



Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Manajemen Universitas Teuku Umar

Tia Yumaida

Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi Universitas Teuku Umar

Email korespodensi: tiayumaida2003@gmail.com

Diterima: 20-06-2025 | Disetujui: 26-06-2025 | Diterbitkan: 01-07-2025

ABSTRACT

The rapid growth of technology in Indonesia has brought about major changes to community life. The ease of accessing various information and interacting without limits makes social media a very active space used in everyday life. However, behind its convenience, concerns arise about its impact on students' concentration in learning. The purpose of this study was to determine the effect of social media use on the concentration of students in the Management study program at Teuku Umar University. Through a quantitative analysis method with a survey method approach involving respondents, it is expected to provide a real picture of the influence between research variables. Data were obtained through questionnaires and analyzed using simple linear regression techniques to obtain a more measurable analysis. The results of the study showed that the use of social media has an effect on students' concentration in learning. This finding indicates the importance of time management and wise use of social media by students in order to stay focused on the learning process. This study is expected to be an input for students, lecturers, and educational institutions to create a more conducive learning environment amidst the development of digital technology.

Keywords: Concentration, Social Media, Students, Teuku Umar University

ABSTRAK

Pertumbuhan teknologi di Indonesia yang begitu pesat telah menghadirkan perubahan besar terhadap kehidupan bermasyarakat. Kemudahan dalam mengakses berbagai informasi serta berinteraksi tanpa batas menjadikan media sosial sebagai ruang yang sangat aktif digunakan dalam keseharian. Namun, di balik kemudahannya, muncul kekhawatiran terhadap dampaknya terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa program studi Manajemen di Universitas Teuku Umar. Melalui metode analisis kuantitatif dengan pendekatan metode survei yang melibatkan responden diharapkan mampu memberikan gambaran yang nyata terhadap pengaruh antar variabel penelitian. Data diperoleh melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan teknik regresi linear sederhana untuk memperoleh analisis yang lebih terukur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan pentingnya pengelolaan waktu dan penggunaan media sosial secara bijak oleh mahasiswa agar tetap fokus dalam proses belajar. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi mahasiswa, dosen, dan institusi pendidikan untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif di tengah perkembangan teknologi digital.

Kata Kunci: Konsentrasi, Media Sosial, Mahasiswa, Universitas Teuku Umar

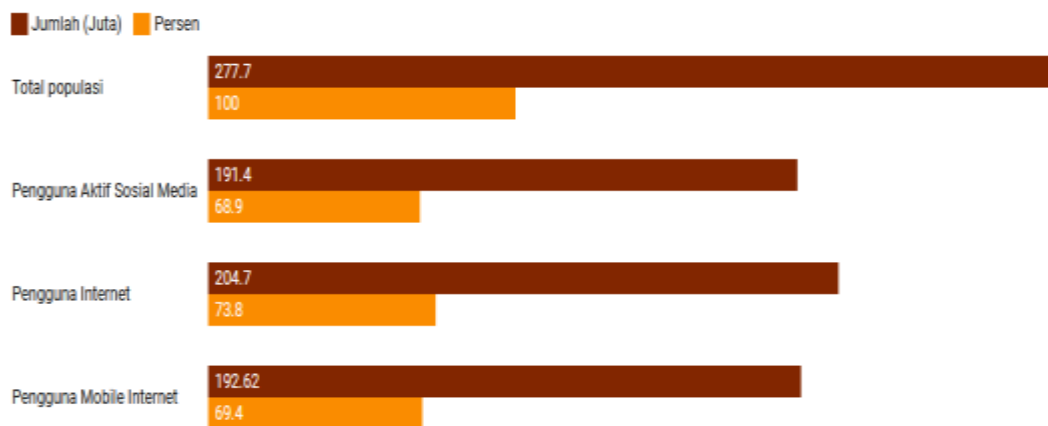
Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Tia Yumaida. (2025). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Manajemen Universitas Teuku Umar. *Indonesia Economic Journal*, 1(2), 314-324.
<https://doi.org/10.63822/jd810w61>

*Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar
Mahasiswa Manajemen Universitas Teuku
Umar
(Tia Yumaida,.)*

