

Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Motivasi dan Kebiasaan Belajar Mahasiswa

Ade Ainun Ashari¹, Gracia Ananda Levi Ritonga², Hafijah Arini Rambe³, Yusi Ayu Dia Putri⁴, Andi Taufiq Umar⁵

Universitas Negeri Medan

ARTICLE INFO

Article history:

Received April 30, 2025

Revised May 23, 2025

Accepted May 28, 2025

Available online June 02, 2025

Kata Kunci:

Media sosial, motivasi belajar, kebiasaan belajar mahasiswa, digitalisasi pendidikan.

Keywords:

Social media, study motivation, study habits, digitalization of education



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap motivasi dan kebiasaan belajar mahasiswa, khususnya pada mahasiswa program studi administrasi perkantoran di era digital. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa, yang berpotensi memberi dampak positif maupun negatif terhadap aktifitas akademik mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei deskriptif. Data dikumpulkan melalui kuensioner digital yang disebarakan kepada 45 mahasiswa aktif berbagai semester. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa menggunakan media sosial setiap hari (97%), dengan durasi lebih dari 3 jam per hari (68%). memperoleh informasi akademik, dan 65% aktif dalam group Diskusi belajar. Namun 60% mengaku sering terganggu saat belajar akibat penggunaan media sosial. Analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kebiasaan belajar, khususnya dalam manajemen waktu dan fokus belajar Sementara itu, pengaruh terhadap motivasi belajar bersifat relatif: beberapa mahasiswa merasa terbantu, sementara yang lain mengalami penurunan fokus.

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of social media use on students' motivation and learning habits, especially for students of the Office Administration Study Program in the digital era. The background of this study is based on the high intensity of social media use among students, which has the potential to have positive or negative impacts on their academic activities. This study uses a quantitative approach with a descriptive survey method. Data were collected through digital questionnaires distributed to 45 active students from various semesters. The results of the analysis show that the majority of students use social media every day (97%), with a duration of more than 3 hours per day (68%). As many as 82% of students feel that social media helps them obtain academic information, and 65% are active in study discussion groups. However, 60% admit that they are often distracted while studying due to the use of social media. Correlation analysis shows a significant relationship between the intensity of social media use and study habits, especially in time management and study focus. Meanwhile, the influence on study motivation is relative: some students feel helped, while others experience decreased focus.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital pada abad ke-21 membawa perubahan besar dalam pola hidup masyarakat, termasuk dalam dunia pendidikan tinggi. Salah satu fenomena paling menonjol adalah masifnya penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa. Platform seperti Instagram, WhatsApp, TikTok, YouTube, dan Telegram tidak hanya digunakan untuk bersosialisasi dan hiburan, tetapi juga mulai merambah sebagai sarana belajar informal dan berbagi informasi akademik. Menurut laporan We Are Social (2023), lebih dari 90% pengguna internet usia 18–24 tahun di Indonesia aktif di media sosial setiap hari, dengan rata-rata penggunaan lebih dari 3 jam per hari.

Bagi mahasiswa, terutama yang lahir dalam era digital (digital native), media sosial dapat menjadi sumber pengetahuan alternatif yang dinamis, interaktif, dan real-time. Beberapa di antaranya mengakses konten edukatif, mengikuti kelas daring dari platform media sosial, hingga tergabung dalam komunitas akademik digital. Akan tetapi, seiring dengan manfaat tersebut, muncul pula kekhawatiran mengenai

*Corresponding author

E-mail addresses: a.taufiq.u@unimed.ac.id

dampak negatif dari penggunaan media sosial yang berlebihan, seperti gangguan konsentrasi, kebiasaan menunda belajar (prokrastinasi), serta penurunan motivasi belajar.

Motivasi belajar dan kebiasaan belajar merupakan dua komponen penting dalam proses akademik mahasiswa. Motivasi, baik intrinsik maupun ekstrinsik, menjadi pendorong utama seseorang untuk bertindak dan mencapai tujuan belajar (Ryan & Deci, 2000). Sementara itu, kebiasaan belajar mencerminkan rutinitas dan disiplin mahasiswa dalam mengatur waktu, fokus, serta strategi belajarnya (Slameto, 2010). Maka, penting untuk mengetahui apakah penggunaan media sosial mendukung atau justru menghambat dua aspek tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap motivasi dan kebiasaan belajar mahasiswa Program Studi Administrasi Perkantoran di Universitas Negeri Medan. Dengan memanfaatkan pendekatan statistik deskriptif dan analisis korelasi, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran kuantitatif tentang fenomena tersebut dan menjadi rujukan dalam pengambilan kebijakan pembelajaran berbasis digital yang lebih adaptif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei deskriptif dan analisis korelasi. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh data yang terukur dan dianalisis secara statistik guna melihat kecenderungan serta hubungan antarvariable.

