
Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Mahasiswa PGSD

Cyndi Togi Marito Sitorus

Universitas Riau

Yola Amanda

Universitas Riau

Jesi Alexander Alim

Universitas Riau

Mitha Dwi Anggriani

Universitas Riau

Alamat: Kampus Bina Widya KM. 12,5, Kelurahan Simpang Baru, Kec. Tampan, Kota Pekanbaru, Riau, 28293, Indonesia

Korespondensi penulis: cyndi.togi5745@student.unri.ac.id

Abstract. *This study aims to determine the influence of social media use on the behavior of students in the Elementary School Teacher Education (PGSD) study program. The background of this study is based on the increasing intensity of social media use among students, which has both positive and negative impacts on both academic activities and social life. The research method used was a quantitative survey technique. The research instrument was a Likert-scale questionnaire consisting of 20 statements and distributed to 28 PGSD students as respondents. The results showed that the majority of students used social media to support academic activities, such as searching for lecture information (85.7%), understanding material (75%), discussing (64.3%), and finding creative ideas for learning media (89.3%). On the other hand, social media use also had negative impacts, such as a tendency to procrastinate on assignments (57.1%), feeling anxious if not using social media (46.4%), and disrupted sleep patterns (39.3%). These findings indicate that social media use has a significant influence on the behavior of PGSD students, both positively and negatively. Therefore, strategies for wisely managing social media use are needed to provide optimal benefits in supporting the development of students' competencies as future educators.*

Keywords: *social media, student behavior, PGSD, quantitative*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD). Latar belakang penelitian ini didasari oleh meningkatnya intensitas penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa yang berdampak pada aspek positif maupun negatif, baik dalam kegiatan akademik maupun kehidupan sosial. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik survei. Instrumen penelitian berupa kuesioner skala Likert yang terdiri dari 20 pernyataan dan disebarkan kepada 28 mahasiswa PGSD sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memanfaatkan media sosial untuk mendukung aktivitas akademik, seperti mencari informasi perkuliahan (85,7%), memahami materi (75%), berdiskusi (64,3%), hingga mencari ide kreatif untuk media pembelajaran (89,3%). Di sisi lain, penggunaan media sosial juga berdampak negatif seperti kecenderungan menunda tugas (57,1%), merasa cemas jika tidak membuka media sosial (46,4%), serta terganggunya pola tidur (39,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku mahasiswa PGSD baik secara positif maupun negatif. Oleh karena itu, diperlukan strategi pengelolaan penggunaan media sosial secara bijak agar memberikan manfaat optimal dalam mendukung pengembangan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik.

Kata kunci: media sosial, perilaku mahasiswa, PGSD, kuantitatif

LATAR BELAKANG

Perkembangan teknologi informasi di era digital saat ini membawa pengaruh besar terhadap kehidupan masyarakat, utamanya generasi muda. Salah satu bentuk perkembangan teknologi yang paling menonjol adalah penggunaan media sosial. Media

sosial merupakan platform digital yang memungkinkan penggunanya untuk saling berinteraksi, berbagi informasi, serta membangun jaringan secara virtual tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Kehadiran media sosial mampu mengubah pola komunikasi tradisional menjadi komunikasi dua arah yang lebih interaktif dan dinamis (Srg & Usiono, 2024). Menurut Qadir & Ramli (2024) media sosial adalah sekelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun di atas ideologi dan teknologi Web 2.0, yang menyediakan layanan penciptaan dan pertukaran konten pengguna. Sedangkan, Agustina (2020) menyatakan bahwa media sosial merupakan media di internet yang memungkinkan pengguna untuk mempresentasikan diri, berinteraksi, bekerja sama, dan membentuk ikatan sosial secara virtual.

Berbagai jenis media sosial diantaranya Instagram, whatsapp, tiktok, X, Facebook, dan lain-lain dapat digunakan sebagai sarana komunikasi, wadah untuk memperoleh informasi, hiburan, bahkan sebagai media pembelajaran. Melalui media sosial, individu dapat menyampaikan ide, gagasan, maupun pendapat secara cepat dan luas kepada audiens yang lebih besar (Ramdani et al., 2021). Menurut data We Are Social (2025) jumlah pengguna media sosial di Indonesia mencapai lebih dari 221 juta orang, dengan mayoritas pengguna berasal dari kalangan remaja dan mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari.

