ANWARUL
Jurnal Pendidikan dan Dakwah

e-ISSN : 2808-7895
p-ISSN : 2809-1043

Terindeks: Sinta 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google,

https://doi.org/10.58578/anwarul.v5i3.5913

SELF-AUTHENTICITY DAN KESEIMBANGAN PERAN MAHASISWA DALAM DUNIA DIGITAL DAN AKADEMIK

Self-Authenticity and Role Balance of Students in the Digital and Academic Worlds

Muhammad Rizqi[1], Surawan[2], Siti Norhidayah[3]
UIN Palangka Raya
muhammadrizqi2211110069@iain-palangkaraya.ac.id; surawan@iain-palangkaraya.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 15, 2025	May 6, 2025	May 21, 2025	May 26, 2025

Abstract

This study aims to describe the level of self-authenticity and role balance among students in coping with academic demands and the dynamics of the digital era. Using a quantitative approach with a descriptive survey design, data were collected from 92 students of the Islamic Education (PAI) Study Program, class of 2022, at IAIN Palangka Raya through the Authenticity Scale questionnaire and a role balance scale, then analyzed descriptively. The results show an average self-authenticity score of 4.91 (SD = 0.93) and a role balance score of 4.52 (SD = 1.12) on a 1–7 scale, with the majority of respondents falling within the moderate to high category. However, around 15% of students showed low scores in role balance, indicating vulnerability to identity crises due to social pressure and the influence of digital media. These findings highlight the need to strengthen digital literacy, limit the consumption of content that promotes social comparison, and internalize civic values and self-reflection to reinforce students'

Jurnal Anwarul is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

personal identity. The implication is that higher education institutions need to design interventions that support psychological well-being, foster intrinsic motivation, and promote sustainable academic achievement amid the challenges of the digital era.

Keywords: Self-Authenticity; Role Balance; Digital Literacy; Student Identity; Psychological Well-Being

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat *self-authenticity* dan keseimbangan peran mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik dan dinamika era digital. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain survei deskriptif, data dikumpulkan dari 92 mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2022 di IAIN Palangka Raya melalui kuesioner *Authenticity Scale* dan skala keseimbangan peran, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan rata-rata skor *self-authenticity* sebesar 4,91 (SD = 0,93) dan keseimbangan peran sebesar 4,52 (SD = 1,12) pada skala 1–7, dengan mayoritas responden berada dalam kategori sedang hingga tinggi. Namun, sekitar 15% mahasiswa menunjukkan skor rendah pada keseimbangan peran, yang mengindikasikan kerentanan terhadap krisis identitas akibat tekanan sosial dan pengaruh media digital. Temuan ini menegaskan perlunya penguatan literasi digital, pembatasan konsumsi konten yang mendorong perbandingan sosial, serta internalisasi nilai-nilai kewarganegaraan dan refleksi diri untuk memperkuat identitas personal mahasiswa. Implikasinya, institusi pendidikan tinggi perlu merancang intervensi yang mendukung kesejahteraan psikologis, menumbuhkan motivasi intrinsik, dan mendorong pencapaian akademik mahasiswa secara berkelanjutan di tengah tantangan era digital.

Kata Kunci: Self-Authenticity; Keseimbangan Peran; Literasi Digital; Identitas Mahasiswa; Kesejahteraan Psikologis

PENDAHULUAN

Self-authenticity atau keaslian diri merupakan kemampuan individu untuk mengenali, menerima, dan mengekspresikan identitas sejatinya secara konsisten dalam berbagai situasi (Febrianti & Ginanjar, 2024; Khusna et al., 2023; Li et al., 2023; Mata & Vaz, 2024; Pei et al., 2024). Bagi mahasiswa, menjaga keaslian diri menjadi tantangan tersendiri terutama ketika mereka harus menyeimbangkan peran di dunia akademik dan dunia digital yang saling terkait (Cahyani et al., 2024; Gorea, 2021; Maharani et al., 2023; Mulyani et al., 2024; Neufeld-Wall, 2023). Di era digital, mahasiswa tidak hanya berperan sebagai pelajar, tetapi juga sebagai pengguna aktif media sosial yang memengaruhi cara mereka membangun citra diri (Astleitner & Schlick, 2024; Aulia et al., 2024; Hoxhaj et al., 2023; Jeyanthi, 2022; Pérez-Torres, 2024).

