



Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Terlalu Berlebihan pada Generasi Muda: Psikiater Mengungkapkan

Description

Dampak Penggunaan Media Sosial yang Berlebihan terhadap Kesehatan Mental Generasi Muda Menurut Profesor Psikiater Terkenal

Menurut Profesor Matthew Sadlier, penggunaan media sosial yang berlebihan sedang menciptakan generasi “orang yang hancur”. Dilaporkan telah terjadi peningkatan lima kali lipat dalam kasus melukai diri yang terlihat di Rumah Sakit Mater selama tiga dekade terakhir dengan penggunaan media sosial yang semakin banyak berkontribusi terhadap berbagai masalah kesehatan mental terutama di kalangan generasi muda.

Dampak Buruk Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental

Pada konferensi Irish Medical Organisation (IMO) di Killarney, disarankan untuk melarang penggunaan smartphone di sekolah dasar mulai tahun ajaran berikutnya dan mengembangkan program rinci untuk mengatasi kecanduan dan kerusakan media sosial. Dilaporkan bahwa penggunaan media sosial berdampak negatif terhadap suasana hati dan pola tidur.

Tindakan yang Diperlukan

Prof Sadlier mendorong tindakan segera karena “krisis” yang terjadi. Perlu upaya untuk mengatur platform media sosial dengan lebih baik serta menawarkan alternatif rekreasi kepada generasi muda sehingga mereka bisa terhubung satu sama lain dengan cara yang lebih sehat.

Dukungan dari Kalangan Profesional

Keluarnya proposal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa banyak generasi muda menghabiskan lebih dari dua jam sehari di media sosial dan hal ini berdampak buruk terhadap emosi dan pola tidur mereka.

Peran Orangtua dalam Mengatasi Masalah

Prof Sadlier juga menyoroti pentingnya peran orangtua dalam memberikan alternatif kegiatan lain kepada anak-anak mereka. Beberapa skandal pelecehan anak telah membuat orangtua enggan membawa anak-anak mereka ke kegiatan tradisional.

Perlunya Tindakan Cepat

Para ahli di bidang data protection juga menekankan pentingnya tindakan cepat dalam menghapus postingan yang berpotensi merugikan anak-anak di media sosial. Diharapkan langkah-langkah yang diambil akan membantu dalam mengurangi dampak negatif dari penggunaan media sosial yang berlebihan.

Ringkasan

Penggunaan media sosial yang berlebihan menciptakan generasi “orang yang rusak”, menurut seorang psikiater konsultan terkemuka. Prof Matthew Sadlier mengatakan bahwa kasus melukai diri telah meningkat lima kali lipat di rumah sakit Mater selama tiga dekade terakhir dengan penggunaan media sosial yang semakin berkontribusi pada berbagai masalah kesehatan mental terutama di kalangan anak muda. Bagaimana pendapat pembaca tentang dampak media sosial pada kesehatan mental? Apakah sudah ada pengalaman yang dirasakan akibat penggunaan media sosial yang berlebihan? Jangan ragu untuk berbagi pendapat dan pengalaman di kolom komentar di bawah!

Sumber berita silahkan Cek di sini [Source link](#) . jangan lupa baca berita/artikel terkait melalui link di bawah. dan silahkan cek tools kehamilan terbaru dari homp.my.id yaitu tools [kalkulator kehamilan](#)