PENDAHULUAN

Pertumbuhan teknologi di Indonesia yang begitu pesat telah menghadirkan perubahan besar terhadap kehidupan bermasyarakat. Ketergantungan kehidupan masyarakat saat ini pada teknologi seperti Internet menjadi media utama dalam memperoleh dan bertukar informasi dengan cepat, mudah dan luas. Media sosial merupakan salah satu teknologi informasi berupa platform berbasis internet yang memungkinkan manusia untuk berbagi informasi, pesan teks, gambar dan suara. Media sosial saat ini menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari untuk berbagi informasi, terutama dikalangan remaja dan mahasiswa (Fauziah et al., 2024). Menurut (Ardiyanti et al., 2025) media sosial saat ini telah menjamah kesemua kalangan mulai dari anak-anak hingga orang dewasa sehingga menjadikannya sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Grafik Pengguna Media Sosial di Indonesia Tahun 2024

Sumber: We Are Social & Kepios. (2024). *Digital 2024: Indonesia*. <https://datareportal.com>

Berdasarkan grafik diatas, dari data statistik global Tahun 2024 Indonesia memiliki total populasi sebesar 277,7 juta jiwa, dari jumlah tersebut sebanyak 191,4 juta jiwa atau 68,9% dari total populasi adalah pengguna aktif media sosial. Jumlah ini menunjukkan bahwa sebahagian besar masyarakat Indonesia aktif bermain media sosial, seperti *Instagram*, *Facebook*, *WhatsApp*, *Tiktok* dan sebagainya. Dari data tersebut menegaskan bahwa pemakaian media sosial di kalangan masyarakat saat ini sudah sangat aktif, sehingga mencerminkan tingginya ketergantungan masyarakat terhadap teknologi digital dan komunikasi yang berbasis internet. Oleh sebab itu, fenomena ini membawa berbagai dampak sosial termasuk dalam konteks akademik, dimana media sosial dapat mempengaruhi konsentrasi belajar dikalangan mahasiswa.

Kemudahan dalam mengakses informasi dan berkomunikasi melalui media sosial memberikan banyak manfaat bagi mahasiswa. Namun, jika penggunaannya tidak dikontrol dengan baik, media sosial justru dapat menimbulkan kecanduan. Menurut beberapa penelitian, kecanduan media sosial dapat berdampak negatif terhadap minat dan motivasi belajar mahasiswa, yang pada akhirnya menyebabkan penurunan konsentrasi saat belajar (Hardono et al., 2019). Dalam praktiknya, mahasiswa sering kali lebih fokus pada aktivitas hiburan di media sosial, seperti menonton konten atau berinteraksi secara sosial,

dibandingkan memanfaatkannya untuk kepentingan akademik (Rabaani & Indriyani, 2024). Oleh karena itu, diperlukan kesadaran dan pengendalian diri dalam menggunakan media sosial agar tidak mengganggu proses belajar dan pencapaian akademik mahasiswa.

Salah satu permasalahan yang saat ini sering dihadapi oleh mahasiswa Universitas Teuku Umar adalah tingginya intensitas penggunaan media sosial yang tidak terkontrol. Sebagaimana menurut penelitian (Cahyaningrum et al., 2024) menyebutkan banyak mahasiswa yang menghabiskan waktunya setiap hari untuk mengakses media sosial untuk berkomunikasi dan hiburan, sehingga aktivitasnya sering kali sebahagian mahasiswa mengalami penurunan konsentrasi belajar dan kurang fokus saat belajar. Feneomena ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial penting untuk dikaji lebih lanjut guna mengetahui seberapa besar pengaruh media sosial terhadap konsentrasi belajar pada Mahasiswa Universitas Teuku Umar.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini difokuskan untuk menganalisis dan memahami sejauh mana pengaruh penggunaan media sosial terhadap tingkat konsentrasi mahasiswa pada program studi Manajemen di Universitas Teuku Umar. Dengan semakin meningkatnya intensitas penggunaan media sosial dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam lingkungan akademik, penting untuk mengetahui apakah aktivitas tersebut berdampak negatif, positif, atau bahkan tidak berpengaruh terhadap fokus belajar mahasiswa. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mengungkap hubungan antara kedua variabel tersebut, tetapi juga untuk menyediakan data dan wawasan empiris yang dapat dijadikan acuan dalam pengambilan kebijakan akademik. Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana media sosial berinteraksi dengan proses belajar mahasiswa, sehingga di masa mendatang dapat dirumuskan strategi atau pendekatan yang lebih efektif guna meminimalkan gangguan konsentrasi dan sekaligus mengoptimalkan kualitas pembelajaran di lingkungan perguruan tinggi.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian yang melibatkan survei melalui pendekatan asosiatif. Tujuan dari jenis penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan variabel bebas (X) yakni penggunaan media sosial pada variabel terikat yaitu konsentrasi belajar mahasiswa. Seperti dijelaskan oleh (Hardono et al., 2019) implementasi metode survei dilakukan untuk mengambil sampel dari suatu intitas populasi penelitian menggunakan kuesioner yang diharapkan mampu merepresntasikan hasil yang kredibel. Selain itu, penelitian ini juga mengadopsi pendekatan kuantitatif berbasis analisis data secara statistik. Menurut (Sugiyono, 2019) pendekatan statistik mencakup proses mulai dari pengumpulan data, penyajian, analisis, hingga penarikan kesimpulan dan pengambilan keputusan secara objektif berdasarkan data yang telah diperoleh.

