

EFEK PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA

Oktiana Rahmawati,* Riska Delia Br Pelawi, Royanatul Fitri

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis,

Universitas Bina Sarana Informatika

oktianarhmwt@gmail.com, riskadelia27juni@gmail.com, fitryafiya7@gmail.com

ABSTRACT

Social media use among college students has become a widespread phenomenon. Social media offers various benefits such as ease of communication, fast access to information, and a platform for sharing ideas. However, excessive use can negatively impact academic performance. This research aims to examine the effect of using social media on student learning achievement. The method used is literature study and secondary data analysis from various previous studies. The research results show that there is a significant relationship between social media use and academic achievement, both positive and negative depending on students' usage patterns and self-control.

Keywords: *Social Media, Learning Achievement, Students*

ABSTRAK

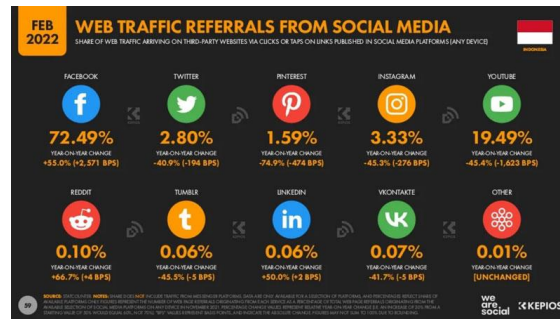
Penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa telah menjadi fenomena yang meluas. Media sosial menawarkan berbagai manfaat seperti kemudahan berkomunikasi, akses informasi yang cepat, dan platform untuk berbagi ide. Namun, penggunaan yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efek penggunaan media sosial terhadap prestasi belajar mahasiswa. Metode yang digunakan adalah studi literatur dan analisis data sekunder dari berbagai penelitian sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan prestasi akademik, baik positif maupun negatif tergantung pada pola penggunaan dan kontrol diri mahasiswa.

Kata Kunci : Media Sosial, Prestasi Belajar, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan mahasiswa. Platform seperti Facebook, Twitter, Instagram, dan WhatsApp tidak hanya digunakan untuk bersosialisasi tetapi juga untuk tujuan akademik seperti diskusi kelompok, berbagi materi kuliah, dan komunikasi dengan dosen. Media sosial menyediakan sarana untuk kolaborasi yang efisien dan real-time, memungkinkan

mahasiswa untuk berinteraksi dengan sesama dan dosen tanpa batasan waktu dan tempat. Indonesia termasuk salah satu negara dengan pengguna media sosial yang tinggi (Rahmi, 2023). Namun, ada kekhawatiran bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengganggu waktu belajar dan menurunkan konsentrasi, yang akhirnya berdampak pada prestasi akademik.



Gambar 1
Data Pengguna Media Sosial

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa baik secara positif maupun negatif. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh perilaku belajar dan lingkungan belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa. Mereka menemukan bahwa mahasiswa yang menggunakan teknologi daring untuk tujuan akademik, seperti mencari informasi terkait mata kuliah atau berdiskusi tentang tugas, cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih baik. Sebaliknya, mahasiswa yang menggunakan media sosial lebih banyak untuk hiburan atau bersosialisasi tanpa batas waktu yang jelas seringkali mengalami penurunan prestasi akademik.

Selain itu, penelitian oleh Mellyana (2019) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial untuk tujuan pendidikan dapat meningkatkan interaksi antara mahasiswa dan dosen serta menyediakan fasilitas diskusi yang efektif, yang secara keseluruhan berdampak pada meningkatnya prestasi akademik mahasiswa. Ia menyoroti bahwa media sosial dapat menjadi alat yang kuat untuk mendukung pembelajaran kolaboratif, di mana mahasiswa dapat saling berbagi ide dan sumber daya, serta menerima umpan balik langsung dari dosen. Namun, penting untuk dicatat bahwa efektivitas penggunaan media sosial untuk tujuan akademik sangat bergantung pada bagaimana mahasiswa mengelola waktu dan penggunaan mereka.