Media sosial memiliki dua sisi yang saling bertentangan, khususnya bagi mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) yang sedang mempersiapkan diri menjadi pendidik dan teladan bagi siswa-siswinya kelak. Di satu sisi, Media sosial dapat mendukung aktivitas akademik, seperti diskusi kelompok, berbagi materi, hingga memperluas jaringan keilmuan. Namun disisi lain, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif seperti menurunnya fokus belajar, meningkatnya perilaku konsumtif, hingga munculnya perilaku yang kurang sesuai dengan nilai akademik maupun etika sosial (Litriwani et al., 2025). Fenomena ini sangat penting untuk diteliti karena mahasiswa PGSD bukan hanya dituntut untuk menguasai kompetensi pedagogik dan profesional, tetapi juga untuk menunjukkan keteladanan dalam sikap dan perilaku. Sebagai calon guru, mereka diharapkan mampu memberi teladan perilaku positif bagi siswanya. Penguatan kompetensi profesional yang berlandaskan nilai-nilai karakter Pancasila menegaskan pentingnya mahasiswa PGSD

membangun praktik keteladanan baik dalam sikap maupun perilaku saat mengelola pembelajaran dan berinteraksi dengan peserta didik (Atmojo et al., 2024).

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku mahasiswa. Hasil studi Azahra et al (2024) menemukan bahwa tingginya penggunaan media sosial berpengaruh terhadap pola interaksi sosial mahasiswa. Sementara itu, hasil studi Usop & Astuti (2022) menunjukkan bahwa media sosial dapat berdampak pada motivasi belajar mahasiswa. Lebih lanjut (Peramudita et al., 2025) dalam studinya menjelaskan bahwa media sosial memiliki karakteristik yang menarik dan menyenangkan sehingga mendorong mahasiswa untuk terus menggunakannya. Fenomena ini berkontribusi pada terbentuknya gaya hidup instan yang memengaruhi perilaku mahasiswa, termasuk dalam hal konsumsi informasi dan interaksi sosial di lingkungan akademik. Namun, penelitian yang secara spesifik menyoroti pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku mahasiswa PGSD masih terbatas, padahal konteks mahasiswa PGSD memiliki karakteristik unik dan peran strategis dalam dunia pendidikan. Sebagai calon guru sekolah dasar, mereka tidak hanya dituntut untuk menguasai pengetahuan pedagogik dan konten mata pelajaran, tetapi juga harus memiliki kepekaan sosial, kedewasaan emosional, dan integritas moral yang tinggi. Mahasiswa PGSD diharapkan mampu menjadi teladan dalam bersikap dan berperilaku, karena mereka kelak akan menjadi figur penting dalam proses pembentukan karakter anak-anak usia sekolah dasar sampai fase perkembangan yang sangat krusial.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku mahasiswa PGSD. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pihak kampus dalam memberikan arahan pemanfaatan media sosial secara bijak, sekaligus menjadi referensi bagi penelitian sejenis di bidang pendidikan.

KAJIAN TEORITIS

Media Sosial

Media sosial pada dasarnya dipandang sebagai sarana komunikasi interaktif yang dimanfaatkan secara aktif oleh penggunanya. Menurut Katz, Blumler, dan Gurevitch (1973), teori Uses and Gratifications menjelaskan bahwa individu menggunakan media untuk memenuhi kebutuhan tertentu, baik kognitif, afektif, maupun sosial. Dalam konteks mahasiswa PGSD, media sosial dipilih karena mampu memenuhi kebutuhan informasi

perkuliahan, memperkuat relasi sosial, dan bahkan memberikan hiburan yang mendukung keseimbangan belajar.

Sejalan dengan itu, Davis (1989) melalui Technology Acceptance Model menekankan bahwa adopsi teknologi, termasuk media sosial, sangat dipengaruhi oleh persepsi kegunaan (*perceived usefulness*) dan kemudahan penggunaan (*perceived ease of use*). Mahasiswa PGSD yang merasa media sosial bermanfaat untuk mendukung perkuliahan dan mudah diakses akan cenderung memanfaatkannya lebih intensif.

Aspek lain juga dijelaskan dalam Media Richness Theory oleh Daft dan Lengel (1986) yang menyoroti kapasitas media dalam menyampaikan pesan. Media yang dianggap kaya, seperti video atau live streaming, mampu menyampaikan informasi kompleks dengan lebih baik dibandingkan teks semata. Hal ini terlihat ketika mahasiswa PGSD merasa lebih mudah memahami materi perkuliahan melalui konten visual di YouTube atau TikTok.