Polulasi & Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Teuku Umar pada tahun akademik 2024–2025, yang secara keseluruhan berjumlah 423 individu. Untuk

*Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar
Mahasiswa Manajemen Universitas Teuku
Umar*

(Tia Yumaida,.)

menentukan responden yang akan dijadikan sumber data, digunakan teknik random sampling, yaitu metode pengambilan sampel secara acak dari populasi yang telah ditentukan, dengan tetap memperhatikan kesesuaian karakteristik responden terhadap fokus penelitian. Kriteria inklusi yang digunakan dalam pemilihan sampel mencakup mahasiswa yang secara aktif terlibat dalam penggunaan media sosial dengan durasi penggunaan lebih dari tiga jam (>3) setiap harinya. Berdasarkan kriteria tersebut, dipilih 100 orang mahasiswa yang memenuhi syarat untuk dijadikan sebagai sampel penelitian. Pemilihan sampel ini bertujuan agar data yang dikumpulkan relevan dan mampu merepresentasikan pengaruh penggunaan media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa secara lebih akurat dan objektif.

Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah kuesioner tertutup melalui skala *likert* yang terdiri dari dua bagian yaitu:

1. Pernyataan tentang penggunaan media sosial
2. Pernyataan tentang konsentrasi belajar.

Data yang diperoleh dari kuesioner dianalisis menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25. Selain itu, dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan instrumen yang digunakan layak dan konsisten, serta uji asumsi klasik seperti uji normalitas untuk mendukung validitas model regresi.

Karakteristik Responden Penelitian

Penelitian ini melibatkan 100 responden yang merupakan mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Teuku Umar. Untuk mengetahui gambaran umum mengenai latar belakang responden, maka dilakukan pengelompokan berdasarkan beberapa karakteristik demografis, yaitu jenis kelamin, usia, dan semester. Karakteristik ini penting untuk memahami konteks hasil penelitian secara lebih mendalam.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	40	40%
	Perempuan	60	60%
Usia	18 – 19	15	15%
	20 – 21	50	50%
	22 – 23	25	25%
	24 ke atas	10	10%
Semester	2	10	10%
	4	30	30%
	6	45	45%
	8	15	15%

Sumber : Pengumpulan Data Penelitian

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas responden adalah perempuan (60%), dengan rentang usia terbanyak antara 20–21 tahun (50%), dan sebagian besar berasal dari semester 6 (45%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada fase pertengahan hingga akhir studi, yang secara akademis telah memiliki pengalaman belajar yang lebih matang serta kemungkinan lebih tinggi dalam menggunakan media sosial secara aktif.

HASIL & PEMBAHASAN

Uji Validitas

Uji validitas merupakan salah satu tahapan penting dalam penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana setiap item pertanyaan dalam kuesioner mampu mencerminkan variabel yang diteliti secara tepat (Triastanti & Hardianti, 2024). Validitas menunjukkan sejauh mana instrumen pengumpulan data mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Menurut (Sujarweni, 2015), suatu item kuesioner dapat dinyatakan valid apabila nilai koefisien korelasinya (Pearson Correlation) mencapai minimal 0,30.