Dalam konteks yang lebih luas, penggunaan media sosial juga dikaitkan dengan pengembangan keterampilan digital yang penting bagi mahasiswa. Kemampuan untuk mencari informasi secara efisien, berkomunikasi secara efektif,

dan berkolaborasi dalam lingkungan digital adalah keterampilan yang semakin diperlukan di dunia kerja saat ini. Namun, tantangan utama adalah bagaimana mahasiswa dapat mengimbangi antara manfaat yang ditawarkan oleh media sosial dan potensi distraksi yang dihasilkan (Zam, 2021).

Fenomena ini juga mencerminkan perubahan dalam pola belajar dan perilaku mahasiswa. Di satu sisi, media sosial dapat memperkaya pengalaman belajar dengan menyediakan akses ke berbagai sumber daya dan komunitas belajar. Di sisi lain, penggunaan yang tidak terkendali dapat menyebabkan kecanduan dan gangguan dalam aktivitas akademik sehari-hari. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut bagaimana penggunaan media sosial dapat dioptimalkan untuk mendukung prestasi belajar mahasiswa tanpa mengorbankan aspek-aspek penting dari proses pembelajaran tradisional (Kurniawan, 2024).

Untuk memahami lebih lanjut efek penggunaan media sosial terhadap prestasi belajar mahasiswa, penelitian ini akan mengeksplorasi berbagai studi dan literatur yang ada, serta menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan antara penggunaan media sosial dan prestasi akademik. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang bagaimana mahasiswa dapat memanfaatkan media sosial secara optimal untuk mendukung pembelajaran mereka dan mencapai prestasi akademik yang lebih baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dan analisis data sekunder. Data dikumpulkan dari berbagai sumber termasuk jurnal akademik, artikel penelitian, dan laporan dari institusi pendidikan. Penelitian ini berfokus pada mengidentifikasi hubungan antara penggunaan media sosial dan prestasi belajar mahasiswa. Analisis dilakukan terhadap pola penggunaan media sosial, durasi penggunaan, dan dampaknya terhadap hasil akademik mahasiswa (Darmalaksana, 2020).

PEMBAHASAN

Penggunaan Media Sosial dan Prestasi Akademik

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat berbagai pandangan mengenai efek penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa. Beberapa penelitian menunjukkan adanya efek positif, sementara yang lain menunjukkan efek negatif.

Efek Positif

Penggunaan media sosial dapat memberikan banyak manfaat bagi mahasiswa jika digunakan dengan bijak. Media sosial dapat digunakan sebagai alat bantu belajar yang efektif, seperti untuk diskusi kelompok, berbagi materi kuliah, dan berkomunikasi dengan dosen. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mulyani (2019), penggunaan media sosial untuk tujuan pendidikan dapat meningkatkan interaksi dan membuka komunikasi antara mahasiswa dan dosen, menyediakan fasilitas diskusi, dan berbagi ilmu serta materi. Hal ini dapat membantu mahasiswa memahami materi yang dibahas dan memiliki pemikiran sendiri tanpa melenceng dari pengetahuan sebenarnya, yang secara keseluruhan berdampak pada meningkatnya prestasi akademik.

Penelitian oleh Fitri (2019) juga menunjukkan bahwa ada tiga faktor utama yang memotivasi mahasiswa menggunakan media sosial yaitu ekspresi diri, komunikasi, dan interaksi sosial. Dari ketiga faktor tersebut, komunikasi memiliki pengaruh signifikan terhadap nilai IPK (GPA) mahasiswa dibandingkan durasi penggunaan media sosial dan usia. Selain itu, penggunaan media sosial juga dapat memberikan akses yang lebih luas ke sumber belajar yang mungkin tidak tersedia di lingkungan akademik tradisional. Mahasiswa dapat memanfaatkan platform seperti YouTube untuk menonton video tutorial, mengikuti kursus online di Coursera atau Khan Academy, dan berpartisipasi dalam forum diskusi di Reddit atau Quora. Akses ke sumber-sumber ini memungkinkan mahasiswa untuk memperdalam pemahaman mereka tentang materi pelajaran dan memperluas wawasan mereka di luar kurikulum yang diajarkan di kelas.