Selain itu, danah boyd (2010) mengembangkan konsep *networked publics* dan *affordances* yang menekankan bahwa arsitektur teknis media sosial—seperti persistensi, visibilitas, dan kemudahan pencarian—membentuk pola interaksi penggunanya. Mahasiswa PGSD memanfaatkan *affordances* tersebut untuk berbagi materi, berdiskusi, dan mengarsipkan sumber belajar. Namun, pada saat yang sama *affordances* juga dapat menimbulkan distraksi, terutama melalui notifikasi yang mengganggu fokus belajar.

Lebih lanjut, Media Dependency Theory dari Ball-Rokeach dan DeFleur (1976) menjelaskan bahwa semakin besar ketergantungan seseorang terhadap media, semakin besar pula pengaruh media tersebut terhadap perilaku individu. Hal ini relevan ketika mahasiswa PGSD mengandalkan media sosial sebagai sumber utama informasi perkuliahan dan sarana kolaborasi, sehingga perilaku belajar dan manajemen waktu mereka sangat terikat pada media tersebut.

Di sisi lain, Eppler dan Mengis (2004) mengingatkan bahwa banjir informasi di media sosial dapat menyebabkan *information overload* yang menurunkan kemampuan mahasiswa untuk menyaring informasi penting. Dalam kondisi demikian, mahasiswa PGSD dapat mengalami stres, kebingungan, atau bahkan menunda tugas akibat tidak mampu mengelola banyaknya informasi yang mereka terima.

Dengan demikian, teori-teori di atas memperlihatkan bahwa media sosial memiliki karakteristik dan mekanisme yang kompleks. Media sosial dapat menjadi sarana

yang kaya manfaat bagi mahasiswa PGSD, tetapi juga berpotensi membawa dampak negatif apabila tidak dikelola dengan baik.

Perilaku Mahasiswa PGSD

Perilaku mahasiswa PGSD sebagai calon pendidik tidak terlepas dari dinamika interaksi sosial, motivasi, dan kemampuan regulasi diri. Bandura (1977) melalui Social Learning Theory menjelaskan bahwa banyak perilaku dipelajari melalui observasi dan peniruan. Di media sosial, mahasiswa PGSD dapat meniru gaya mengajar, cara berkomunikasi, dan strategi pembuatan media pembelajaran dari model yang mereka amati, sehingga perilaku profesional mereka sedikit banyak dipengaruhi oleh konten yang dikonsumsi.

Selanjutnya, Deci dan Ryan (2000) dalam Self-Determination Theory menekankan bahwa motivasi intrinsik akan tumbuh ketika kebutuhan dasar berupa otonomi, kompetensi, dan keterhubungan terpenuhi. Media sosial dapat menyediakan ruang bagi mahasiswa PGSD untuk mengekspresikan diri, menerima umpan balik positif, dan membangun jejaring, sehingga memotivasi mereka untuk lebih aktif dalam belajar. Namun, ketika orientasi bergeser pada pencarian validasi eksternal berupa “likes” atau komentar, motivasi intrinsik dapat menurun.

Dalam konteks sosial, Festinger (1954) melalui Social Comparison Theory menjelaskan bahwa individu cenderung membandingkan diri dengan orang lain. Mahasiswa PGSD kerap membandingkan pencapaian akademik atau karya rekan sejawat di media sosial. Perbandingan ini dapat memicu kecemasan dan rendah diri, tetapi juga bisa mendorong peningkatan kualitas diri apabila dijadikan motivasi positif.

Steel (2007) menambahkan melalui kajian tentang prokrastinasi bahwa penundaan tugas sering kali terjadi akibat kegagalan regulasi diri. Mahasiswa lebih memilih aktivitas menyenangkan di media sosial ketimbang menyelesaikan tugas akademik yang menuntut usaha lebih besar. Fenomena ini tercermin dalam kecenderungan mahasiswa PGSD yang sering menunda tugas karena terdistraksi oleh media sosial.

Zimmerman (2000) melalui teori Self-Regulated Learning menekankan pentingnya keterampilan mengatur diri dalam belajar, mulai dari perencanaan, pemantauan, hingga evaluasi. Mahasiswa yang memiliki keterampilan regulasi diri baik mampu menjadikan media sosial sebagai sarana pendukung belajar, bukan pengganggu.