Beberapa penelitian telah mengungkapkan bahwa ketidakseimbangan antara identitas digital dan akademik dapat menimbulkan konflik internal yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mahasiswa. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Anto et al. (2023)

dan Plackett et al. (2023) menemukan bahwa tekanan untuk menampilkan citra akademik yang ideal di media sosial sering kali menyebabkan stres dan mengurangi keaslian diri. Selain itu, Bhardwaj et al. (2025) dan Handayani (2024) dalam penelitiannya juga menekankan pentingnya pengelolaan waktu dan batasan penggunaan media sosial agar mahasiswa dapat mempertahankan integritas diri sekaligus memenuhi tuntutan akademik.

Namun demikian, penelitian-penelitian tersebut masih terbatas pada pemahaman terpisah antara peran digital dan akademik, sehingga belum memberikan gambaran yang komprehensif tentang bagaimana mahasiswa secara praktis menyeimbangkan kedua peran tersebut sambil mempertahankan keaslian diri. Gap inilah yang menjadi fokus penelitian ini, yaitu mengkaji strategi yang digunakan mahasiswa untuk mengintegrasikan peran digital dan akademik secara holistik tanpa mengorbankan *self-authenticity*.

Penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena menggabungkan perspektif psikologis dan sosial digital dalam konteks mahasiswa Indonesia, yang masih jarang diteliti secara mendalam. Selain itu, penelitian ini bertujuan memberikan solusi praktis yang aplikatif bagi mahasiswa dalam mengelola peran ganda tersebut. Pentingnya penelitian ini terletak pada kontribusinya dalam membantu mahasiswa mengoptimalkan potensi diri secara menyeluruh, menjaga kesejahteraan psikologis, dan meningkatkan prestasi akademik di tengah dinamika dunia modern yang serba digital.

Secara global, perkembangan teknologi digital dan media sosial telah menciptakan fenomena dualitas identitas, di mana mahasiswa sering kali harus menampilkan versi diri yang terkurasi di dunia maya, berbeda dengan identitas aslinya di dunia nyata (Hernández-Serrano et al., 2022; Winarty, 2024; Balqis Aisyah et al., 2021; Mahendra, 2025; Egi et al., 2024). Studi internasional menunjukkan bahwa kesenjangan antara identitas digital dan identitas nyata dapat memicu stres, kecemasan, bahkan krisis identitas, terutama pada generasi muda yang sangat aktif di media sosial (Odgers & Jensen, 2020; Matilda et al., 2025; Pham & Wong, 2025; Solnik, 2024; Obrenovic et al., 2024). Di Indonesia sendiri, tantangan ini semakin nyata seiring dengan pesatnya penetrasi internet dan penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa, yang menuntut mereka untuk mampu mengelola peran akademik sekaligus menjaga citra digital yang positif (Bu'ulolo & Hulu, 2025; Hilda Hilda & Roy Purwanto, 2024; Ramadhan & Hia, 2025; Kautsar et al., 2024; Norhidayah et al., 2025).

Selain itu, pentingnya literasi digital juga semakin diakui sebagai faktor kunci dalam pembentukan identitas digital yang sehat dan inklusif (Husnaeni et al., 2025; Reif et al., 2020;

Syahfira et al., 2023; Yanti et al., 2021; Yoga Pratama et al., 2022). Penelitian dari Mpogiatzidis & Pervou (2024) menegaskan bahwa kemampuan literasi digital yang baik tidak hanya meningkatkan partisipasi dan komunikasi mahasiswa dalam pembelajaran daring, tetapi juga berperan penting dalam membentuk identitas diri yang positif dan mencegah eksklusivitas atau kesenjangan sosial di lingkungan kampus. Dengan demikian, penguatan literasi digital, refleksi diri, dan pembatasan konsumsi konten yang memicu perbandingan sosial menjadi sangat penting untuk mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Asahri & Sartono, 2025; Fatihah & Wicaksono, 2025; Hidayatullah et al., 2024; Mansyur et al., 2025; Saputri & Manggalani, 2024).

Penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi pendidikan dan literasi digital, tetapi juga menawarkan rekomendasi praktis bagi institusi pendidikan tinggi untuk merancang program pendampingan, pelatihan literasi digital, serta kebijakan yang mendukung penguatan self-authenticity dan keseimbangan peran mahasiswa di era digital. Dengan pemahaman yang lebih komprehensif, diharapkan mahasiswa mampu mengoptimalkan potensi diri, menjaga integritas, dan mencapai prestasi akademik yang optimal tanpa mengorbankan kesehatan mental dan keaslian diri mereka

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan survei untuk mengkaji hubungan antara *self-authenticity* dan keseimbangan peran mahasiswa dalam dunia digital dan akademik. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2022 di IAIN Palangka Raya. Sampel diambil menggunakan teknik simple random sampling berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 92 responden yang representatif. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring yang memuat instrumen *self-authenticity* yang diadaptasi dari skala *Authenticity* versi Wood et al., (2008) dan skala keseimbangan peran yang dikembangkan oleh Greenhaus & Beutell (1985), keduanya telah teruji validitas dan reliabilitasnya dalam penelitian sebelumnya. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik dan pola jawaban responden secara menyeluruh. Penelitian ini tidak menggunakan analisis inferensial seperti korelasi atau regresi mengingat fokus pada survei deskriptif dan keterbatasan desain penelitian. Aspek etika juga diperhatikan dengan menjamin kerahasiaan data dan

memperoleh persetujuan responden sebelum pengisian kuesioner, sehingga menjaga integritas dan hak privasi partisipan.

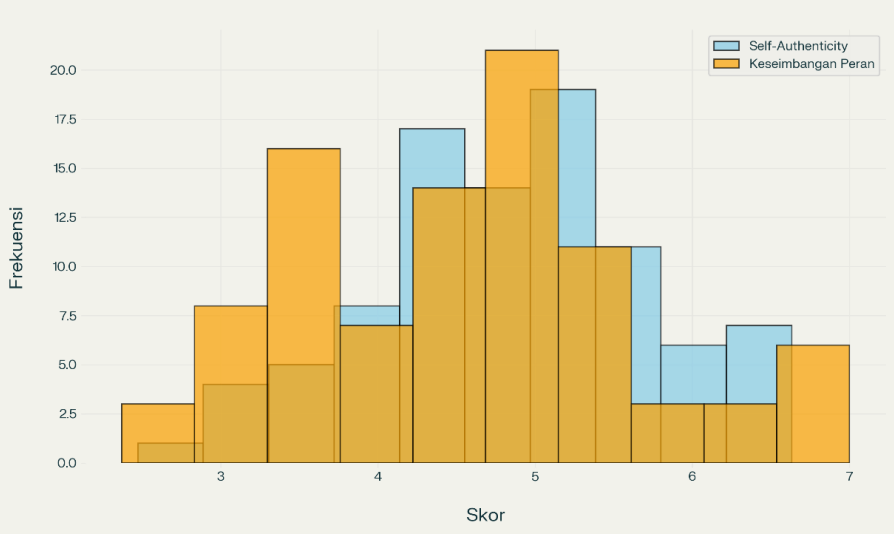
HASIL

Hasil penelitian ini melibatkan 92 mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2022 di IAIN Palangka Raya. Data yang diperoleh dari kuesioner daring menunjukkan bahwa rata-rata skor *self-authenticity* mahasiswa adalah 4,91 dengan standar deviasi 0,93, sedangkan rata-rata skor keseimbangan peran adalah 4,52 dengan standar deviasi 1,12. Skor minimum dan maksimum untuk *self-authenticity* berturut-turut adalah 2,38 dan 6,85, sedangkan untuk keseimbangan peran berkisar antara 2,20 hingga 7,00. Statistik deskriptif ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang hingga tinggi untuk kedua variabel yang diukur.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Skor Self-Authenticity dan Keseimbangan Peran Mahasiswa

Variabel	Jumlah Responden	Rata-rata	Standar Deviasi	Minimum	Media	Maksimum
Self-Authenticity	92	4,91	0,93	2,38	4,91	6,85
Keseimbangan Peran	92	4,52	1,12	2,20	4,58	7,00

Distribusi skor kedua variabel divisualisasikan pada grafik berikut:



Gambar 1. Grafik Distribusi Skor Self-Authenticity dan Keseimbangan Peran Mahasiswa