Berdasarkan kriteria tersebut, maka pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan terhadap dua variabel utama yaitu Penggunaan Media Sosial (X) dan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Manajemen (Y). Hasil pengujian validitas setiap butir pertanyaan dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Uji Instrumen Validitas Data

Item/Pertanyaan	Penggunaan Media Sosial (X)	Konsentrasi Mahasiswa (Y)	Keterangan
1	0,918	0,944	Valid
2	0,823	0,876	Valid
3	0,842	0,916	Valid
4	0,52	0,926	Valid
5	0,845	0,844	Valid
6	0,873	0,903	Valid
7	0,815	0,927	Valid

Sumber : Hasil Pengolahan Data di SPSS 2025

Dari hasil pengujian yang tercantum pada Tabel 1 di atas, seluruh item pada variabel **Penggunaan Media Sosial** dan **Konsentrasi Mahasiswa** memiliki nilai korelasi Pearson di atas 0,30. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh butir pertanyaan dalam instrumen penelitian ini **dinyatakan valid secara statistik**. Maka kuesioner layak digunakan untuk analisis lebih lanjut, seperti uji reliabilitas dan regresi linear.

Uji Reabilitas

Pengujian reliabilitas dilakukan untuk menilai sejauh mana instrumen penelitian, seperti kuesioner, mampu menghasilkan jawaban yang konsisten dari para responden. Suatu alat ukur dianggap reliabel

apabila tetap menunjukkan hasil yang stabil ketika digunakan kembali dalam situasi yang serupa (Triastanti & Hardianti, 2024). Menurut (Ghozali, 2016), menyatakan bahwa sebuah variabel dapat dinyatakan reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* nya melebihi angka 0,70. Berdasarkan pengujian reliabilitas terhadap dua variabel dalam studi ini, yakni Penggunaan Media Sosial dan Konsentrasi Mahasiswa, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3 Uji Instrumen Reabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Jumlah Pernyataan (N)	Keterangan
Penggunaan Media Sosial	0,937	7	Reliabel
Konsentrasi Mahasiswa	0,963	7	Reliabel

Sumber : Hasil Pengolahan Data di SPSS 2025

Hasil Tabel menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* untuk masing-masing variabel berada di atas angka 0,70. Hal ini berarti instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik dan dapat dipercaya (*reliabel*) untuk digunakan dalam proses analisis data selanjutnya.

Uji Model Regresi Linear Berganda

Penelitian (Fatonah, 2024) mendefinisikan regresi linear sederhana sebagai analisis statistik yang berfungsi untuk menjelaskan pengaruh antara variabel x dan variabel Y secara matematis. Analisis ini diharapkan mampu mengetahui dan menjelaskan pengaruh penggunaan media sosial pada konsentrasi mahasiswa Universitas Teuku Umar. Proses perhitungan dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik seperti SPSS untuk memperoleh hasil analisis yang lebih akurat dan terukur.

Tabel 4 Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	21,115	3,059		6,903	0,000
	X	0,259	0,107	0,239	2,431	0,017

a. Dependent Variable: Y

Sumber : Hasil Pengolahan Data di SPSS 2025

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana yang ditunjukkan dalam tabel *Coefficients*, diperoleh persamaan regresi: $Y = 21,115 + 0,259X$. Hal ini menunjukkan bahwa nilai konstanta (*intersep*) sebesar

21,115 berarti jika tidak terdapat penggunaan media sosial ($X = 0$), maka nilai prediksi konsentrasi belajar mahasiswa (Y) adalah sebesar 21,115. Sementara itu, koefisien regresi variabel X (penggunaan media sosial) sebesar 0,259 mengindikasikan bahwa setiap kenaikan satu satuan pada penggunaan media sosial akan menyebabkan peningkatan konsentrasi belajar sebesar 0,259, dengan asumsi variabel lainnya tetap.

Hasil uji statistik diatas juga menunjukkan nilai t sebesar 2,431 dengan tingkat signifikansi 0,017, yang berada di bawah ambang 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat konsentrasi belajar mahasiswa. Terdapat keterkaitan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan fokus belajar mahasiswa. Selain itu, nilai koefisien Beta sebesar 0,239 mencerminkan bahwa kekuatan pengaruh tersebut termasuk dalam kategori sedang berdasarkan skala standar.

