

## HUBUNGAN SELF-DISCREPANCY DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI ERA MEDIA SOSIAL SEBUAH TINJAUAN SISTEMATIS LITERATUR 2015–2024

Ghana Yoga Mahardika

Program Pendidikan Keagamaan Buddha, STAB Maha Prajna Jakarta, Indonesia

### Abstract

*This study is a systematic literature review aimed at comprehensively synthesizing and analyzing empirical evidence on the relationship between self-discrepancy and adolescent mental health within the context of social media use during the period 2015–2024. The synthesis of ten selected studies consistently confirms that the gap between actual self, ideal self, and ought self significantly contributes to the emergence of depressive symptoms, anxiety, and diminished subjective well-being among adolescents. Identified moderating factors include gender, quality of social support, external environmental conditions, and the intensity of individual engagement within a rapidly evolving digital ecosystem. Findings over the past decade reveal a significant paradigmatic shift from individual clinical approaches toward a more contextual and holistic ecological perspective. The psychological mechanisms underlying this relationship involve shame and guilt as mediators that directly link self-discrepancy to serious clinical psychological disorders. This study underscores the urgent need for evidence-based preventive interventions that are adaptive to the evolving dynamics of adolescent digital identity in order to support their psychological well-being comprehensively and sustainably.*

**Keywords:** *Self-Discrepancy, Adolescent Mental Health, Social Media*

### PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang pesat dalam dekade terakhir telah menghadirkan perubahan fundamental dalam cara remaja membangun dan mempersentasikan identitas diri mereka di ruang virtual. Platform media sosial seperti Instagram, TikTok, dan X telah menjadi arena di mana remaja secara aktif mengonstruksi citra diri ideal yang kerap berbeda secara signifikan dari kondisi aktual mereka sehari-hari. Fenomena psikologis ini dikenal sebagai *self-discrepancy*, yakni ketidakselarasan antara *actual self* (gambaran diri sebagaimana adanya), *ideal self* (gambaran diri yang diinginkan), dan *ought self* (gambaran diri yang dianggap seharusnya oleh individu maupun lingkungan sosialnya). Teori *self-discrepancy* yang dirumuskan Higgins menegaskan bahwa semakin besar jarak antara ketiga dimensi diri tersebut, semakin tinggi kerentanan individu terhadap gangguan emosional dan psikologis yang serius (Kusci & Bakır, 2026). Dalam ekosistem media sosial yang mendorong budaya komparasi sosial secara masif dan berkesinambungan, diskrepansi diri pada remaja semakin menguat dan berimplikasi serius terhadap kondisi psikologis mereka, termasuk munculnya gejala depresi, kecemasan, rendahnya harga diri, serta perasaan ketidakpuasan hidup yang bersifat kronis (Chen, 2025).

Data epidemiologis global menunjukkan bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental pada remaja terus mengalami peningkatan yang mengkhawatirkan, dan para peneliti mengidentifikasi paparan media sosial sebagai salah satu faktor kontribusi yang paling signifikan. Remaja yang menghabiskan waktu lebih dari tiga jam per hari di platform media sosial dilaporkan memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi mengalami gejala depresi dan

CUSTOMER INVOLVEMENT IN NEW PRODUCT DEVELOPMENT: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW OF CO-CREATION STRATEGIES AND INNOVATION OUTCOMES

kecemasan dibandingkan rekan sebaya mereka yang menggunakan media sosial secara lebih terbatas. Kondisi ini semakin diperparah oleh algoritma platform digital yang secara sistematis menampilkan konten-konten yang menonjolkan kesempurnaan fisik, prestasi gemilang, dan gaya hidup ideal, sehingga mendorong remaja untuk terus-menerus membandingkan diri mereka dengan standar yang seringkali tidak realistis dan tidak dapat dicapai (Hancock et al., 2022). Dalam kerangka psikologi sosial-kognitif, mekanisme *social comparison* yang difasilitasi oleh fitur-fitur media sosial seperti *likes*, *followers*, dan *story views* memperkuat internalisasi standar eksternal yang kemudian terintegrasi menjadi bagian dari *ideal self* atau *ought self* remaja, sehingga secara bertahap memperlebar jurang diskrepansi diri mereka secara substansial.