Grafik ini menunjukkan distribusi frekuensi skor *self-authenticity* (biru muda) dan keseimbangan peran (oranye muda) pada rentang skor 1–7. Mayoritas mahasiswa memiliki skor pada kisaran sedang hingga tinggi untuk kedua variabel, dengan puncak distribusi pada skor 4 hingga 6. Grafik ini juga mengilustrasikan bahwa skor *self-authenticity* cenderung sedikit lebih tinggi dibandingkan skor keseimbangan peran, meskipun keduanya memiliki pola penyebaran yang relatif serupa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mempertahankan keaslian diri dan menyeimbangkan peran akademik serta digital secara cukup baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 92 mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2022 di IAIN Palangka Raya, ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat self-authenticity dan keseimbangan peran pada kategori sedang hingga tinggi, dengan rata-rata skor self-authenticity sebesar 4,91 (SD = 0,93) dan keseimbangan peran sebesar 4,52 (SD = 1,12) pada skala 1–7. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah mampu mengenali dan mengekspresikan identitas diri secara konsisten serta menyeimbangkan tuntutan peran di dunia akademik dan digital. Namun, sekitar 15% mahasiswa menunjukkan skor rendah pada keseimbangan peran, menandakan adanya kerentanan terhadap krisis identitas akibat tekanan sosial dan paparan media digital yang berlebihan. Distribusi skor keseimbangan peran yang lebih lebar mengindikasikan adanya kelompok mahasiswa yang masih kesulitan dalam mengelola peran ganda, khususnya dalam menghadapi tekanan untuk menampilkan citra ideal di media sosial

Jika dibandingkan dengan literatur sebelumnya, hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Ryan & Deci (2020) yang menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan psikologis dasar—kompetensi, otonomi, dan keterkaitan sosial—dalam membangun self-authenticity. Selain itu, penelitian oleh Hamid et al. (2024) dan Fauziah et al. (2022) juga mendukung bahwa motivasi intrinsik yang kuat pada mahasiswa berhubungan erat dengan tingkat self-authenticity yang tinggi, di mana mahasiswa lebih ter dorong untuk berkembang berdasarkan nilai dan minat pribadi daripada pencapaian eksternal. Namun demikian, penelitian ini juga mengonfirmasi adanya gap yang diidentifikasi oleh Bhardwaj et al. (2025) dan Handayani (2024), yaitu kurangnya pemahaman komprehensif mengenai strategi praktis mahasiswa dalam menyeimbangkan peran digital dan akademik secara simultan tanpa mengorbankan

keaslian diri. Penelitian-penelitian sebelumnya cenderung memisahkan analisis antara peran digital dan akademik, sementara penelitian ini mengintegrasikan kedua aspek tersebut dalam konteks mahasiswa Indonesia.

Temuan penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya literatur tentang self-authenticity dan keseimbangan peran dengan menambahkan perspektif integratif antara dunia digital dan akademik pada mahasiswa Indonesia, serta menegaskan relevansi teori kebutuhan psikologis dasar dan motivasi intrinsik dalam konteks era digital. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan untuk merancang program penguatan literasi digital, pelatihan refleksi diri, dan internalisasi nilai kewarganegaraan guna membantu mahasiswa memperkuat identitas diri dan mengelola tekanan sosial di media digital. Selain itu, strategi manajemen waktu dan pembatasan konsumsi konten yang memicu perbandingan sosial dapat diimplementasikan untuk mendukung keseimbangan psikologis mahasiswa. Dari sisi kebijakan, temuan ini merekomendasikan agar kebijakan kampus lebih responsif terhadap tantangan psikososial mahasiswa di era digital, termasuk penyediaan layanan konseling, workshop literasi digital, dan pengembangan kurikulum yang mendukung pembentukan karakter serta kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Adapun keterbatasan penelitian ini terletak pada ukuran dan representasi sampel yang hanya melibatkan mahasiswa PAI angkatan 2022 di satu institusi, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasi ke seluruh populasi mahasiswa di Indonesia. Selain itu, desain penelitian yang bersifat deskriptif kuantitatif tanpa analisis inferensial membatasi kemampuan untuk mengidentifikasi hubungan kausal antar variabel. Instrumen yang digunakan juga berpotensi mengalami bias respon karena pengisian kuesioner dilakukan secara daring dan bersifat self-report. Penelitian ini juga belum mengeksplorasi secara mendalam faktor-faktor kontekstual lain seperti latar belakang sosial ekonomi, pengalaman organisasi, atau dukungan keluarga yang mungkin memengaruhi self-authenticity dan keseimbangan peran mahasiswa. Keterbatasan-keterbatasan ini menjadi peluang untuk penelitian lanjutan yang dapat menggunakan desain longitudinal, memperluas cakupan sampel, serta mengintegrasikan metode kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih holistik mengenai dinamika self-authenticity dan keseimbangan peran mahasiswa di era digital.