Uji Simultan (F)

Dalam penelitian (Caissar et al., 2022) menyebutkan bahwa uji simultan atau sering dikenal sebagai uji F adalah teknik analisis statistik modern yang berguna untuk menilai seluruh variabel X secara seragam terhadap variabel Y . Dalam (Ghozali, 2018) juga menambahkan bahwa keputusan pengujian mengacu pada nilai signifikansi 5%. Maka apabila hasil uji menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil ($<0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen. Dalam hal ini, kriteria pengambilan keputusan sebagaimana dalam (Ghozali, 2018) adalah jika nilai signifikansi F digunakan untuk mengetahui apakah seluruh variabel independen secara simultan memiliki pengaruh terhadap variabel dependen. Apabila nilai signifikansi F lebih besar dari 0,05, maka hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_1) ditolak, yang mengindikasikan bahwa variabel-variabel bebas tidak memberikan pengaruh yang berarti secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Sebaliknya, jika nilai signifikansi F berada di bawah angka 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti seluruh variabel independen secara kolektif berkontribusi secara signifikan terhadap perubahan yang terjadi pada variabel dependen.

Tabel 5. Hasil Uji Simultan (F)

ANOVA ^a						
<i>Model</i>		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1	Regression	135,207	1	135,207	5,911	.017 ^b
	Residual	2241,633	98	22,874		
	Total	2376,840	99			
a. Dependent Variable: Y						
b. Predictors: (Constant), X						

Sumber : Hasil Pengolahan Data di SPSS 2025

Dari Tabel diatas, diperoleh uji F hitung bernilai 5,911 dengan tingkat signifikansinya 0,017. Hasil tersebut merepresentasikan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari batas signifikan yaitu 0,05 ($0,017 < 0,05$). Maka dapat diketahui bahwa variabel penggunaan media sosial (X) secara simultan berpengaruh pada konsentrasi belajar mahasiswa (Y).

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Menurut (Ghozali, 2018) Koefisiensi determinasi (R^2) dapat difungsikan sebagai alat ukur untuk menilai seberapa besar pengaruh variabel bebas secara kolektif untuk mampu menjelaskan perubahan yang terjadi pada variabel terikat dalam analisis regresi. Dalam (Widaryono, 2013) menyebutkan nilai *R-Squared* merepresentasikan besarnya kontribusi variabel bebas pada variabel terikat secara kolektif, sehingga makin tinggi nilainya maka semakin tinggi kontribusinya.

Tabel 6. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.239 ^a	0,057	0,047	4,783
a. Predictors: (Constant), X				

Sumber : Hasil Pengolahan Data di SPSS 2025

Mengacu pada hasil output uji R^2 , nilai *Adjusted R Square* tercatat sebesar 0,047. Ini menunjukkan bahwa variabel independen, yaitu penggunaan media sosial (X), hanya menjelaskan sekitar 4,7% dari variasi yang terjadi pada variabel dependen, yaitu tingkat konsentrasi mahasiswa (Y). Sementara itu, **95,3% sisanya dijelaskan oleh faktor lain di luar model penelitian ini**. Nilai *R Square* sebesar **0,057** juga menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel ini tergolong **lemah**, meskipun tetap memiliki pengaruh yang signifikan jika merujuk pada hasil uji F dan uji T sebelumnya. Nilai *Std. Error of the Estimate* sebesar **4.783** menunjukkan besarnya galat standar atau simpangan data dari garis regresi, di mana semakin kecil nilainya, semakin baik model regresi dalam memprediksi nilai variabel terikat.

Pembahasan Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa, meskipun pengaruhnya tergolong rendah dengan nilai *Adjusted R Square* sebesar 4,7%. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun ada hubungan antara kedua variabel tersebut, tingkat pengaruhnya tidak terlalu besar. Artinya, semakin intens mahasiswa menggunakan media sosial dengan cara yang produktif dan terkontrol, maka konsentrasi belajar mereka cenderung tetap terjaga. Sebaliknya, jika media sosial digunakan secara berlebihan untuk hal-hal yang tidak mendukung akademik, maka konsentrasi belajar dapat terganggu. Temuan ini selaras dengan pendapat dari (Dzikri et al., 2024) yang menyatakan bahwa penggunaan media sosial yang bijak dapat memberikan

manfaat dalam menunjang pembelajaran, namun penggunaan yang tidak terkendali dapat menurunkan fokus dan perhatian mahasiswa dalam belajar.