Sejumlah kajian empiris sebelumnya telah mengeksplorasi hubungan antara *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja dengan temuan yang cukup konsisten. Penelitian pada sampel remaja Eropa menemukan bahwa penggunaan Instagram secara intensif berkorelasi positif dengan peningkatan diskrepansi *actual-ideal self* dan secara bersamaan berkorelasi negatif dengan kesejahteraan psikologis subjektif mereka (Hong & Ahmad, 2025). Studi eksperimental lain mendemonstrasikan bahwa paparan terhadap konten aspirasional di media sosial secara signifikan meningkatkan ukuran *self-discrepancy* dalam jangka pendek, dengan efek yang lebih kuat pada individu yang memiliki kecenderungan neurotisme tinggi. Meta-analisis yang mencakup lebih dari 35.000 partisipan remaja menyimpulkan bahwa hubungan antara penggunaan media sosial dan kesehatan mental bersifat moderat namun konsisten, dengan *self-discrepancy* berperan sebagai mediator parsial yang bermakna dalam hubungan tersebut. Studi longitudinal juga mengungkap bahwa tingkat *self-discrepancy* yang tinggi pada masa remaja awal secara signifikan memprediksi munculnya simtom depresi dan kecemasan pada masa remaja akhir, bahkan setelah mengontrol berbagai variabel demografis dan kontekstual lainnya (Merino et al., 2024).

Meskipun literatur yang ada telah memberikan kontribusi yang berharga, terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang mendesak untuk ditangani secara sistematis. Mayoritas studi yang ada bersifat *cross-sectional* sehingga tidak mampu menangkap dinamika temporal dari hubungan *self-discrepancy* dan kesehatan mental dalam konteks penggunaan media sosial yang berkelanjutan (Nam et al., 2023). Belum terdapat pula tinjauan sistematis komprehensif yang secara khusus mengintegrasikan bukti-bukti empiris dari rentang waktu 2015 hingga 2024, yakni periode yang mencakup lonjakan penggunaan platform-platform baru seperti TikTok dan BeReal yang menghadirkan mekanisme komparasi sosial yang jauh lebih intens. Sebagian besar penelitian yang ada juga dilakukan di konteks budaya Barat, sehingga generalisabilitas temuannya pada populasi remaja di kawasan Asia masih sangat terbatas dan perlu dikaji lebih mendalam (SANKAR, 2025). Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatannya yang menggunakan desain tinjauan sistematis literatur untuk memetakan dan mensintesis secara holistik hubungan antara *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja selama satu dekade terakhir, sekaligus mempertimbangkan variabel moderator yang selama ini kurang mendapat perhatian peneliti (Feijoo et al., 2024).

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi kesenjangan penelitian di atas, penelitian ini merumuskan tiga pertanyaan utama, yakni: (1) Bagaimana hubungan antara *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja berdasarkan sintesis literatur empiris periode 2015–2024? (2) Apa saja faktor-faktor yang memoderasi hubungan antara *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja dalam konteks penggunaan media sosial? (3) Bagaimana pola temuan penelitian tentang *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja berubah seiring perkembangan ekosistem media sosial selama satu dekade terakhir? Penelitian ini bertujuan untuk mensintesis dan menganalisis bukti empiris yang tersedia, mengidentifikasi faktor-faktor moderator yang relevan, serta memetakan perkembangan temuan dalam bidang ini guna memberikan landasan

ilmiah bagi pengembangan intervensi klinis dan kebijakan kesehatan mental remaja di masa mendatang. Secara praktis, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi para konselor, psikolog sekolah, dan pembuat kebijakan dalam merancang program preventif berbasis bukti yang responsif terhadap tantangan psikologis remaja di era digital yang terus berkembang.