.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2022 di IAIN Palangka Raya memiliki tingkat *self-authenticity* dan keseimbangan peran yang tergolong sedang hingga tinggi. Rata-rata skor *self-authenticity* tercatat sebesar 4,91 dan keseimbangan peran sebesar 4,52 pada skala 1 hingga 7. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mengenali, menerima, dan mengekspresikan identitas diri secara konsisten, serta relatif berhasil dalam menyeimbangkan peran mereka di ranah akademik dan kehidupan digital. Meskipun demikian, sekitar 15% responden menunjukkan skor rendah dalam aspek keseimbangan peran, yang menandakan adanya kerentanan terhadap krisis identitas akibat tekanan sosial dan paparan media digital secara berlebihan.

Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan, khususnya dalam memahami dinamika pembentukan identitas mahasiswa di era digital. Integrasi antara perspektif psikologis dan sosial-digital dalam penelitian ini memperluas cakupan literatur mengenai *self-authenticity* dan keseimbangan peran, serta menyoroti pentingnya penguatan literasi digital, praktik reflektif, dan internalisasi nilai-nilai kewarganegaraan. Hasil penelitian ini juga memberikan landasan awal untuk perumusan program pengembangan karakter mahasiswa berbasis keseimbangan peran yang adaptif terhadap tuntutan dunia digital dan akademik.

Dengan menjawab fokus penelitian, studi ini berhasil mengidentifikasi kondisi aktual mahasiswa dalam hal otentisitas diri dan pengelolaan peran yang kompleks di tengah perkembangan teknologi digital. Peningkatan pemahaman mengenai aspek-aspek ini penting untuk mencegah disorientasi identitas dan tekanan psikologis yang dapat menghambat perkembangan akademik dan pribadi mahasiswa. Penelitian ini menggarisbawahi bahwa keseimbangan antara eksistensi digital dan peran akademik bukan hanya soal manajemen waktu, tetapi juga berkaitan erat dengan proses internalisasi nilai dan penguatan identitas diri yang stabil.

Sebagai tindak lanjut, disarankan agar penelitian serupa dilakukan dengan cakupan yang lebih luas, baik dari segi jumlah responden maupun variasi program studi dan institusi pendidikan, untuk menguji konsistensi temuan ini di berbagai konteks. Pendekatan longitudinal dan penggunaan metode kualitatif, seperti wawancara mendalam atau studi kasus, dapat memperkaya pemahaman terhadap dinamika pembentukan identitas mahasiswa

secara lebih holistik. Selain itu, penelitian mendatang perlu mengkaji lebih lanjut pengaruh faktor-faktor kontekstual, seperti dukungan keluarga, keterlibatan organisasi kemahasiswaan, dan latar belakang sosial ekonomi, dalam proses pembentukan *self-authenticity* dan keseimbangan peran. Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya institusi pendidikan tinggi untuk merancang program pengembangan diri yang komprehensif dan kontekstual, guna memperkuat ketahanan identitas serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

Anto, A., Asif, R. O., Basu, A., Kanapathipillai, D., Salam, H., Selim, R., Zaman, J., & Eisingerich, A. B. (2023). Exploring the Impact of Social Media on Anxiety Among University Students in the United Kingdom: Qualitative Study. *JMIR Formative Research*, *7*(6). https://doi.org/10.2196/43037

Asahri, P. M., & Sartono, S. (2025). Analisis Kesehatan Mental Pelajar di Era Pembelajaran Digital. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya Volume*, *3*(3), 243–251. https://doi.org/10.61132/morfologi.v3i3.1704

Astleitner, H., & Schlick, S. (2024). The social media use of college students: Exploring identity development, learning support, and parallel use. *Active Learning in Higher Education*, *26*(1), 231–254. https://doi.org/10.1177/14697874241233605

Aulia, N., Gunawan, W., & Yunita, D. (2024). Proses Pembentukan Citra Diri Melalui Media Sosial Instagram (Studi Kasus Pada Akun Selebgram @Roro_Yustina) Self-Image. *Sosiologi Nusantara*, *10*(1), 89–104. http://dx.doi.org/10.33369/jsn.10.1.65-81