Gambar 2

Data IPK Mahasiswa yang Menggunakan Medsos

Menurut Data Penelitian, diperoleh bahwa nilai IPK mahasiswa yang menggunakan media sosial didominasi pada rentang sangat memuaskan (2.763.50) yaitu sekitar 70.23%. Sedangkan dari 70.23% responden yang memiliki IPK sangat

memuaskan didominasi oleh responden perempuan yaitu 41.81%. Namun walaupun laki-laki paling sebentar menggunakan media sosial, IPK memuaskan didominasi oleh laki-laki yaitu sekitar 4.35% (Mellyna, 2019).

Tabulasi Silang (<i>Crosstab</i>) Jenis Kelamin dan prestasi Belajar					
			Jenis Kelamin		Total
			Perempuan	Laki-laki	
Prestasi Belajar	Tidak memuaskan	Count	9	9	18
		% of Total	3.0%	3.0%	6.0%
	Memuaskan	Count	169	103	272
		% of Total	56.3%	34.3%	90.7%
	Sangat memuaskan	Count	5	5	10
		% of Total	1.7%	1.7%	3.3%
Total	Count	183	117	300	
	% of Total	61.0%	39.0%	100.0%	

Tabulasi Silang (<i>Crosstab</i>) Jenis Kelamin dan prestasi Belajar					
			Jenis Kelamin		Total
			Perempuan	Laki-laki	
Alasan Penggunaan Media Sosial	Tidak baik	Count	3	4	7
		% of Total	1.0%	1.3%	2.3%
	Baik	Count	154	100	254
		% of Total	51.3%	33.3%	84.7%
	Sangat baik	Count	26	13	39
		% of Total	8.7%	4.3%	13.0%
	Total	Count	183	117	300
		% of Total	61.0%	39.0%	100.0%

Penggunaan media sosial untuk berpartisipasi dalam komunitas belajar online juga dapat meningkatkan motivasi belajar. Misalnya, mahasiswa yang bergabung dengan kelompok studi di Facebook atau LinkedIn dapat berbagi ide, bertukar materi, dan mendapatkan dukungan dari rekan-rekan mereka. Ini tidak hanya memperkuat pengetahuan akademik tetapi juga membantu mahasiswa membangun jaringan profesional yang dapat bermanfaat di masa depan.

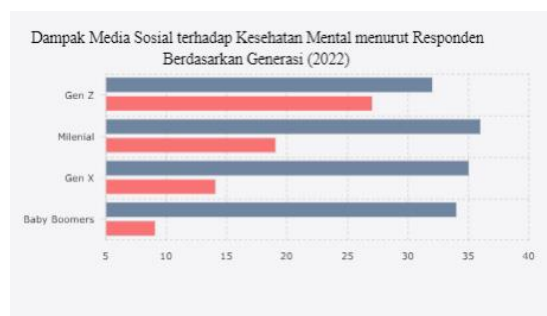
Efek Negatif

Di sisi lain, penggunaan media sosial yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik. Mahasiswa yang terlalu banyak menghabiskan waktu di media sosial mungkin akan mengalami gangguan konsentrasi dan penurunan waktu belajar yang efektif. Menurut penelitian oleh Syifa (2020), dampak negatif yang ditimbulkan dalam menggunakan media sosial dapat mengganggu proses belajar dan menurunkan prestasi akademik mahasiswa . Penelitian oleh Nugraha (2018) juga menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin dan waktu penggunaan media sosial per hari berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar. Sementara itu, faktor seperti umur, jenis jaringan yang digunakan, efek terhadap kesehatan tubuh, dan efek terhadap mental tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar siswa .

