



The Effect of Social Media Usage Intensity on Student Learning Behavior in Garut Regency

Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Perilaku Belajar Mahasiswa di Kabupaten Garut

Imas Siti^{1*}

¹SMP Al Fauji, Garut, Indonesia

*Surel penulis korespondensi: siti_imas12@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

Diterima: 12 Juli 2026

Direvisi: 27 Juli 2026

Disetujui: 16 Agustus 2026

Terbit: 28 Agustus 2026

HAK CIPTA

© 2026. JPAT.

Surel: admin.jpat@jentera.or.id

CARA MENGUTIP, APA EDISI KETUJUH

Siti, I. (2026). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. *Jurnal Pembelajaran Adaptif dan Teknologi*, 1(1), 21–30.

Karya ini dilisensikan di bawah Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional (CC BY-SA 4.0).

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of social media usage intensity on the learning behavior of students in Garut Regency. The rapid development of information and communication technology has made social media an inseparable part of students' daily activities in the digital era. Social media is not only used as a means of communication and entertainment but is also utilized to support learning activities and access academic information. However, excessive use of social media may affect students' learning behavior, concentration, and study habits. This study employed a quantitative approach using a simple linear regression method. Data were collected through questionnaires distributed to 94 student respondents in Garut Regency. Data analysis was conducted using the Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 23. The analysis indicated that the intensity of social media use had a significant effect on students' learning behavior, with a correlation coefficient of 0.751, indicating a strong relationship. In addition, the coefficient of determination value of 0.565 indicated that social media use contributed 56.5% to students' learning behavior. Overall, social media may have both positive and negative impacts, depending on how students utilize it in their academic activities.

Keywords: social media, learning behavior, students, digital learning, simple linear regression.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang semakin pesat menjadikan media sosial sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas mahasiswa di era digital. Media sosial tidak hanya digunakan sebagai sarana komunikasi dan hiburan, tetapi juga dimanfaatkan untuk mendukung aktivitas pembelajaran dan memperoleh informasi akademik. Namun demikian, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat memengaruhi perilaku belajar, konsentrasi, dan kebiasaan belajar mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear sederhana. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 94 responden mahasiswa di Kabupaten Garut. Teknik analisis data dilakukan menggunakan aplikasi Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 23. Analisis data menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,751 yang berada pada kategori hubungan kuat. Selain itu, nilai koefisien determinasi sebesar 0,565 mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial memberikan kontribusi sebesar 56,5% terhadap perilaku belajar mahasiswa. Secara keseluruhan, media sosial dapat memberikan dampak positif maupun negatif, bergantung pada bagaimana mahasiswa memanfaatkannya dalam aktivitas akademik.

Kata kunci: media sosial, perilaku belajar, mahasiswa, pembelajaran digital, regresi linear sederhana.

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi di era modern telah memberikan dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam bidang pendidikan. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi mendorong masyarakat untuk memanfaatkan internet sebagai sarana memperoleh informasi, berinteraksi, dan mendukung berbagai aktivitas sehari-hari. Produksi informasi saat ini tidak lagi terbatas pada organisasi tertentu, melainkan setiap individu memiliki kesempatan untuk menciptakan, menyebarkan, dan memanfaatkan informasi melalui media digital (Hasan et al., 2023). Salah satu perkembangan teknologi yang paling banyak digunakan masyarakat saat ini adalah media sosial.

Media sosial merupakan media berbasis internet yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi informasi, berkomunikasi, serta membangun hubungan sosial secara virtual. Nasrullah (2015) menyatakan bahwa media sosial merupakan salah satu jenis media internet yang memungkinkan penggunanya mengekspresikan diri, berinteraksi, berbagi, berkolaborasi, dan menjalin hubungan sosial dengan pengguna lainnya dalam ruang digital (Meikle, 2016; Purnama & Asdlori, 2023). Sementara itu, Luttrell, (2025) menjelaskan bahwa media sosial merupakan layanan berbasis web yang memungkinkan individu membangun profil publik maupun semi publik, membuat hubungan sosial, serta melihat dan menjelajahi koneksi dengan pengguna lain. Perkembangan media sosial saat ini semakin pesat dengan hadirnya berbagai platform seperti Instagram, WhatsApp, TikTok, YouTube, Facebook, dan X (Twitter) yang banyak digunakan oleh masyarakat, khususnya mahasiswa.

Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat penggunaan media sosial tertinggi di dunia. Berdasarkan laporan DataReportal (2023), jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia mencapai 167 juta pengguna atau sekitar 60,4% dari total populasi. Tingginya penggunaan media sosial tersebut menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian penting dalam aktivitas masyarakat digital, termasuk dalam lingkungan pendidikan. Kehadiran media sosial memberikan kemudahan dalam memperoleh informasi, memperluas komunikasi, serta mendukung aktivitas pembelajaran secara daring. Namun demikian, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat mempengaruhi perilaku dan aktivitas belajar mahasiswa.

Intensitas penggunaan media sosial merupakan tingkat aktivitas individu dalam menggunakan media sosial yang meliputi perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi penggunaan. Ajzen, (1991) menjelaskan bahwa perhatian berkaitan dengan ketertarikan individu terhadap aktivitas tertentu, sedangkan penghayatan berkaitan dengan pemahaman dan keterlibatan individu dalam menggunakan media sosial. Selain itu, durasi menunjukkan lamanya waktu penggunaan media sosial, sedangkan frekuensi menunjukkan seberapa sering individu mengakses media sosial dalam periode tertentu. Tingginya intensitas penggunaan media sosial dapat mempengaruhi pola perilaku individu, termasuk perilaku belajar mahasiswa.

Perilaku belajar merupakan serangkaian tindakan dan kebiasaan yang dilakukan individu dalam proses pembelajaran untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, maupun perubahan perilaku. Slavin et al., (2025) menjelaskan bahwa perilaku belajar mencakup tindakan, respons, dan perubahan yang muncul ketika individu memproses informasi baru dan mengaplikasikannya dalam penyelesaian masalah. Sementara itu, Bandura, (1986) menjelaskan bahwa perilaku belajar dipengaruhi oleh proses pengamatan, pengalaman, serta interaksi sosial yang terjadi di lingkungan sekitar. Dalam konteks pendidikan, perilaku belajar mahasiswa dapat dilihat dari kebiasaan belajar, konsentrasi, kedisiplinan, keaktifan mengikuti pembelajaran, hingga kemampuan menyelesaikan tugas akademik.

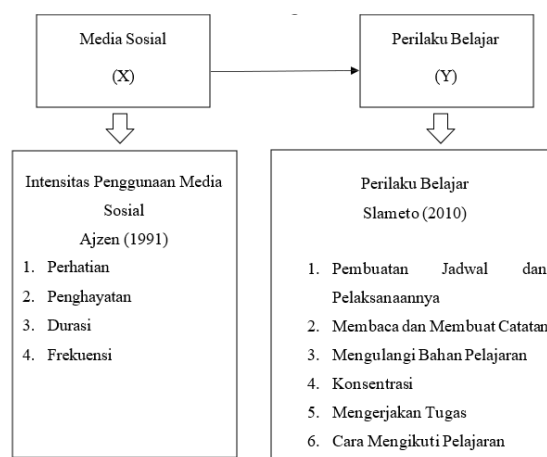
Slameto, (2010) menjelaskan bahwa perilaku belajar dipengaruhi oleh berbagai kebiasaan belajar seperti pembuatan jadwal belajar, membaca dan membuat catatan, mengulangi materi pelajaran, konsentrasi belajar, mengerjakan tugas, serta cara mengikuti proses pembelajaran. Dalam era digital, penggunaan media sosial dapat memberikan pengaruh terhadap kebiasaan belajar mahasiswa. Media sosial dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi pembelajaran dan media diskusi akademik, namun penggunaan yang berlebihan juga dapat mengurangi konsentrasi belajar serta menurunkan efektivitas pembelajaran mahasiswa.