Populasi dan sample: populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Administrasi Perkantoran, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Medan. Sampel diambil secara purposive, dengan kriteria: 1 mahasiswa aktif semester 2 - 8, 2 memiliki akun media sosial aktif, 3 bersedia menjadi responden. Terdiri atas 90% perempuan dan 10% laki-laki.

Instrumen dan validasi:

Instrumen utama berupa kuensioner tertutup yang terdiri dari 3 bagian: 1 identitas responden, 2 intensitas penggunaan media sosial (frekuensi, durasi, waktu penggunaan, fungsi), 3 indikator motivasi dan kebiasaan belajar. Skala pengukuran menggunakan skala likert 1 - 5. validitas isi diuji melalui expert judgment, dan reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha dengan nilai >0,70 yang menggunakan tingkat konsistensi tinggi.

Teknik analisis data:

Data dianalisis secara deskriptif (frekuensi, presentase, rerata), dan korelasi menggunakan Pearson Product Moment untuk melihat hubungan antara durasi penggunaan media sosial dan tingkat motivasi analisis dilakukan dengan bantuan SPSS versi 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 45 mahasiswa Program Studi Administrasi Perkantoran Universitas Negeri Medan, dengan komposisi 90% perempuan dan 10% laki-laki. Sebagian besar berada pada semester 2-4, usia 18-21 tahun, yang termasuk dalam generasi digital native.

Karakteristik ini relevan karena generasi tersebut tumbuh dengan teknologi digital dan memiliki intensitas tinggi dalam menggunakan media sosial. Hal ini memperkuat urgensi penelitian mengenai dampak media sosial terhadap aktivitas belajar mereka.

Intensitas Penggunaan Media Sosial

Data menunjukkan bahwa 97% mahasiswa mengakses media sosial setiap hari, dan 68% menggunakannya lebih dari 3 jam per hari. Ini mengindikasikan bahwa media sosial merupakan bagian integral dari kehidupan sehari-hari mahasiswa.

Durasi penggunaan media sosial yang tinggi berpotensi memengaruhi pola perilaku akademik. Menurut Junco (2012), mahasiswa yang menggunakan media sosial lebih dari 3 jam per hari cenderung mengalami penurunan skor akademik karena waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar teralihkan.

Namun, hal ini tidak bersifat absolut. Mahasiswa yang mampu memanfaatkan media sosial untuk tujuan edukatif menunjukkan hasil akademik yang lebih stabil. Misalnya, 82% responden dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka menggunakan media sosial untuk memperoleh informasi akademik, seperti materi kuliah, video pembelajaran, dan sumber referensi.

Pengaruh terhadap Motivasi Belajar

Motivasi belajar merupakan faktor internal yang mendorong individu untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Dalam konteks ini, penggunaan media sosial dapat memperkuat atau melemahkan motivasi tersebut.

Sebanyak 70% responden mengaku memiliki motivasi belajar yang tinggi meskipun aktif menggunakan media sosial. Mereka menjelaskan bahwa konten edukatif dari YouTube, Instagram, dan

TikTok—seperti video motivasi belajar, tips belajar efektif, atau ceramah akademik—mampu meningkatkan semangat dan kepercayaan diri mereka dalam belajar.

Menurut Ryan dan Deci (2000), motivasi belajar terdiri dari dua jenis: intrinsik dan ekstrinsik. Mahasiswa yang termotivasi secara intrinsik akan belajar karena merasa puas secara pribadi. Dalam konteks media sosial, konten yang relevan dengan minat mereka (misalnya konten akademik favorit) dapat menumbuhkan motivasi intrinsik.

Namun, media sosial juga dapat menimbulkan motivasi semu jika penggunaannya tidak berorientasi pada pencapaian akademik. Notifikasi yang terus-menerus, budaya FOMO (fear of missing out), dan pencarian validasi sosial (likes dan komentar) dapat mengalihkan fokus belajar dan menurunkan motivasi belajar yang sejati.

Pengaruh terhadap Kebiasaan Belajar

Kebiasaan belajar mencerminkan pola rutinitas dan konsistensi mahasiswa dalam merancang, menjalankan, dan mengevaluasi proses belajarnya. Slameto (2010) menyebutkan bahwa kebiasaan belajar dipengaruhi oleh faktor internal (motivasi, minat, kesehatan) dan eksternal (lingkungan, media, teknologi).

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa 60% mahasiswa sering membuka media sosial saat belajar, dan 50% merasa terganggu fokusnya akibat hal tersebut. Ini menunjukkan adanya potensi disruptive behavior akibat multitasking. Studi Rosen et al. (2013) juga menunjukkan bahwa multitasking dengan media sosial berdampak negatif pada daya serap informasi dan efisiensi belajar.