Balqis Aisyah, A., Eva Rosalia, C., Danu Ayustina, F., & Iqbal Fawwaz, M. (2021). Konstuksi Identitas Mahasiswa dalam Bermedia Sosial (Studi Kasus 4 Mahasiswa FIS UNJ Pengguna Media Sosial Instagram). *Saskara:Indonesian Journal of Society Studies*, *1*(2), 1–27. https://doi.org/10.21009/Saskara.012.03

Bhardwaj, V., Zhang, S., Tan, Y. Q., & Pandey, V. (2025). Redefining learning: student-centered strategies for academic and personal growth. *Frontiers in Education*, *10*(4), 1–15. https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1518602

Bu'ulolo, W., & Hulu, M. K. (2025). Peran media sosial dalam meningkatkan citra perusahaan. *IDENTIK: Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan Dan Teknik*, *2*(1), 51–59. https://doi.org/https://doi.org/10.70134/identik.v2i1.168

Cahyani, V. P., Ahmad, F., Soekarman, S., & Nawi, M. Z. M. (2024). Authentic Assessment as a Solution to Enhance Deep Learning and Maintain Academic Integrity in Higher Education. *Jeda: Journal of Educational Analytics*, *3*(3), 531–544. https://doi.org/10.55927/jeda.v3i3.12393

Egi, R., Nabilah, L., & Marsuki, N. R. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas Remaja di Indonesia. *Jurnal Kajian Dan Penelitian Umum*, *2*(1). https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v2i1.830

Fatihah, S. N., & Wicaksono, M. F. (2025). Peran Literasi Digital Terhadap Kebutuhan Informasi Kesehatan Mental Pengguna Media Sosial Oleh Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Perpustakaan (Library)*, *1*(1), 1–11.

https://doi.org/https://doi.org/10.69533/9ch1nf86

Fauziah, R. S., Harjanto, T., & Yuliandari, K. P. (2022). Gambaran Motivasi Belajar Mahasiswa PSIK UGM terhadap Penerapan Flipped Classroom dalam Pembelajaran Keterampilan Klinik Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, *6*(2), 83. https://doi.org/10.22146/jkkk.73657

Febrianti, R., & Ginanjar, A. S. (2024). Does Perceiving the Authentic Self Affect the Meaning of Life? *Jurnal Psikologi*, *51*(2), 219. https://doi.org/10.22146/jpsi.92292

Gorea, M. (2021). Becoming Your "Authentic" Self: How Social Media Influences Youth's Visual Transitions. *Social Media and Society*, *7*(3). https://doi.org/10.1177/20563051211047875

Greenhaus, J. ., & Beutell, N. . (1985). Sources of Conflict Between Work and Family Roles. *Academy of Management Review*, *10*(1). https://doi.org/10.2307/258214

Hamid, A., Sukidin, S., & Na'im, M. (2024). Memahami Motivasi Intrinsik Mahasiswa Berprestasi Tinggi : Pendekatan Grounded Theory ". *IJAPR: International Journal of Academic Pedagogical Research*, *8*(8), 1–7. http://ijeais.org/wp-content/uploads/2024/8/IJAPR240801.pdf

Handayani, T. D. (2024). Bijak Menggunakan Media Sosial pada Masyarakat Digital. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, *4*(3), 741–752. https://doi.org/10.37481/jmh.v4i3.1011

Hernández-Serrano, M. J., Jones, B., Renés-Arellano, P., & Ortuño, R. A. C. (2022). Analysis of Digital Self-Presentation Practices and Profiles of Spanish Adolescents on Instagram and TikTok. *Journal of New Approaches in Educational Research*, *11*(1), 49–63. https://doi.org/10.7821/NAER.2022.1.797

Hidayatullah, A., Patria, M., & Septanto, H. (2024). Analisis Tingkat Literasi Digital Skill di Kalangan Mahasiswa Universitas Dian Nusantara. *Explore: Jurnal Sistem Informasi Dan Telematika*, *15*(1), 104–112. https://doi.org/10.36448/jsit.v15i1.3626

Hilda Hilda, & Roy Purwanto, M. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Mental Mahasiswa: Studi Kasus Di Fakultas Ilmu Agama Islama Universitas Islam Indonesia. *At-Thullab : Jurnal Mahasiswa Studi Islam*, *6*(1), 1485–1486. https://doi.org/10.20885/tullab.vol6.iss1.art2

Hoxhaj, B., Xhani, D., Kapo, S., & Sinaj, E. (2023). The Role of Social Media on Self-Image and Self-Esteem : A Study on Albanian Teenagers Brunilda Hoxhaj Dorina Xhani Stela Kapo Elsida Sinaj. *Journal of Educational and Social Research*, *13*(4), 128–139. https://doi.org/10.36941/jesr-2023-0096