Mahasiswa merupakan kelompok yang sangat aktif dalam penggunaan media sosial karena berada pada fase *emerging adulthood*, yaitu masa transisi dari remaja menuju dewasa yang ditandai dengan dinamika psikologis dan emosional yang cukup tinggi. Hayani et al., (2022) menjelaskan bahwa mahasiswa lebih rentan mengalami ketergantungan internet dibandingkan kelompok sosial lainnya. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat memberikan dampak positif maupun negatif terhadap perilaku belajar mahasiswa (Chen & Xiao, 2022). Media sosial dapat dimanfaatkan sebagai sarana memperoleh informasi, berdiskusi, dan mendukung proses pembelajaran digital. Akan tetapi, penggunaan media sosial yang tidak terkontrol juga dapat mengalihkan perhatian mahasiswa dari aktivitas belajar dan menurunkan efektivitas pembelajaran.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Akmal et al., (2024) menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengurangi fokus mahasiswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Namun demikian, penelitian lain yang dilakukan oleh Alalwan, (2022) menunjukkan bahwa media sosial juga dapat memberikan dampak positif terhadap minat belajar mahasiswa apabila dimanfaatkan secara tepat dalam aktivitas akademik. Perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa masih menjadi fenomena yang menarik untuk dikaji lebih lanjut.

Meskipun penelitian mengenai penggunaan media sosial dalam pendidikan telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pengaruh media sosial terhadap motivasi belajar, komunikasi digital, maupun interaksi sosial mahasiswa. Penelitian yang secara khusus menganalisis pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut masih relatif terbatas. Selain itu, perkembangan media sosial yang semakin pesat menyebabkan pola perilaku belajar mahasiswa terus mengalami perubahan sehingga diperlukan penelitian yang lebih kontekstual sesuai kondisi saat ini. Dengan demikian, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dalam menganalisis pengaruh intensitas penggunaan media sosial yang ditinjau dari aspek perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut.

Berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu, penelitian ini mengidentifikasi bahwa intensitas penggunaan media sosial yang terdiri atas perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi penggunaan diduga memiliki pengaruh terhadap perilaku belajar mahasiswa. Hubungan antar variabel penelitian disajikan dalam kerangka penelitian pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka Penelitian

Berdasarkan kerangka penelitian tersebut, hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H₀: Intensitas penggunaan media sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut.

H₁: Intensitas penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang teknologi pendidikan serta menjadi bahan evaluasi bagi mahasiswa dan tenaga pendidik dalam memanfaatkan media sosial secara bijak dan produktif dalam proses pembelajaran di era digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linear sederhana untuk menganalisis pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian berfokus pada pengukuran hubungan antar variabel melalui data numerik yang diperoleh dari penyebaran kuesioner kepada responden (Sugiyono, 2011). Metode regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independen yaitu intensitas penggunaan media sosial dan variabel dependen yaitu perilaku belajar mahasiswa. Variabel intensitas penggunaan media sosial diadaptasi dari teori Ajzen, (1991) yang meliputi perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi penggunaan media sosial. Sementara itu, variabel perilaku belajar diadaptasi dari teori Slameto, (2010) yang terdiri atas pembuatan jadwal belajar, membaca dan membuat catatan, mengulangi bahan pelajaran, konsentrasi, mengerjakan tugas, serta cara mengikuti pelajaran. Operasionalisasi variabel penelitian disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Dimensi	Indikator
Intensitas Penggunaan Media Sosial (X) Ajzen (1991)	Perhatian	Tingkat fokus mahasiswa saat menggunakan media sosial dan respons terhadap konten pembelajaran
	Penghayatan	Keterlibatan emosional dan diskusi mahasiswa terhadap informasi yang diperoleh dari media sosial
	Durasi	Lama waktu penggunaan media sosial dan intensitas akses harian
	Frekuensi	Frekuensi penggunaan media sosial dan variasi jenis konten yang diakses
Perilaku Belajar (Y) Slameto (2010)	Pembuatan Jadwal dan Pelaksanaannya	Menyusun dan melaksanakan jadwal belajar secara teratur
	Membaca dan Membuat Catatan	Membaca materi pembelajaran dan membuat catatan penting
	Mengulangi Bahan Pelajaran	Mengulang dan memahami kembali materi pembelajaran
	Konsentrasi	Fokus dan perhatian mahasiswa saat proses pembelajaran
	Mengerjakan Tugas	Ketepatan dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas
	Cara Mengikuti Pelajaran	Keaktifan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran

Sumber: Ajzen (1991) & Slameto (2010)

Populasi dalam penelitian ini adalah 1.567 mahasiswa di Kabupaten Garut yang aktif menggunakan media sosial dalam aktivitas sehari-hari. Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10% sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 94 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* agar setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk menjadi responden penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner tertutup dengan skala Likert 5 poin, mulai dari skor 1 (sangat tidak setuju) hingga skor 5 (sangat setuju). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara daring kepada mahasiswa di Kabupaten Garut. Selain itu, penelitian ini juga didukung oleh studi literatur yang berasal dari jurnal ilmiah, buku, artikel penelitian, serta referensi akademik lainnya yang relevan dengan penggunaan media sosial dan perilaku belajar mahasiswa.

Sebelum dilakukan analisis data, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui ketepatan item pernyataan dalam mengukur variabel penelitian, sedangkan uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian (Ghozali, 2016).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan aplikasi Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 23. Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa. Tahapan analisis meliputi uji asumsi klasik yang terdiri atas uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji autokorelasi, kemudian dilanjutkan dengan analisis koefisien korelasi, koefisien determinasi, uji t, uji F, serta persamaan regresi linear sederhana untuk mengetahui hubungan dan pengaruh antar variabel penelitian (Hair et al., 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Kabupaten Garut untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 94 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Berdasarkan hasil pengolahan data, mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki dengan persentase sebesar 64%, sedangkan responden perempuan sebesar 36%. Selain itu, responden penelitian berasal dari berbagai fakultas dengan dominasi responden berasal dari Fakultas Teknik sebesar 26%, diikuti Fakultas Kewirausahaan sebesar 18%, serta Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik dan Fakultas Pendidikan Islam dan Keguruan masing-masing sebesar 15%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial cukup tinggi pada mahasiswa dari berbagai bidang keilmuan.

Uji Instrumen Penelitian

Uji instrumen penelitian dilakukan melalui uji validitas dan uji reliabilitas untuk mengetahui kelayakan instrumen penelitian sebelum dilakukan analisis data lebih lanjut. Uji validitas dilakukan dengan membandingkan nilai Corrected Item Total Correlation (r hitung) dengan nilai r tabel. Nilai r tabel diperoleh melalui rumus $df = n - 2$, sehingga diperoleh nilai df sebesar 92 dengan r tabel sebesar 0,1707. Hasil pengujian menunjukkan bahwa sebagian besar item pernyataan memiliki nilai r hitung lebih besar dibandingkan r tabel sehingga item pernyataan dinyatakan valid. Namun demikian, terdapat beberapa item yang dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria validitas, yaitu item X6, Y2, dan Y6, seperti yang disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas

Indikator	Corrected Item Total Correlation	Keterangan
X1	0,236	Valid
X2	0,410	Valid
X3	0,281	Valid
X4	0,464	Valid
X5	0,685	Valid
X7	0,561	Valid
X8	0,613	Valid
Y1	0,520	Valid
Y3	0,715	Valid
Y4	0,788	Valid
Y5	0,463	Valid
Y7	0,596	Valid
Y8	0,772	Valid
Y9	0,637	Valid
Y10	0,717	Valid
Y11	0,474	Valid
Y12	0,495	Valid