Kecanduan media sosial merupakan salah satu masalah utama yang dapat mempengaruhi prestasi akademik. Mahasiswa yang kecanduan media sosial

cenderung menghabiskan banyak waktu untuk menggulir berita, mengunggah foto, dan berinteraksi dengan teman-teman mereka di dunia maya, yang akhirnya mengurangi waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar. Selain itu, notifikasi yang terus-menerus dari aplikasi media sosial dapat mengganggu konsentrasi dan mengurangi produktivitas belajar (Yani, 2023).

Menurut Databooks 2022 menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi. Mahasiswa yang merasa tekanan untuk selalu tampil sempurna di media sosial mungkin mengalami stres yang berkepanjangan, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kinerja akademik mereka. Dalam jangka panjang, masalah kesehatan mental ini dapat mengganggu proses belajar dan menyebabkan penurunan prestasi akademik.



Gambar 3

Data Dampak Medsos terhadap Kesehatan Mental

Pola Penggunaan Media Sosial

Penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa cenderung dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti motivasi, durasi penggunaan, dan jenis aktivitas yang dilakukan. Mahasiswa yang menggunakan media sosial untuk tujuan akademik cenderung menunjukkan peningkatan prestasi belajar dibandingkan dengan mereka yang menggunakannya hanya untuk hiburan atau sosial. Penelitian oleh Fitri (2019) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial untuk kegiatan akademik seperti berbagi materi kuliah, diskusi kelompok, dan komunikasi dengan dosen berkontribusi positif terhadap prestasi belajar mahasiswa. Sebaliknya, penggunaan media sosial untuk kegiatan yang tidak berhubungan dengan akademik, seperti bermain game atau mengunggah konten pribadi, cenderung mengganggu waktu belajar dan menurunkan konsentrasi, yang berdampak negatif pada prestasi akademik.

Untuk mendapatkan manfaat maksimal dari media sosial, mahasiswa perlu mengembangkan kebiasaan penggunaan yang sehat dan bertanggung jawab. Ini

termasuk menetapkan tujuan yang jelas untuk penggunaan media sosial, mengatur waktu dengan bijak, dan menghindari gangguan yang dapat mengganggu konsentrasi. Misalnya, mahasiswa dapat menetapkan jadwal tertentu untuk memeriksa media sosial dan memastikan bahwa waktu belajar mereka tidak terganggu oleh notifikasi yang terus-menerus.

Kontrol Diri dan Manajemen Waktu

Kemampuan mahasiswa untuk mengontrol diri dan mengelola waktu mereka memainkan peran penting dalam menentukan dampak penggunaan media sosial terhadap prestasi belajar. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik dan mampu mengatur waktu dengan efektif cenderung dapat memanfaatkan media sosial untuk meningkatkan pembelajaran mereka tanpa mengorbankan waktu belajar yang penting (Mu'min, 2016).

Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu mengatur waktu penggunaan media sosial dengan baik dapat meminimalkan dampak negatif dan memaksimalkan manfaat positif dari media sosial. Misalnya, menetapkan batas waktu penggunaan media sosial setiap hari dan fokus pada penggunaan untuk tujuan akademik dapat membantu mahasiswa menjaga keseimbangan antara kegiatan akademik dan sosial. Manajemen waktu yang baik juga melibatkan kemampuan untuk memprioritaskan tugas-tugas akademik dan menghindari prokrastinasi. Mahasiswa yang mampu memprioritaskan tugas-tugas penting dan menghindari gangguan dari media sosial cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik. Mereka dapat menggunakan alat-alat manajemen waktu seperti to-do list, kalender akademik, dan aplikasi manajemen tugas untuk membantu mereka tetap terorganisir dan fokus pada tujuan akademik mereka (Marlina, 2023).

