan Teknologi Komunikasi* (Depok: PT. Rajagrafindo Persada: 2017).