Sumber: Hasil Olah Peneliti (2026)

Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode *Cronbach's Alpha* untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Instrumen penelitian dinyatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60. Berdasarkan hasil pengujian, variabel intensitas penggunaan media sosial memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,903, sedangkan variabel perilaku belajar

mahasiswa memperoleh nilai sebesar 0,895. Hasil tersebut menunjukkan bahwa seluruh instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik dan layak digunakan dalam penelitian, seperti yang disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Intensitas Penggunaan Media Sosial	0,903	Reliabel
Perilaku Belajar Mahasiswa	0,895	Reliabel

Sumber: Hasil Olah Peneliti (2026)

Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan sebelum analisis regresi linear sederhana untuk memastikan bahwa data penelitian memenuhi asumsi statistik sehingga model regresi layak digunakan. Pengujian dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji heteroskedastisitas. Hasil pengujian asumsi klasik disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Asumsi Klasik

Jenis Pengujian	Hasil	Kriteria	Keterangan
Uji Normalitas (Kolmogorov-Smirnov)	0,151	Sig. > 0,05	Data berdistribusi normal
Uji Heteroskedastisitas (Uji Park)	0,142	Sig. > 0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Sumber: Hasil Olah Peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,151 lebih besar dari 0,05 sehingga data penelitian dinyatakan berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji heteroskedastisitas menggunakan uji Park menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,142 lebih besar dari 0,05 sehingga model regresi dinyatakan tidak mengalami heteroskedastisitas. Dengan demikian, data penelitian telah memenuhi asumsi klasik dan layak digunakan dalam analisis regresi linear sederhana.

Analisis Regresi Linear Sederhana

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan yang kuat terhadap perilaku belajar mahasiswa. Hal tersebut ditunjukkan melalui nilai koefisien korelasi sebesar 0,751 yang berada pada kategori hubungan kuat. Selain itu, hasil koefisien determinasi menunjukkan nilai sebesar 0,565 yang berarti intensitas penggunaan media sosial memberikan pengaruh sebesar 56,5% terhadap perilaku belajar mahasiswa, sedangkan sisanya sebesar 43,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Pengujian	Hasil
Koefisien Korelasi (R)	0,751
Koefisien Determinasi (R ²)	0,565
F Hitung	119,342
Sig. F	0,000
Persamaan Regresi	$Y = 11,552 + 1,141X$

Sumber: Hasil Olah Peneliti (2026)

Hasil koefisien korelasi sebesar 0,751 menunjukkan bahwa hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan perilaku belajar mahasiswa berada pada kategori kuat. Selain itu, nilai koefisien determinasi sebesar 0,565 menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memberikan

kontribusi pengaruh sebesar 56,5% terhadap perilaku belajar mahasiswa, sedangkan sisanya sebesar 43,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Persamaan regresi yang diperoleh yaitu $Y = 11,552 + 1,141X$ yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan intensitas penggunaan media sosial akan meningkatkan perilaku belajar mahasiswa sebesar 1,141.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji t untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. Hasil pengujian hipotesis disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis (Uji t)

Variabel	t Hitung	t Tabel	Sig.	Keterangan
Intensitas Penggunaan Media Sosial → Perilaku Belajar	10,924	1,986	0,000	H ₁ diterima