Husnaeni, H., Lince, R., Jalil, J., & Burga, M. A. (2025). Analisis Literasi Digital Mahasiswa Universitas Terbuka pada Rumpun Mata Kuliah Matematika. *Studi Guru Dan Pembelajaran*, *8*(1), 178–187. https://doi.org/10.30605/jsgp.8.1.2025.5430

Jeyanthi, M. (2022). Social Media and Identity Formation – The Influence of Self-Presentation and Social Comparison. *Mind and Society*, *11*(2), 138–144. https://doi.org/10.56011/mind-mri-112-202216

Kautsar, T. P. M. Al, Adellia, R., & Azzahra, Y. (2024). Persepsi Mahasiswa Ilmu Komunikasi UNESA Terhadap Platform Tiktok. *SNIIS: Seminar Nasional Ilm-Ilmu Sosial*, *3*, 305–319. https://doi.org/https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/3984

Khusna, S., Wicaksono, B., & Satwika, P. (2023). Organization Based Self Esteem dan Kepemimpinan Autentik sebagai Faktor Organizational Citizenship Behavior. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, *8*(1), 103–116.

https://doi.org/10.20473/jpkm.v8i12023.103-116

Li, Q., Ren, X., Zhou, Z., & Wang, J. (2023). Reciprocal relationships between self-control and self-authenticity: a two-wave study. *Frontiers in Psychology*, *14*, 1–7. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1207230

Maharani, S. D., Marunduri, F. S., Febriani, R., Susiatmojo, A., Setiawan, D., Yogiswari, K. S., Siswadi, G. A., Putri, K., Zhafira, A. R., Auvaq, A. B., Fattah, G. N., Arif, A., Damanhuri, T., Firdian, F., Ernawan, M. R., Misbahuddin, M. G., Fahrurozi, L. I. H., Violita, M. D., Widodo, A. H. F., … M., M. D. I. Z. (2023). *Jati Diri Manusia dalam Perspektif Anima Animus Carl Gustav Jung (Studi Fenomenologi pada Penari Liku di Bali* (1st ed., Issue October 2023). NILACAKRA: PUBLISHING HOUSE. https://www.researchgate.net/publication/377951488

Mahendra, S. (2025). Peran Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Nasional Mahasiswa di Era Digital. *LINCAH: Jurnal Inovasi Dan Tren*, *3*(1), 13–16. https://doi.org/https://doi.org/10.35870/ljit.v3i1.3464

Mansyur, U., Mantasiah, M., & Juanda, J. (2025). Literasi Media Digital Canva Mahasiswa dalam Menyusun Materi Pembelajaran Bahasa Indonesia. *Alinea: Jurnal Bahasa Sastra Dan Pengajaran*, *14*(1), 19–27. https://doi.org/https://doi.org/10.35194/alinea.v14i1.4938

Mata, A., & Vaz, A. (2024). Self-other differences in the perceived authenticity of attitudes expressed toward social groups. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1–6. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1467396

Matilda, A. M., Wulandari, B. P. A. I., & Darmanto, D. (2025). Understanding Genz Z'S Mental Health Challenges. *PHENOMENON: Multidisciplinary Journal Of Sciences and Research*, *3*(1), 38–52. https://doi.org/10.62668/phenomenon.v3i1.1402

Mpogiatzidis, P., & Pervou, I. (2024). The effect of digital literacy on student identity and inclusion: insights from the University of Western Macedonia. *European Journal of Open, Distance and E-Learning*, *26*(1), 24–40. https://doi.org/10.2478/eurodl-2024-0001

Mulyani, M., Suwar, A., & Athal, T. (2024). Challenges And Strategies For Maintaining Self-Authenticity In The Digital Age : A Philosophical And Social Analysis. *Teunuleh Scientific*, *5*(3), 111–126. https://doi.org/10.51612/teunuleh.v5i3.161

Neufeld-Wall, M. E. (2023). *Being Real: Gen-Z, Self-Presentation, and Authenticity on Social Media* [Trinity University, Department of Communication]. https://digitalcommons.trinity.edu/comm_honors/26/

Norhidayah, S., Surawan, S., & Rahmawati, S. (2025). Integration of Islam and Social Media : Instagram Account @ fiqihwanita _ as Women ' s Preaching Medium in the Era of Globalization. *Bulletin of Islamic Research*, *3*(2), 2–11. https://doi.org/10.69526/bir.v3i2.62