### **METODE PENELITIAN**

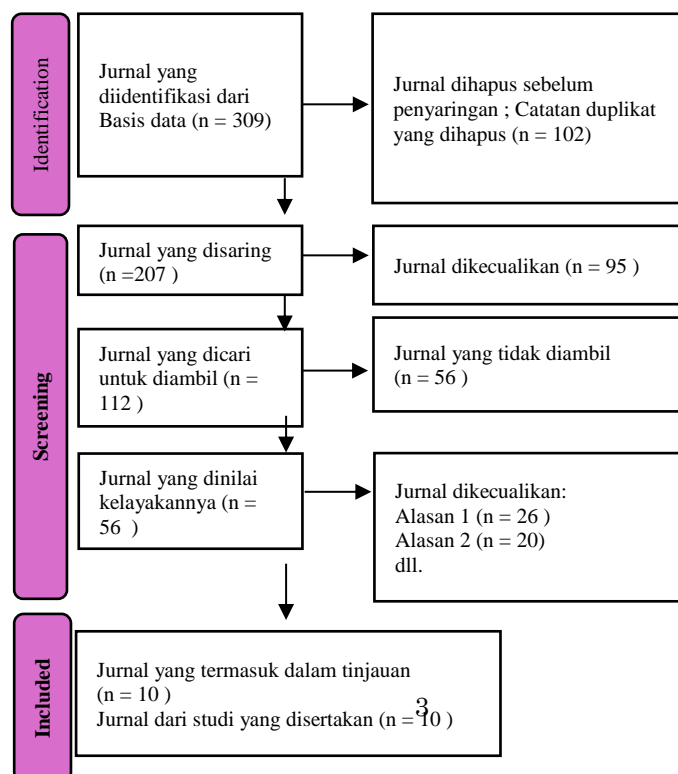
Penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan sistematis literatur (*systematic literature review*/SLR) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mensintesis berbagai studi empiris yang mengkaji hubungan antara *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja dalam konteks penggunaan media sosial. Penelusuran literatur dilakukan secara komprehensif melalui empat pangkalan data elektronik bereputasi, yakni PsycINFO, Scopus, PubMed, dan Google Scholar, dengan rentang waktu publikasi yang dibatasi pada periode 2015 hingga 2024. Kombinasi kata kunci yang digunakan meliputi "*self-discrepancy*," "*adolescent mental health*," "*social media*," "*social comparison*," "*depression*," dan "*psychological well-being*" yang diterapkan menggunakan operator Boolean AND/OR secara sistematis guna memaksimalkan cakupan hasil penelusuran. Kriteria inklusi mencakup artikel empiris berbahasa Inggris maupun Indonesia yang melibatkan partisipan berusia 10–19 tahun serta mengukur konstruk *self-discrepancy* secara eksplisit, sedangkan editorial, laporan kasus tunggal, dan artikel non-empiris dikecualikan sepenuhnya.

Seluruh artikel yang berhasil dihimpun selanjutnya melewati tahapan seleksi berlapis yang dimulai dari penyaringan judul, penelaahan abstrak, hingga evaluasi teks lengkap guna memastikan relevansi dan kesesuaian setiap studi yang diinklusi. Ekstraksi data dilaksanakan secara terstruktur mencakup karakteristik sampel, desain penelitian, instrumen pengukuran yang digunakan, temuan utama, serta variabel moderator yang dilaporkan oleh masing-masing studi. Sintesis dilakukan secara naratif-tematik dengan mengelompokkan temuan berdasarkan pola hubungan antarvariabel yang ditemukan lintas studi, sehingga menghasilkan gambaran yang holistik dan komprehensif mengenai dinamika *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja di era digital (Snyder, 2019).

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Hasil**

#### **1) Screening Artikel Jurnal**



**Journal of Advanced Global Administration, Training, Research, Accounting and Management, 1(1) (2026): 1-12**

CUSTOMER INVOLVEMENT IN NEW PRODUCT DEVELOPMENT: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW OF CO-CREATION STRATEGIES AND INNOVATION OUTCOMES

**Gambar 1.** Flowchart PRISMA

**Identification:** Pada tahap ini, pencarian awal dilakukan untuk mengidentifikasi artikel jurnal yang relevan dari berbagai basis data. Dalam penelitian Anda, sebanyak 309 jurnal berhasil diidentifikasi. Namun, tidak semua jurnal tersebut langsung diproses lebih lanjut. Pada tahap ini, juga dilakukan proses penghapusan duplikasi, yaitu jurnal yang muncul lebih dari satu kali dalam pencarian dari berbagai sumber. Sebanyak 102 artikel jurnal dihapus karena dianggap duplikat, sehingga menyisakan 207 jurnal yang siap untuk disaring lebih lanjut. **Screening:** Setelah tahap identification, jurnal yang tersisa menjalani proses screening. Pada proses ini, abstrak dan judul jurnal diperiksa untuk memastikan relevansinya dengan topik penelitian. Dari 207 jurnal yang disaring, 95 di antaranya dikecualikan karena tidak memenuhi kriteria awal yang telah ditetapkan. Pada tahap ini, artikel yang tidak sesuai dengan fokus penelitian atau kriteria inklusi lainnya dihilangkan.