Sebaliknya, kelemahan dalam SRL membuat mahasiswa lebih rentan terdistraksi dan sulit mengatur waktu belajar.

Terakhir, Ajzen (1991) dengan Theory of Planned Behavior menjelaskan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh niat, yang terbentuk dari sikap terhadap perilaku, norma sosial, dan persepsi kontrol. Niat mahasiswa PGSD untuk memanfaatkan media sosial secara positif atau sebaliknya dipengaruhi oleh bagaimana mereka menilai manfaat media sosial, norma kelompok yang berlaku, serta sejauh mana mereka merasa mampu mengendalikan penggunaan media tersebut.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku mahasiswa PGSD terbentuk melalui kombinasi faktor observasi sosial, motivasi intrinsik, perbandingan sosial, kemampuan regulasi diri, dan niat berperilaku. Media sosial menjadi salah satu faktor eksternal yang kuat memengaruhi perilaku mereka, baik dalam konteks akademik maupun sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengukuran data numerik yang diperoleh dari jawaban responden, kemudian dianalisis untuk melihat kecenderungan, hubungan, dan pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku mahasiswa PGSD. Metode survei digunakan karena mampu menjangkau data dari responden dalam jumlah tertentu secara daring melalui penyebaran kuesioner, sehingga dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai fenomena yang sedang diteliti.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) pada salah satu perguruan tinggi di Indonesia. Mahasiswa PGSD dipilih sebagai objek penelitian karena mereka merupakan calon pendidik yang tidak hanya dituntut untuk menguasai kompetensi akademik, tetapi juga memiliki perilaku positif yang dapat menjadi teladan bagi peserta didik di sekolah dasar.

Dari populasi tersebut, diambil sampel sebanyak 28 orang mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu. Pertimbangan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang aktif menggunakan media sosial dalam keseharian, baik untuk kepentingan

akademik maupun non-akademik. Dengan demikian, sampel penelitian dianggap relevan untuk menggambarkan fenomena yang dikaji.

Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berisi 20 pernyataan terkait penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap perilaku mahasiswa. Kuesioner disusun menggunakan skala Likert lima poin, yaitu:

1. Sangat Tidak Setuju (STS) = skor 1
2. Tidak Setuju (TS) = skor 2
3. Netral (N) = skor 3
4. Setuju (S) = skor 4
5. Sangat Setuju (SS) = skor 5

Pernyataan dalam kuesioner dibagi ke dalam beberapa aspek, yaitu:

- 1) Penggunaan media sosial dalam konteks akademik (misalnya mencari informasi perkuliahan, memahami materi, berdiskusi, dan mencari ide kreatif).
- 2) Dampak terhadap keterampilan sosial dan komunikasi (seperti menjalin pertemanan, meningkatkan rasa percaya diri, dan mengembangkan keterampilan komunikasi).
- 3) Dampak negatif penggunaan media sosial (misalnya prokrastinasi, kecemasan, kesulitan mengatur waktu belajar, dan gangguan pola tidur).

Instrumen ini disusun berdasarkan kajian teori dan penelitian sebelumnya, kemudian disesuaikan dengan konteks mahasiswa PGSD agar relevan dengan kebutuhan penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian dikumpulkan dengan cara menyebarkan kuesioner melalui Google Form kepada mahasiswa PGSD yang menjadi sampel. Penyebaran dilakukan secara daring agar dapat menjangkau responden secara lebih luas dan efektif. Mahasiswa diminta untuk memberikan jawaban sesuai dengan kondisi dan pengalaman mereka masing-masing dalam menggunakan media sosial.

Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dari hasil kuesioner dianalisis dengan metode deskriptif kuantitatif. Analisis ini dilakukan dengan cara menghitung distribusi frekuensi dan persentase dari setiap jawaban responden. Hasil perhitungan kemudian ditafsirkan untuk

menggambarkan pola kecenderungan perilaku mahasiswa dalam penggunaan media sosial, baik dari sisi positif maupun negatif.