Dalam rangka mencapai keseimbangan yang sehat antara penggunaan media sosial dan prestasi akademik, penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan strategi-strategi yang efektif untuk mengelola waktu dan menjaga fokus pada tujuan akademik mereka. Ini termasuk menetapkan batas waktu penggunaan media sosial, memprioritaskan tugas-tugas akademik, dan menghindari gangguan yang dapat mengurangi produktivitas belajar. Dengan demikian, penggunaan media sosial dapat menjadi alat yang kuat untuk mendukung pembelajaran dan meningkatkan prestasi akademik, asalkan digunakan dengan bijak dan dalam batas yang wajar. Mahasiswa perlu mengembangkan kontrol diri yang baik dan kemampuan manajemen waktu untuk memanfaatkan manfaat positif dari media sosial tanpa mengorbankan prestasi

akademik mereka.

KESIMPULAN

Penggunaan media sosial memiliki efek yang kompleks terhadap prestasi belajar mahasiswa. Penggunaan yang bijak dan terkontrol dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan prestasi akademik, sementara penggunaan yang berlebihan dan tidak terkontrol dapat berdampak negatif. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan pola penggunaan media sosial yang seimbang, yang memungkinkan mereka memanfaatkan manfaat positif tanpa mengorbankan prestasi akademik mereka. Dosen dan orang tua juga memiliki peran penting dalam mengawasi dan membimbing mahasiswa dalam penggunaan media sosial agar dapat mendukung proses belajar yang efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmalaksana, W. (2020). Metode penelitian kualitatif studi pustaka dan studi lapangan. Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Databooks.(2022).Ini Media Sosial dengan Pengguna Terbanyak pada Oktober 2022.<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/11/23/ini-media-sosial-dengan-pengguna-terbanyak-pada-oktober-2022>
- Fitri, M. E. Y. (2019). Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Perilaku Belajar Terhadap IPK. Jurnal Benefita, 4(3), 507-525.
- Kurniawan, M. B. (2024). pemanfaatan media sosial dalam pembelajaran pendidikan agama islam di man 1 ngawi (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).
- Lestari, A. (2021). Strategi mahasiswa dalam meningkatkan minat belajar, self-efficacy, self regulated pada pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Didaktis: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan, 21(3).
- Marlina, J. (2023). SELF-MANAGEMENT: ASPEK PENTING DALAM MENINGKATKAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA. Jurnal Alternatif Wacana Ilmiah Interkultural, 12(01).
- Mellyana Eka.(2019).PENGUNAAN MEDIA SOSIAL BERDASARKAN GENDER TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA
- Mulyani, H. (2019). Penggunaan Media Sosial Sebagai Penunjang Dalam Pekuliahan Anggaran Perusahaan Di Program Studi Pendidikan Akuntansi. Jurnal Pendidikan Akuntansi & Keuangan, 3(2), 33-40.
- Mu'min, S. A. (2016). Regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja. Al-TA'DIB: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan, 9(1), 1-20.
- Nugraha, A. I. (2018). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Smartphone Dalam Aktivitas Belajar Mahasiswa Teknologi Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. E-Jurnal Skripsi Program Studi Teknologi Pendidikan, 7(3),

267-282.

- Rahmi, L., Fakhlina, R. J., & Daulay, R. (2023). Penggunaan Media Sosial dan Perilaku Pencarian Informasi Mahasiswa Ilmu Perpustakaan dan Informasi dalam Pembelajaran. *Literatify: Trends in Library Developments*, 286-298.
- Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 83-96.
- Yani, S. F. (2023). Dampak aplikasi Instagram terhadap lifestyle mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi (Doctoral dissertation, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan).
- Zam, E. M. (2021). Peran Literasi Teknologi Informasi Dan Komunikasi Pada Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *EDUTECH: Jurnal Inovasi Pendidikan Berbantuan Teknologi*, 1(1), 9-18.