**Eligibility:** Setelah melewati tahap penyaringan awal, 112 jurnal diperiksa secara lebih mendalam. Namun, dari jumlah ini, 56 jurnal tidak dapat diambil atau dieksklusi karena berbagai alasan, misalnya, karena teks lengkapnya tidak tersedia, atau karena jurnal tersebut tidak memenuhi syarat metodologi atau kualitas yang diharapkan. **Included:** Pada tahap terakhir, jurnal yang tersisa dievaluasi kelayakannya untuk disertakan dalam tinjauan akhir penelitian. Sebanyak 56 jurnal telah dievaluasi kelayakannya, tetapi hanya sejumlah 10 jurnal yang akhirnya disertakan dalam penelitian karena memenuhi semua kriteria yang telah ditetapkan. Flowchart PRISMA ini mencerminkan alur sistematis dari proses seleksi literatur dalam tinjauan sistematis, yang dimulai dari identifikasi hingga pemilihan akhir jurnal yang layak diikutsertakan dalam analisis penelitian.

**2) Hasil Ringkasan Singkat Dari Temuan Utama**

**Tabel 1.** Sintesis Jurnal Temuan

<b>No</b>	<b>Penulis &amp; Tahun</b>	<b>Judul</b>	<b>Fokus Penelitian</b>	<b>Subjek</b>	<b>Metode</b>	<b>Temuan Utama</b>	<b>Implikasi</b>	<b>Relevansi</b>
1	(Sourander & Skokauskas, 2023)	Impact of the Russian Invasion on Mental Health of Adolescents in Ukraine	Dampak konflik bersenjata terhadap PTSD, kecemasan, dan depresi remaja	2.766 siswa usia 11–17 tahun di Ukraina	Cross-sectional	Remaja di wilayah konflik berisiko PTSD 4× lebih tinggi, kecemasan 3× lebih tinggi dibanding wilayah damai	Layanan kesehatan mental berbasis trauma perlu diprioritaskan bagi remaja terdampak konflik	Menunjukkan kerentanan psikologis remaja terhadap tekanan eksternal yang memperparah diskrepansi diri
2	(Yoon et al., 2022)	Gender Difference in the Change of Adolescents' Mental Health and Subjective Wellbeing Trajectories	Perbedaan gender dalam trajektori kesehatan mental remaja	8.612 remaja usia 11–14 tahun di Inggris	Longitudinal	Remaja perempuan mengalami peningkatan kesulitan emosional lebih besar dibanding laki-laki seiring	Intervensi dini berbasis gender penting dilakukan pada masa remaja awal	Memberikan konteks moderator gender dalam hubungan self-discrepancy dan kesehatan

**Journal of Advanced Global Administration, Training, Research, Accounting and Management, 1(1) (2026)**  
Ghana Yoga Mahardika