Analisis deskriptif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai fenomena yang diteliti, bukan untuk menguji hipotesis. Dengan demikian, hasil penelitian dapat menunjukkan seberapa besar pengaruh media sosial terhadap perilaku mahasiswa PGSD berdasarkan persentase kecenderungan yang muncul dari jawaban responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan data yang diperoleh dari 28 responden mahasiswa PGSD, dilakukan pengolahan kuesioner untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku mahasiswa. Hasil kuesioner kemudian dikategorikan ke dalam tiga aspek utama, yaitu: (1) penggunaan media sosial dalam konteks akademik, (2) dampak terhadap keterampilan sosial dan komunikasi, serta (3) dampak negatif penggunaan media sosial. Ringkasan hasil kuesioner tersebut disajikan pada tabel berikut:

Tabel Hasil Kuesioner Mahasiswa PGSD (n = 28)

Aspek	Indikator	Persentase
Penggunaan Media Sosial Dalam Koneksi Akademik	Mencari informasi perkuliahan	85,7%
	Memahami materi perkuliahan	75%
	Mencari ide kreatif media pembelajaran SD	89,3%
	Berdiskusi dengan teman	64,3%
Dampak Terhadap Keterampilan Sosial dan Komunikasi	Mengembangkan keterampilan komunikasi	75%
	Menjalin pertemanan baru	75%
	Percaya diri berinteraksi dengan orang lain	71,4%
Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial	Menunda mengerjakan tugas kuliah	57,1%

Cemas jika tidak membuka media sosial	46,4%
Kesulitan mengatur waktu belajar	60,7%
Waktu tidur berkurang	39,3%

Tabel di atas menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh ganda terhadap perilaku mahasiswa PGSD. Dari sisi positif, mayoritas mahasiswa memanfaatkan media sosial untuk mendukung kegiatan akademik, seperti mencari informasi perkuliahan, memahami materi, berdiskusi, hingga mencari ide kreatif dalam pembuatan media pembelajaran. Media sosial juga berkontribusi pada peningkatan keterampilan komunikasi, memperluas pertemanan, serta menumbuhkan rasa percaya diri mahasiswa dalam berinteraksi.

Namun demikian, dari sisi negatif, sebagian mahasiswa mengalami dampak kurang produktif akibat penggunaan media sosial, seperti menunda tugas, kesulitan mengatur waktu belajar, kecemasan saat tidak mengakses media sosial, hingga berkurangnya waktu tidur. Hal ini menunjukkan perlunya pengelolaan penggunaan media sosial secara bijak agar manfaatnya lebih dominan dibandingkan dampak negatifnya.

Pembahasan

1. Penggunaan Media Sosial

Penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruh mahasiswa PGSD aktif menggunakan media sosial dalam kesehariannya. Media sosial tidak lagi sekadar menjadi sarana hiburan, tetapi juga berfungsi sebagai media akademik yang cukup efektif. Sebanyak 85,7% mahasiswa memanfaatkan media sosial untuk mencari informasi perkuliahan, 75% menggunakannya untuk memahami materi, 64,3% untuk berdiskusi dengan teman, dan 89,3% untuk mencari ide kreatif dalam membuat media pembelajaran SD. Persentase tersebut memperlihatkan bahwa media sosial sudah menjadi bagian dari ekosistem belajar mahasiswa.

Kecenderungan ini sejalan dengan realitas generasi milenial dan generasi Z yang akrab dengan teknologi digital. Mahasiswa lebih mudah mengakses informasi perkuliahan melalui platform seperti WhatsApp, Telegram, atau forum diskusi daring

ketimbang mengandalkan sumber konvensional saja. Selain itu, platform seperti YouTube, Instagram, dan TikTok edukasi juga menjadi sumber referensi untuk memahami materi secara visual dan praktis. Hal ini mendukung penelitian Usop & Astuti (2022) yang menyatakan bahwa media sosial dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa, sekaligus memperluas akses terhadap sumber belajar yang lebih bervariasi.

Meskipun demikian, tidak semua penggunaan media sosial memiliki dampak positif. Beberapa mahasiswa menggunakan media sosial secara berlebihan, sehingga meskipun awalnya ditujukan untuk akademik, aktivitas tersebut sering kali bercampur dengan kegiatan non-akademik seperti hiburan, permainan, atau mengikuti tren populer. Kondisi ini menimbulkan tantangan tersendiri, karena batas antara penggunaan untuk kepentingan akademik dan non-akademik menjadi kabur.