Sumber: Hasil Olah Peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 6, diperoleh nilai t hitung sebesar 10,924 lebih besar dibandingkan t tabel sebesar 1,986 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H₁ diterima dan H₀ ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dalam aktivitas sehari-hari dapat mempengaruhi kebiasaan belajar, konsentrasi, serta keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,751 menunjukkan bahwa hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan perilaku belajar berada pada kategori kuat. Selain itu, hasil koefisien determinasi sebesar 56,5% menunjukkan bahwa media sosial memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap perubahan perilaku belajar mahasiswa.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mendoza et al., (2022) yang menjelaskan bahwa media sosial memiliki pengaruh terhadap perilaku belajar mahasiswa, baik dalam aspek positif maupun negatif. Media sosial dapat membantu mahasiswa memperoleh informasi akademik, berdiskusi, serta memperluas akses pembelajaran digital. Namun demikian, penggunaan media sosial yang berlebihan juga berpotensi mengurangi fokus belajar mahasiswa dan meningkatkan ketergantungan terhadap aktivitas digital di luar kebutuhan akademik. Penelitian Sitorus et al., (2025) juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki hubungan terhadap aktivitas akademik mahasiswa karena media sosial menjadi salah satu sarana yang banyak digunakan mahasiswa dalam memperoleh informasi pembelajaran serta mendukung komunikasi akademik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa media sosial dapat memberikan dampak positif terhadap perilaku belajar apabila digunakan secara bijak dan produktif. Mahasiswa memanfaatkan media sosial sebagai sarana berbagi informasi, mencari referensi pembelajaran, serta mendukung komunikasi akademik melalui platform digital seperti WhatsApp, YouTube, dan Instagram. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahman et al., (2023) yang menjelaskan bahwa penggunaan media sosial dapat meningkatkan minat dan keterlibatan belajar mahasiswa apabila dimanfaatkan dalam kegiatan pembelajaran. Penelitian Malay et al., (2025) juga menjelaskan bahwa penggunaan media sosial yang

tepat dapat membantu siswa dan mahasiswa dalam meningkatkan akses terhadap sumber belajar digital sehingga proses pembelajaran menjadi lebih fleksibel dan interaktif.

Selain itu, hasil penelitian mendukung teori Ajzen, (1991) yang menjelaskan bahwa perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi penggunaan media sosial dapat mempengaruhi perilaku individu. Dalam konteks penelitian ini, semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial mahasiswa, maka semakin besar pula pengaruhnya terhadap perilaku belajar mahasiswa baik dalam aspek positif maupun negatif. Temuan ini juga didukung oleh teori Bandura, (1977) yang menjelaskan bahwa perilaku belajar dipengaruhi oleh pengalaman, interaksi sosial, serta lingkungan belajar individu. Media sosial sebagai bagian dari lingkungan digital mahasiswa secara tidak langsung membentuk pola belajar, kebiasaan belajar, serta cara mahasiswa memperoleh informasi pembelajaran.

Sementara itu, Slameto, (2010) menjelaskan bahwa perilaku belajar dipengaruhi oleh kebiasaan belajar seperti konsentrasi, pengelolaan waktu, membaca, dan mengerjakan tugas. Penggunaan media sosial yang tidak terkontrol dapat mempengaruhi kebiasaan belajar tersebut sehingga mahasiswa perlu memiliki kemampuan dalam mengelola penggunaan media sosial secara bijak dan seimbang (Bu'ulolo & Hulu, 2025). Penelitian Kasih et al., (2026) dan Rahmah et al., (2025) juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mempengaruhi perilaku belajar serta kedisiplinan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang teknologi pendidikan dengan menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial tidak selalu memberikan dampak negatif terhadap mahasiswa, tetapi juga dapat mendukung perilaku belajar apabila dimanfaatkan secara tepat dalam aktivitas akademik. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan evaluasi bagi perguruan tinggi dalam mengarahkan pemanfaatan media sosial sebagai media pendukung pembelajaran yang lebih efektif, produktif, dan adaptif di era digital.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku belajar mahasiswa di Kabupaten Garut. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai t hitung sebesar 10,924 > t tabel sebesar 1,986 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis penelitian diterima. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,751 menunjukkan hubungan yang kuat, sedangkan koefisien determinasi sebesar 0,565 menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memberikan kontribusi sebesar 56,5% terhadap perilaku belajar mahasiswa, sementara 43,5% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial tidak selalu memberikan dampak negatif, tetapi dapat mendukung aktivitas belajar apabila digunakan secara bijak dan produktif. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengelola penggunaan media sosial secara seimbang untuk mendukung proses pembelajaran. Perguruan tinggi juga dapat mengarahkan pemanfaatan media sosial sebagai media pendukung pembelajaran yang adaptif dan edukatif. Penelitian selanjutnya disarankan mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku belajar mahasiswa agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (1991). The Theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*.
- Akmal, M. F., Ratumbusang, M. F. N. G., Hasanah, M., & Nor, B. (2024). Pengaruh media sosial terhadap motivasi belajar mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP ULM. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 12(2), 168–175.