Untuk menjaga dan meningkatkan konsentrasi belajar, sangat penting bagi mahasiswa untuk mengelola waktu penggunaan media sosial secara seimbang. Mahasiswa perlu menyadari bahwa media sosial dapat menjadi alat bantu dalam mencari informasi akademik maupun sarana komunikasi yang efisien, namun harus digunakan secara bertanggung jawab. Pihak kampus, seperti dosen dan pengelola program studi, juga dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi tentang literasi digital dan manajemen waktu, agar mahasiswa tidak terjebak dalam penggunaan media sosial yang bersifat adiktif. Dengan begitu, penggunaan media sosial dapat diarahkan untuk mendukung proses belajar, bukan justru menjadi pengganggu konsentrasi.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini berdasarkan hasil dan pembahasan adalah bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh terhadap konsentrasi mahasiswa manajemen Universitas Teuku Umar. Merepresentasikan semakin tinggi penggunaan media sosial (>3 jam) pada mahasiswa, maka semakin besar kemungkinan tertanggunya konsentrasi mahasiswa dalam kegiatan belajar. Media sosial yang awalnya digunakan sebagai sarana komunikasi dan informasi, jika tidak dikontrol dengan baik, justru dapat menjadi gangguan yang menurunkan motivasi dan produktivitas belajar. Oleh karena itu, disarankan kepada mahasiswa agar lebih bijak dalam menggunakan media sosial. Mengatur waktu penggunaan, membatasi akses selama waktu belajar, serta memanfaatkan media sosial untuk hal-hal yang bersifat edukatif akan sangat membantu menjaga konsentrasi. Selain itu, pihak kampus juga dapat memberikan edukasi tentang penggunaan media sosial secara sehat agar mahasiswa mampu memanfaatkannya sebagai alat penunjang, bukan pengalih perhatian dalam proses belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanti, A., Rhamadani, M. T., Putri, R. A., Widya, S., & Tarigan, J. (2025). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Konsentrasi Dan Fokus Belajar Mahasiswa / I Unimed Fakultas FBS*. 3(1), 69–76.
- Cahyaningrum, Y., Putra, A. R., & Nugroho, Y. A. (2024). Analisis Penggunaan Media Sosial Instagram Sebagai Media Pembelajaran Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknologi. *Jurnal JIMMY (Jurnal Informatika Mahaputra Muhammad Yamin)* Vol. 2 No. 2 Tahun 2024 e-ISSN: 3021-8837 ANALISIS, 2(2), 12–19.
- Caissar, C., Hardiyana, A., Nurhadian, A. F., & Kadir, K. (2022). Pengaruh Motivasi Kerja Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *Acman: Accounting and Management Journal*, 2(1), 11–19. <https://doi.org/10.55208/aj.v2i1.27>
- Dzikri, M. R., Tinggi, S., Islam, A., Aisyah, S., Tinggi, S., Islam, A., Mahfuzah, A., Tinggi, S., & Islam, A. (2024). DAMPAK POSITIF DAN NEGATIF MEDIA SOSIAL TERHADAP PERILAKU SISWA MADRASAH IBTIDAIYAH. *Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 7(2), 131–145. <https://doi.org/10.47732/darris.v7i2.563>

- Fatonah, K. (2024). Prediksi Kasus Tingkat Depresi Mahasiswa Semester Akhir Menggunakan Regresi Linear Sederhana. *Jurnal INTEK Vol.*, 7(1), 3–4.
- Fauziah, I. N. N., Saputri, S. A., & Herlambang, Y. T. (2024). Teknologi Informasi: Dampak Media Sosial pada Perubahan Sosial Masyarakat. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(1), 757–766. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i1.645>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 23* (8th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hardono, A., Sarayar, A. R. O., Donianxon, R. A., Kurniawan, Hans Audianto, & Nastiti, P. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Minat Belajar Mahasiswa UAJY. *Proceeding SINTAK 2019*, 1, 458–464. <https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/sintak/article/view/7632>
- Rabaani, S., & Indriyani, D. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia*, 1(3), 10. <https://doi.org/10.47134/ptk.v1i3.433>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sujarweni, V. M. (2015). *Akuntansi Sektor Publik*. Pustaka Press.
- Triastanti, R. K., & Hardianti, A. (2024). Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Tipe Chronotype pada Remaja. *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 3(1), 118–124. <https://doi.org/10.55123/insologi.v3i1.3172>