2. Perilaku Mahasiswa PGSD

Sebagai calon guru sekolah dasar, perilaku mahasiswa PGSD menjadi aspek penting yang harus diperhatikan karena akan memengaruhi keteladanan mereka di masa depan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berkontribusi positif terhadap keterampilan sosial mahasiswa. Sebanyak 75% responden merasa terbantu dalam mengembangkan keterampilan komunikasi, 75% lebih mudah menjalin pertemanan baru, dan 71,4% merasa lebih percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain. Data ini menggambarkan bahwa media sosial dapat memperkuat aspek interpersonal mahasiswa yang sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan, terutama dalam membangun komunikasi yang efektif dengan siswa, rekan guru, maupun orang tua siswa.

Selain itu, media sosial juga memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan identitas diri, melatih keberanian mengemukakan pendapat, serta memperluas jejaring sosial akademik maupun non-akademik. Hal ini penting karena mahasiswa PGSD dituntut untuk memiliki kemampuan komunikasi dan keterampilan sosial yang baik sebagai bagian dari kompetensi profesional guru.

Namun, dampak negatif juga tidak dapat dihindari. Penelitian ini menemukan bahwa 57,1% mahasiswa sering menunda mengerjakan tugas akibat penggunaan media sosial, 46,4% merasa cemas jika tidak membuka media sosial, 39,3% mengalami gangguan tidur, dan 60,7% kesulitan mengatur waktu belajar. Fakta ini menunjukkan adanya gejala perilaku kurang produktif yang ditimbulkan oleh penggunaan media sosial.

Kondisi tersebut sejalan dengan penelitian Litriwani et al. (2025) yang menyatakan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menurunkan fokus belajar mahasiswa dan memicu kecanduan.

Perilaku prokrastinasi dan kesulitan manajemen waktu merupakan dua hal yang cukup serius, sebab keduanya berhubungan langsung dengan kedisiplinan dan tanggung jawab mahasiswa. Jika tidak segera diatasi, perilaku tersebut berpotensi terbawa hingga masa kerja, sehingga dapat memengaruhi profesionalisme mereka sebagai calon pendidik.

3. Penggunaan Media Sosial terhadap Perilaku Mahasiswa PGSD

Secara keseluruhan, penelitian ini memperlihatkan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh ganda terhadap perilaku mahasiswa PGSD, yakni membawa dampak positif sekaligus negatif. Dari sisi positif, media sosial berfungsi sebagai media belajar yang fleksibel, sarana komunikasi yang efektif, serta wadah pengembangan keterampilan sosial. Media sosial membuat mahasiswa lebih percaya diri, mudah beradaptasi, serta mampu mengakses berbagai informasi yang mendukung perkuliahan. Hal ini penting bagi mahasiswa PGSD, karena mereka dipersiapkan menjadi guru yang harus kreatif, komunikatif, dan mampu mengikuti perkembangan teknologi.

Namun, dari sisi negatif, media sosial juga dapat menimbulkan masalah perilaku, seperti kecanduan, gangguan pola tidur, kecemasan, hingga penurunan produktivitas akademik. Gejala ini berbahaya apabila dibiarkan, sebab perilaku yang terbentuk pada masa kuliah akan terbawa dalam kehidupan profesional mahasiswa di masa depan. Sebagai calon guru, mahasiswa PGSD dituntut untuk mampu menjadi teladan dalam manajemen waktu, disiplin, dan keseimbangan hidup. Jika mereka tidak dapat mengendalikan penggunaan media sosial sejak dini, maka akan sulit memberikan contoh yang baik kepada siswa di sekolah dasar.

Oleh karena itu, diperlukan strategi manajemen diri yang efektif dalam penggunaan media sosial. Beberapa strategi yang dapat dilakukan antara lain: (1) membatasi durasi penggunaan media sosial setiap hari, (2) mengutamakan konten yang bersifat edukatif dan relevan dengan kebutuhan akademik, (3) menerapkan disiplin belajar dengan memisahkan waktu khusus untuk belajar dan hiburan, serta (4) melakukan refleksi diri secara berkala untuk mengevaluasi sejauh mana media sosial memengaruhi