						bertambahnya usia		mental remaja
3	(Pupelis & Seinauskien, 2026)	Effect of Consumer Self-Discrepancy on Materialism and Impulse Buying	Pengaruh self-discrepancy terhadap materialisme dan perilaku konsumtif impulsif	434 responden dewasa di Lithuania	Survei kuantitatif, analisis mediasi	Diskrepansi diri yang besar menurunkan kepuasan hidup dan meningkatkan materialisme serta pembelian impulsif	Penting memahami mekanisme psikologis di balik perilaku maladaptif akibat diskrepansi diri	Mendukung argumen bahwa self-discrepancy berdampak pada kesejahteraan subjektif, relevan dengan tema utama penelitian
4	(Nomura, 2021)	The Association of Body Image Self-Discrepancy with Female Gender, Calorie-Restricted Diet, and Psychological Symptoms	Hubungan diskrepansi citra tubuh dengan gender, diet, dan gejala psikologis	304 siswa SMP usia rata-rata 13,9 tahun di Jepang	Cross-sectional	Jenis kelamin perempuan, diet ketat, dan gejala psikologis berkorelasi signifikan dengan diskrepansi citra tubuh	Intervensi dini pencegahan gangguan makan berbasis diskrepansi citra tubuh perlu dikembangkan	Langsung relevan: membuktikan hubungan self-discrepancy dengan gejala psikologis pada remaja
5	(Nijholt et al., 2022)	The Effect of Self-Discrepancy on Online Behavior: A Literature Review	Pengaruh self-discrepancy terhadap berbagai perilaku daring	37 artikel dari berbagai basis data	Tinjauan literatur	Internet memungkinkan individu mempresentasikan diri secara bebas dan memperlebar diskrepansi diri melalui berbagai perilaku online	Penelitian lanjutan diperlukan terkait dampak jangka panjang diskrepansi diri di dunia digital	Sangat relevan: mengkaji self-discrepancy dalam konteks internet dan media sosial secara langsung
6	(Lee et al., 2023)	The Differential Roles of Shame and Guilt in the Relationship between Self-Discrepancy and Psychological	Peran rasa malu dan rasa bersalah sebagai mediator self-discrepancy terhadap depresi dan	403 partisipan (kuesioner online)	Survei, Structural Equation Modeling (SEM)	Rasa malu memediasi hubungan ideal self-discrepancy dengan depresi; rasa bersalah memediasi ought self-discrepancy dengan kecemasan	Terapi psikologis sebaiknya menargetkan emosi malu dan bersalah dalam penanganan self-discrepancy	Sangat relevan: mengonfirmasi hubungan langsung self-discrepancy dengan depresi dan kecemasan remaja

**Journal of Advanced Global Administration, Training, Research, Accounting and Management, 1(1) (2026): 1-12**

**CUSTOMER INVOLVEMENT IN NEW PRODUCT DEVELOPMENT: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW OF CO-CREATION STRATEGIES AND INNOVATION OUTCOMES**

		Maladjustment	kecemasan					
7	(Saggioro et al., 2020)	COVID-19 Pandemic Impact on Children and Adolescents' Mental Health	Dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental anak dan remaja secara biologis, lingkungan, dan sosial	Anak-anak dan remaja (kajian berbasis literatur)	Tinjauan naratif	Pandemi memperburuk kecemasan, depresi, dan gangguan pola makan remaja akibat isolasi sosial dan disfungsi lingkungan	Pemantauan psikologis jangka panjang terhadap populasi muda pascapandemi sangat diperlukan	Memberikan konteks kesehatan mental remaja yang relevan sebagai latar sosial penelitian
8	(Cooper et al., 2020)	Loneliness, Social Relationships, and Mental Health in Adolescents During the COVID-19 Pandemic	Hubungan kesepian dan kualitas hubungan sosial dengan kesehatan mental remaja saat pandemi	894 remaja usia 11–16 tahun di Inggris	Longitudinal	Tingkat kesepian yang tinggi berkaitan signifikan dengan gejala kesehatan mental yang lebih berat; kedekatan orang tua bersifat protektif	Penguatan dukungan sosial dan keterlibatan orang tua penting bagi kesehatan mental remaja	Relevan sebagai faktor moderator: isolasi sosial dapat memperkuat self-discrepancy pada remaja
9	(Scott et al., 2021)	Understanding the Role of Self in Auditory Verbal Hallucinations Using a Self-Discrepancy Paradigm	Keterkaitan konten halusinasi auditori verbal dengan representasi diri berdasarkan paradigma self-discrepancy	86 pendengar suara dari sampel klinis transdiagnostik	Studi klinis, kuesioner self-discrepancy	Konten halusinasi negatif mencerminkan diskrepansi antara diri aktual dengan diri ideal, ought, dan feared	Pendekatan terapeutik perlu menargetkan reduksi kesenjangan antara representasi diri positif dan negatif	Relevan secara konseptual: memperkuat validitas paradigma self-discrepancy dalam konteks gangguan psikologis klinis
10	(Xiang et al., 2023)	Learning from Self-Discrepancy via Multiple Co-Teaching for Cross-Domain Person Re-Identification	Pemanfaatan prinsip self-discrepancy dalam algoritma pengenalan individu lintas domain	Dataset skala besar dalam domain computer vision	Eksperimen komputasional, deep learning	Pendekatan self-discrepancy dalam sistem co-teaching meningkatkan akurasi pengenalan individu lintas domain secara signifikan	Konsep self-discrepancy dapat diadaptasi secara interdisipliner di luar bidang psikologi	Relevansi terbatas; memberikan perspektif berbeda bahwa self-discrepancy memiliki aplikasi lintas disiplin ilmu

			berbasis kecerdas an buatan					
--	--	--	--------------------------------------	--	--	--	--	--