Obrenovic, B., Godinic, D., Du, G., Khudaykulov, A., & Gan, H. (2024). Identity Disturbance in the Digital Era during the COVID-19 Pandemic: The Adverse Effects of Social Media and Job Stress. *Behavioral Sciences*, *14*(8), 1–16. https://doi.org/10.3390/bs14080648

Odgers, C. L., & Jensen, M. (2020). Adolescent Mental Health in the Digital Age: Facts, Fears and Future Directions. *Physiology & Behavior*, *61*(3), 336–348. https://doi.org/10.1111/jcpp.13190.Adolescent

Pei, Z., Bolong, J., Sern, T. J., & Osman, M. N. (2024). Gratification Needs Factors for Authentic Self- Expression on Instagram. *INTERNATIONAL JOURNAL OF*

ACADEMIC RESEARCH IN BUSINESS AND SOCIAL SCIENCES, *14*(12), 703–718. https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v14-i12/24018

Pérez-Torres, V. (2024). Social media: a digital social mirror for identity development during adolescence. *Current Psychology*, *43*(26), 22170–22180. https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z

Pham, T. T., & Wong, P.-H. (2025). Internet Access and Youth's Mental Health and Well-being. *Maastricht Economic and Social Research Institute on Innovation and Technology (UNU-MERIT)*, *7*. https://doi.org/10.53330/GYMA8538

Plackett, R., Blyth, A., & Schartau, P. (2023). The Impact of Social Media Use Interventions on Mental Well-Being: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, *25*, 1–20. https://doi.org/10.2196/44922

Ramadhan, M. N., & Hia, B. P. (2025). Penelitian Studi Pustaka Peran Media Sosial terhadap Karakter Mahasiswa. *Studi Administrasi Publik Dan Ilmu Komunikasi*, *2*(1), 1–9. https://doi.org/https://doi.org/10.62383/studi.v2i1.75

Reif, A., Kneisel, T., Schafer, M., & Taddicken, M. (2020). Why are scientific experts perceived as trustworthy? Emotional assessment within tv and youtube videos. *Media and Communication*, *8*(1), 191–205. https://doi.org/10.17645/mac.v8i1.2536

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, *61*. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

Saputri, V. A. M., & Manggalani, R. (2024). Pengaruh Literasi Digital Terhadap Perilaku Pencarian Informasi Di Kalangan Mahasiswa. *PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, *3*(4), 229–236. https://doi.org/10.51878/paedagogy.v3i4.2724

Solnik, D. (2024). *Crafting Digital Personas: Exploring the Link Between Online Identity Curation, Real-World Authenticity and Social Anxiety* [HURON]. https://doi.org/https://ir.lib.uwo.ca/psych_uht/94/

Syahfira, I., Siregar, Y. D., & Purwaningtyas, F. (2023). Hubungan Literasi Digital Dengan Penggunaan Media Sosial Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Sekolah Tinggi Agama Islam "UISU" …. *Shaut Al-Maktabah : Jurnal Perpustakaan, Arsip Dan Dokumentasi*, *15*(1), 92–102. http://repository.uinsu.ac.id/id/eprint/16523

Winarty, S. (2024). Representasi Identitas Virtual dalam Komunikasi Mahasiswa Urban di Instagram: Studi Netnografi pada Universitas Pembangunan Jaya. *Jurnal Bisnis Dan Komunikasi Digital*, *1*(3), 13. https://doi.org/10.47134/jbkd.v1i3.2517

Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The Authentic Personality: A Theoretical and Empirical Conceptualization and the Development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, *55*(3). https://psycnet.apa.org/record/2008-09087-008

Yanti, N., Mulyati, Y., Sunendar, D., & Damaianti, V. (2021). Tingkat Literasi Digital Mahasiswa Indonesia. *Diksa : Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, *7*(1), 59–71. https://doi.org/10.33369/diksa.v7i1.22391

Yoga Pratama, A., Gusrianti, N., & Amrul Haq, K. (2022). Peran Mahasiswa Dalam Meningkatkan Literasi Digital. *Jurnal Tonggak Pendidikan Dasar : Jurnal Kajian Teori Dan Hasil Pendidikan Dasar*, *1*(2), 96–101. https://doi.org/10.22437/jtpd.v1i2.22876