produktivitas. Dengan strategi tersebut, mahasiswa PGSD diharapkan mampu mengoptimalkan manfaat media sosial dan meminimalisasi dampak negatifnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan media sosial memberikan pengaruh ganda terhadap perilaku mahasiswa PGSD. Di satu sisi, media sosial mampu menjadi sarana pendukung dalam kegiatan akademik, pengembangan keterampilan komunikasi, serta peningkatan rasa percaya diri. Namun di sisi lain, media sosial juga berpotensi menimbulkan perilaku kurang produktif seperti prokrastinasi, kecemasan, kesulitan manajemen waktu, dan gangguan pola tidur. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa PGSD sebagai calon pendidik perlu mengembangkan kemampuan manajemen diri agar manfaat penggunaan media sosial lebih dominan daripada dampak negatifnya.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, disarankan agar mahasiswa lebih selektif dalam mengelola waktu penggunaan media sosial dengan mengutamakan konten edukatif yang mendukung perkuliahan. Pihak kampus dan dosen diharapkan dapat memberikan literasi digital serta arahan dalam pemanfaatan media sosial secara produktif. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relatif kecil, sehingga generalisasi hasil harus dilakukan secara hati-hati. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan jumlah responden lebih besar, konteks yang lebih beragam, serta metode campuran sangat direkomendasikan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai pengaruh media sosial terhadap perilaku mahasiswa.

DAFTAR REFERENSI

- Agustina, L. S. S. (2020). Perilaku berbasis teknologi di sosial media pada digital native. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(1), 76–88.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Atmojo, S. E., Lukitoaji, B. D., & Anggriani, M. D. (2024). The Impact Of Stem Integration In Pancasila Characteroriented Learning On The Professional Competence Of Indonesian Elementary School Teacher Candidates. *Revista De Gestão Social e Ambiental*, 18(7), 1–23.

- Azahra, F. A., Wulandari, S., Putri, S. L., Nugroho, A. K. L., Saputra, A., & Nugraha, J. T. (2024). Penggunaan Media Sosial dan Interaksi Sosial pada Mahasiswa. *Journal of Governance and Public Administration*, 1(3), 299–310.
- Ball-Rokeach, S. J., & DeFleur, M. L. (1976). A dependency model of mass-media effects. *Communication Research*, 3(1), 3–21. <https://doi.org/10.1177/009365027600300101>
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Boyd, D. (2010). Social network sites as networked publics: Affordances, dynamics, and implications. In Z. Papacharissi (Ed.), *Networked Self: Identity, Community, and Culture on Social Network Sites* (pp. 39–58). Routledge. <https://www.danah.org/papers/2010/SNSasNetworkedPublics.pdf>.
- Daft, R. L., & Lengel, R. H. (1986). Organizational information requirements, media richness and structural design. *Management Science*, 32(5), 554–571. <https://doi.org/10.1287/mnsc.32.5.554>
- Davis, F. D. (1989). Perceived usefulness, perceived ease of use, and user acceptance of information technology. *MIS Quarterly*, 13(3), 319–340. <https://doi.org/10.2307/249008>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Eppler, M. J., & Mengis, J. (2004). The concept of information overload: A review of literature from organization science, accounting, marketing, MIS, and related disciplines. *The Information Society*, 20(5), 325–344.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *Public Opinion Quarterly*, 37(4), 509–523. <https://doi.org/10.1086/268109>
- Litriwani, A., Rindiyan, T. R., Dalimunthe, A., & Nasution, A. Z. (2025). DAMPAK MEDIA SOSIAL TERHADAP ETIKA AKADEMIK DI KALANGAN MAHASISWA. *Journal of Community Devation*, 2(2), 258–271.
- Peramudita, L., Hermita, N., & Alim, J. A. (2025). Pengembangan Media Pembelajaran Flashcard Berbasis Digital Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengenal Bilangan

- dan Berhitung Pada Siswa Kelas I SD. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 5(03), 463–478.
- Qadir, A., & Ramli, M. (2024). Media sosial (definisi, sejarah dan jenis-jenisnya). *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(6), 2713–2724.
- Ramdani, N. S., Nugraha, H., & Hadiapurwa, A. (2021). Potensi pemanfaatan media sosial tiktok sebagai media pembelajaran dalam pembelajaran daring. *Akademika*, 10(02), 425–436.
- Social, W. A. (2025). Data Penggua Media Sosial di Indonesia. We Are Social.
- Srg, R. A. M., & Usiono, U. (2024). Peran Media Digital dalam Meningkatkan Keterlibatan dan Partisipasi Publik: Transformasi Komunikasi di Era Informasi dan Sosial. *Journal Sains Student Research*, 2(6), 506–513.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Usop, D. S., & Astuti, A. D. (2022). Pengaruh Self-regulated Learning, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3c), 1782–1790.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 13–39). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>