## **Pembahasan**

### **Hubungan antara *Self-Discrepancy* dan Kesehatan Mental Remaja**

Sintesis literatur yang dihimpun secara konsisten mengonfirmasi adanya hubungan yang signifikan antara *self-discrepancy* dan kondisi kesehatan mental remaja. Ketimpangan antara *actual self* dengan *ideal self* terbukti secara empiris memicu munculnya simtom depresi, sedangkan kesenjangan antara *actual self* dengan *ought self* lebih kuat berasosiasi dengan munculnya gejala kecemasan klinis (Sourander & Skokauskas, 2023). Mekanisme yang mendasari hubungan ini melibatkan dua emosi intra-psikologis utama, yakni rasa malu yang berfungsi sebagai mediator parsial antara diskrepansi ideal dan depresi, serta rasa bersalah yang berperan sebagai mediator penuh antara diskrepansi *ought* dan kecemasan. Di ranah citra tubuh, diskrepansi antara persepsi fisik aktual dengan standar tubuh ideal yang diinternalisasi terbukti secara signifikan berasosiasi dengan gejala psikologis seperti kelelahan kronis dan suasana hati depresif, terutama pada remaja perempuan (Nijholt et al., 2022). Ketidakselarasan diri yang semakin besar juga terbukti memperlemah kepuasan hidup subjektif individu, yang pada akhirnya mendorong munculnya perilaku-perilaku maladaptif sebagai strategi kompensasi psikologis (Xiang et al., 2023). Lebih jauh, paradigma *self-discrepancy* turut ditemukan relevan dalam konteks klinis, di mana konten halusinasi auditori verbal yang bersifat negatif mencerminkan kesenjangan antara representasi diri aktual individu dengan konstruk diri ideal maupun *feared self* mereka. Keseluruhan temuan ini secara kolektif menegaskan bahwa *self-discrepancy* bukan sekadar konstruk kognitif abstrak, melainkan variabel psikologis yang memiliki konsekuensi nyata terhadap kesejahteraan mental remaja secara menyeluruh.

### **Faktor-Faktor Moderator dalam Hubungan *Self-Discrepancy* dan Kesehatan Mental Remaja**

Berbagai faktor moderator terbukti memainkan peran penting dalam memperkuat maupun melemahkan dampak *self-discrepancy* terhadap kondisi psikologis remaja. Gender merupakan salah satu moderator yang paling konsisten ditemukan, di mana remaja perempuan secara signifikan menunjukkan eskalasi kesulitan emosional dan penurunan kesejahteraan subjektif yang lebih progresif seiring bertambahnya usia dibandingkan rekan laki-laki mereka (Nomura, 2021). Konteks sosial dan lingkungan juga terbukti menjadi moderator yang krusial, sebagaimana ditunjukkan oleh temuan bahwa paparan terhadap situasi traumatis berkepanjangan seperti konflik bersenjata secara dramatis meningkatkan kerentanan psikologis remaja, termasuk memperbesar risiko PTSD, kecemasan, dan depresi hingga beberapa kali lipat. Kualitas relasi sosial, khususnya kedekatan dengan figur orang tua, terbukti berfungsi sebagai faktor protektif yang secara signifikan meredam dampak kesepian dan isolasi terhadap kesehatan mental remaja (Kim et al., 2023). Di sisi lain, kondisi eksternal seperti pandemi yang memaksa pembatasan interaksi sosial terbukti memperparah gejala kecemasan dan depresi remaja melalui mekanisme isolasi, gangguan rutinitas, serta memburuknya dinamika keluarga. Perilaku daring turut berperan sebagai moderator kontekstual yang signifikan, di mana internet memberikan ruang bagi individu untuk mempresentasikan diri secara selektif sekaligus memengaruhi pembentukan panduan diri, yang pada akhirnya memperlebar diskrepansi diri dalam berbagai dimensi perilaku virtual. Keberadaan kondisi klinis yang sudah ada sebelumnya juga menjadi prediktor terkuat bagi trajektori kesehatan mental remaja selanjutnya, menegaskan pentingnya skrining dan intervensi berbasis riwayat psikologis.