- Alalwan, N. (2022). Actual use of social media for engagement to enhance students' learning. *Education and Information Technologies*, 27(7), 9767–9789.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, 1986(23–28), 2.
- Bu'ulolo, W., & Hulu, M. K. (2025). Peran Media Sosial Dalam Meningkatkan Atau Menghambat Produktivitas Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan Dan Teknik*, 2(1), 51–59.
- Chen, M., & Xiao, X. (2022). The effect of social media on the development of students' affective variables. *Frontiers in Psychology*, 13, 1010766.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23*.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2013). *Multivariate Data Analysis*. Pearson Education Limited. <https://books.google.co.id/books?id=VvXZnQEACAAJ>
- Hasan, K., Husna, A., Muchlis, M., Fitri, D., & Zulfadli, Z. (2023). Transformasi komunikasi massa era digital antara peluang dan tantangan. *JPP Jurnal Politik Dan Pemerintahan*, 8(1), 41–55.
- Hayani, S., Dahlia, D., Khairani, M., & Amna, Z. (2022). Kecanduan internet dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 5(2), 177–208.
- Kasih, A. D., Putri, F. D., Astuti, D. T. P., & Maharani, M. (2026). Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Belajar Peserta Didik. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 4644–4648.
- Luttrell, R. (2025). *Social media: How to engage, share, and connect*. Bloomsbury Publishing USA.
- Malay, I., Tania, C., Ardiansyah, F. R., Adifka, M. S., & Irawan, N. S. (2025). Dampak penerapan teknologi dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran di lingkungan pendidikan sekolah dan universitas. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 14–29.
- Meikle, G. (2016). *Social media: Communication, sharing and visibility*. Routledge.
- Mendoza, M. D., Hutajulu, O. Y., Lubis, A. R., Rahmadani, R., & Putri, T. T. A. (2022). Pengaruh penggunaan media sosial dalam pendidikan terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 15(2), 68–80.
- Purnama, Y., & Asdlori, A. (2023). The role of social media in students' social perception and interaction: Implications for learning and education. *Technology and Society Perspectives (TACIT)*, 1(2), 45–55.
- Rahmah, S., Huda, N., & Sabirin, M. (2025). Pengaruh penggunaan media sosial TikTok terhadap kedisiplinan belajar peserta didik Madrasah Tsanawiyah. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(8), 10197–10203.
- Rahman, M., Nursyabilah, I., Astuti, P., Syam, M. I., Mukramin, S., & Kurnawati, W. O. I. (2023). Pemanfaatan media sosial sebagai media pembelajaran. *Journal on Education*, 5(3), 10646–10653.
- Sitorus, C., Amanda, Y., Alim, J. A., & Anggriani, M. D. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Mahasiswa PGSD. *JURNAL ILMIAH NUSANTARA*, 2(6), 1215–1228.
- Slameto, B. (2010). Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. In *Rineka Cipta*.
- Slavin, R. E., Madden, N., & Ross, S. (2025). *Educational psychology: Theory and practice*. ERIC.
- Sugiyono, S. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.