Namun demikian, sekitar 65% mahasiswa aktif dalam grup belajar berbasis media sosial seperti WhatsApp dan Telegram. Mereka memanfaatkan fitur grup sebagai ruang kolaboratif untuk berbagi catatan, diskusi tugas, dan saling mengingatkan jadwal ujian atau kuliah. Ini mendukung pendapat Madge et al. (2009) bahwa media sosial dapat menjadi ruang pembelajaran informal yang meningkatkan keterlibatan akademik.

Selain itu, ada temuan menarik bahwa 72% mahasiswa tetap memiliki kemandirian belajar yang tinggi. Mereka menyatakan mampu mengatur waktu belajar dengan baik, menggunakan media sosial hanya pada waktu tertentu, dan memprioritaskan tugas-tugas akademik.

Analisis Statistik Korelasional

Analisis statistik menggunakan Pearson Product Moment menunjukkan korelasi negatif sedang antara durasi penggunaan media sosial dengan kedisiplinan belajar ($r = -0,41$). Ini berarti semakin lama mahasiswa mengakses media sosial, semakin menurun kedisiplinannya dalam belajar.

Sementara itu, korelasi positif lemah ditemukan antara intensitas penggunaan media sosial dengan motivasi belajar ($r = +0,32$), yang menunjukkan bahwa meskipun media sosial bisa menumbuhkan semangat belajar, pengaruhnya tidak terlalu kuat tanpa adanya kesadaran dan kontrol diri dari pengguna.

Dengan demikian, media sosial berperan sebagai variabel ambivalen dalam pembelajaran: dapat menjadi pendukung, sekaligus pengganggu, tergantung pada konteks dan intensi penggunaannya.

Implikasi dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian ini, media sosial perlu diposisikan sebagai alat pendukung pembelajaran, bukan sebagai pengganti interaksi belajar yang bermakna. Edukasi literasi digital perlu ditanamkan kepada mahasiswa agar mereka mampu menyaring informasi yang relevan, serta membatasi penggunaan media sosial untuk kepentingan non-akademik saat waktu belajar.

Kampus dan dosen juga dapat mengembangkan sistem pembelajaran berbasis media sosial yang terstruktur, seperti menggunakan grup WhatsApp kelas untuk diskusi ilmiah, membuat konten video pengajaran, atau menggunakan platform YouTube sebagai arsip materi kuliah.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial merupakan fenomena yang tak terelakkan dalam kehidupan akademik mahasiswa di era digital. Temuan dari 45 responden menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi secara umum berkorelasi dengan 2 hal: berpotensi mengganggu kedisiplinan dan kebiasaan belajar, namun juga mampu menjadi sumber motivasi dan informasi akademik bila dimanfaatkan secara bijak.

Terdapat hubungan negatif sedang antara durasi penggunaan media sosial dengan kedisiplinan belajar, yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan penggunaan waktu media sosial yang tinggi cenderung memiliki manajemen waktu belajar yang kurang baik. Di sisi lain, korelasi positif lemah antara penggunaan media sosial dengan motivasi belajar menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mendapatkan dorongan belajar dari konten-konten edukatif yang mereka akses secara daring.

Kesimpulan utama dari penelitian ini adalah bahwa media sosial bukanlah faktor tunggal yang menentukan kualitas belajar mahasiswa, melainkan alat yang dampaknya sangat pada pola penggunaan, kesadaran diri, dan tujuan penggunaannya. Media sosial dapat menjadi sumber gangguan bila digunakan tanpa kontrol, namun juga bisa menjadi instrumen pembelajaran yang efektif apabila diarahkan secara

produktif. Dengan demikian, integrasi media sosial dalam pendidikan harus dilakukan secara sadar, strategis, dan terarah, guna mendukung terciptanya prosesn belajar yang aktif, mandiri, dan bermakna.

REFERENSI

- Junco, R. (2012). The relationship between frequency of Facebook use, participation in Facebook activities, and student engagement. *Computers & Education*, 58(1), 162–171. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.08.004>
- Madge, C., Meek, J., Wellens, J., & Hooley, T. (2009). Facebook, social integration and informal learning at university. *Learning, Media and Technology*, 34(2), 141–155. <https://doi.org/10.1080/17439880902923606>
- Nasution, R., & Fadhil, M. (2021). Pengaruh media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. *Jurnal Teknologi dan Pendidikan*, 5(2), 101–110.
- Rosen, L. D., Carrier, M. A., & Cheever, N. A. (2013). Facebook and texting made me do it: Media-induced task-switching while studying. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 948–958.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.