**Pola Perkembangan Temuan Penelitian *Self-Discrepancy* dan Kesehatan Mental Remaja**

Selama satu dekade terakhir, pola temuan penelitian mengenai *self-discrepancy* dan kesehatan mental remaja memperlihatkan pergeseran yang signifikan, dari pendekatan klinis individual menuju perspektif yang lebih kontekstual dan ekologis. Studi-studi awal cenderung mengkaji *self-discrepancy* dalam kerangka laboratorium terkontrol, namun penelitian terkini semakin banyak mengeksplorasi bagaimana ekosistem digital dan media sosial membentuk, memperkuat, serta mentransformasi konstruk diskrepansi diri remaja secara dinamis (Scott et al., 2021). Pergeseran paradigma ini juga tampak dari meluasnya aplikasi konsep *self-discrepancy* ke domain-domain lintas disiplin, termasuk dalam pengembangan algoritma kecerdasan buatan untuk pengenalan individu lintas domain, yang membuktikan bahwa konstruk ini memiliki daya generatif yang melampaui batas psikologi klinis konvensional (Lee et al., 2023). Secara keseluruhan, temuan-temuan yang tersintesis dalam tinjauan ini menegaskan urgensi pengembangan intervensi preventif yang responsif terhadap dinamika identitas digital remaja, adaptif terhadap moderator kontekstual, serta berlandaskan pemahaman mendalam tentang mekanisme psikologis yang menghubungkan *self-discrepancy* dengan kesehatan mental secara holistik (Pupelis & Seinauskien, 2026).

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Sintesis literatur periode 2015–2024 secara konsisten mengonfirmasi bahwa *self-discrepancy* memiliki hubungan yang signifikan dan multidimensional terhadap kesehatan mental remaja, yang termanifestasi dalam bentuk depresi, kecemasan, rendahnya kepuasan hidup, serta berbagai perilaku maladaptif lainnya. Faktor-faktor moderator yang terbukti berperan meliputi gender, kualitas relasi sosial, kondisi lingkungan eksternal, dan intensitas perilaku daring, yang secara kolektif menentukan seberapa besar dampak diskrepansi diri terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Pola perkembangan temuan selama satu dekade terakhir menunjukkan pergeseran paradigma dari kajian klinis individual menuju perspektif ekologis yang lebih kontekstual, seiring semakin dominannya ekosistem digital dalam membentuk identitas dan konstruk diri remaja secara dinamis.

**Saran**

1. Konselor dan psikolog sekolah perlu mengembangkan program intervensi preventif berbasis *self-discrepancy* yang responsif terhadap perbedaan gender dan dinamika identitas digital remaja guna menekan risiko depresi dan kecemasan sejak dini.
2. Pembuat kebijakan kesehatan mental hendaknya merancang regulasi penggunaan media sosial yang mempertimbangkan dampak psikologis diskrepansi diri pada remaja, khususnya dalam meminimalkan paparan konten yang memicu komparasi sosial tidak realistis.
3. Penelitian mendatang perlu memperluas kajian *self-discrepancy* dengan desain longitudinal pada populasi remaja Asia, guna menghasilkan bukti empiris yang lebih representatif dan dapat digeneralisasi secara lintas budaya.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Chen, Y. (2025). *A comparative study of state self-esteem responses to social media feedback loops in adolescents and adults*. September, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1625771>
- Cooper, K., Hards, E., Moltrecht, B., Reynolds, S., Shum, A., Mcelroy, E., & Loades, M. (2020). *Loneliness, social relationships, and mental health in adolescents during the COVID-19 pandemic*. January.
- Feijoo, B., Hudders, L., de Brabandere, M., & De Jans, S. (2024). The pressure for the perfect shape. The relation between adolescents' body image self-discrepancy and body image concerns when exposed to sponsored fitfluencer content. In *Advances in advertising research XIV: Harder, better, faster, stronger: Advertising and communication between immediacy and sustainability* (pp. 53–69). Springer.
- Hancock, J., Ph, D., Liu, S. X., & Ph, D. (2022). *Psychological Well-Being and Social Media Use: A Meta-Analysis of Associations between Social Media Use and Depression, Anxiety, Loneliness, Eudaimonic, Hedonic and Social Well-Being*.
- Hong, W., & Ahmad, N. S. (2025). *The Shaping of Youths' Body Image by Social Media : The Interplay between Virtual and Real*. 15(3), 761–773. <https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v15-i3/24868>
- Kim, M., Ryoo, Y., & Kim, E. A. (2023). *Self-Discrepancy as a Motive for Non-Fungible Token (NFT) Acquisition : A Psychological Ownership Perspective*. 0, 0–21.
- Kusci, İ., & Bakır, V. (2026). Developing the social media self-presentation discrepancy scale (SMSDS): psychological and social implications of self-presentation and impression management strategies. *The Journal of Social Psychology*, 1–23.
- Lee, D., Cho, H., & Lee, D. (2023). *The differential roles of shame and guilt in the relationship between self-discrepancy and psychological maladjustment*. September, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1215177>
- Merino, M., Tornero-aguilera, J. F., Rubio-zarapuz, A., Villanueva-tobaldo, C. V., Mart, A., & Javier, V. (2024). *Body Perceptions and Psychological Well-Being : A Review of the Impact of Social Media and Physical Measurements on Self-Esteem and Mental Health with a Focus on Body Image Satisfaction and Its Relationship with Cultural and Gender Factors*.
- Nam, S. Y., Cheuk Ying Crystal, L., Charlton, C., Lai Ming Christy, H., Ming Yin Stephanie, W., Tak Hing Michael, W., Kit Wa Sherry, C., Ho Ming Edwin, L., & Yu Hai Eric, C. (2023). Unpacking the mediating role of resilience in the relationship between ideal-actual self-discrepancy, stressful life events, depression and anxiety: Results from 1,144 young people in an epidemiological study in Hong Kong. *International Journal of Social Psychiatry*, 69(5), 1166–1175.
- Nijholt, A., Mancini, T., Orellana, L., & Huang, J. (2022). *The Effect of Self-Discrepancy on Online Behavior : A Literature Review*. 13(April). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.883736>
- Nomura, K. (2021). *The Association of Body Image Self-Discrepancy With Female Gender , Calorie-Restricted Diet , and Psychological Symptoms Among Healthy Junior High School Students in Japan*. 12(October). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.576089>
- Pupelis, L., & Seinauskien, B. (2026). *Effect of consumer self-discrepancy on materialism and impulse buying : the role of subjective well-being*. 31(2), 222–240. <https://doi.org/10.1108/CEMJ-12-2021-0154>
- Saggiaro, C., Figueiredo, D., & Capucho, P. (2020). *COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors*. January.
- SANKAR, A. (2025). *Social Media Use On Social Comparison And Self Criticism Among Genz And Millennials*.

**Journal of Advanced Global Administration, Training, Research, Accounting and Management, 1(1) (2026): 1-12**

- CUSTOMER INVOLVEMENT IN NEW PRODUCT DEVELOPMENT: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW OF CO-CREATION STRATEGIES AND INNOVATION OUTCOMES
- Scott, M., Rossell, S. L., Toh, W. L., & Thomas, N. (2021). *Understanding the role of self in auditory verbal hallucinations using a self-discrepancy paradigm*. 268–285. <https://doi.org/10.1111/papt.12276>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104(March), 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Sourander, A., & Skokauskas, N. (2023). Impact of the Russian Invasion on Mental Health of Adolescents in Ukraine. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 62(3), 335–343. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2022.07.845>
- Xiang, S., Fu, Y., Guan, M., & Liu, T. (2023). Learning from self - discrepancy via multiple co - teaching for cross - domain person re - identification. *Machine Learning*, 112(6), 1923–1940. <https://doi.org/10.1007/s10994-022-06184-x>
- Yoon, Y., Eisenstadt, M., Tanya, S., & Jessica, L. (2022). Gender difference in the change of adolescents ' mental health and subjective wellbeing trajectories. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01961-4>