

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Prestasi akademik cerminan dari keberhasilan mahasiswa dalam menyerap dan mengaplikasikan pengetahuan selama proses pendidikan di perguruan tinggi. Kondisi ideal ini tidak hanya diukur dari Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang tinggi, tetapi juga mencakup pengembangan kompetensi, keterampilan berpikir kritis, serta kemampuan untuk belajar secara mandiri dan berkelanjutan (Thomas Steare et al., 2024). Prestasi optimal dipengaruhi oleh serangkaian faktor internal seperti motivasi belajar, kecerdasan, dan kondisi psikologis, serta faktor eksternal yang mencakup lingkungan belajar, kualitas pengajaran, dan dukungan sosial (Devi Ratih Retnowati et al., 2016). Mahasiswa yang berhasil mencapai prestasi unggul umumnya memiliki kemampuan untuk fokus pada tujuan akademik, mengelola sumber daya secara efektif, dan menjaga keseimbangan antara kehidupan akademik dengan aspek kehidupan lainnya.

Namun, era digital telah mengubah lanskap pendidikan tinggi secara fundamental dengan penetrasi media sosial yang mencapai 5,24 miliar pengguna aktif di seluruh dunia pada tahun 2025, merepresentasikan lebih dari 60% dari total populasi global (Kepios, 2025). Mahasiswa sebagai digital natives menghabiskan rata-rata 143 menit per hari menggunakan media sosial, yang menunjukkan sedikit penurunan dibandingkan tahun sebelumnya (Cropink, 2025). Perkembangan teknologi komunikasi ini menciptakan paradigma baru dalam interaksi sosial dan pembelajaran akademik yang memerlukan kajian mendalam tentang dampaknya terhadap prestasi akademik mahasiswa (Kepios, 2025).

Mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta menunjukkan dinamika hasil akademik yang mencerminkan tantangan dan upaya mereka dalam menjalani studi di tengah lingkungan perkuliahan yang

kompetitif. Berdasarkan data PDDIKTI terdapat sejumlah mahasiswa yang mengalami penurunan IPK, bahkan hingga di bawah 3,00, yang dapat dikategorikan sebagai rendah. Penurunan ini terlihat dari Indeks Prestasi Semester (IPS) yang tidak optimal, dengan beberapa mahasiswa mencatatkan IPS mendekati 0 atau di bawah 2,00, yang sering kali disebabkan oleh ketidakaktifan dalam perkuliahan atau kesulitan dalam menyelesaikan sks tertentu. Fenomena ini menjadi cerminan adanya tantangan seperti beban akademik, faktor eksternal, atau kurangnya dukungan pembelajaran, yang mendorong perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi penyebab penurunan prestasi dan merancang strategi intervensi yang efektif guna mendukung keberhasilan akademik mereka.

Data global menunjukkan bahwa 97,3% orang dewasa yang terhubung internet menggunakan setidaknya satu jaringan sosial atau platform pesan setiap bulan (Kepios, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan WhatsApp (98,25%) dan YouTube (91,75%) sebagai platform utama untuk aktivitas akademik dan sosial (Hassanbeigi et al., 2021)³. Di Indonesia sendiri, hampir seluruh mahasiswa atau sekitar 98,19% menggunakan media sosial, meningkat 3,55% dibandingkan tahun 2020 yang mencapai 94,64% (APJII, 2024).

Media sosial memiliki dampak dualistik terhadap prestasi akademik mahasiswa, di mana penggunaan yang bijak dapat meningkatkan prestasi belajar jika dimanfaatkan untuk mencari informasi akademik dan memperluas jaringan belajar (Pratiwi, 2024). Namun, penelitian lain mengungkapkan korelasi negatif yang signifikan antara penggunaan media sosial berlebihan dan prestasi akademik, dengan 61,2% mahasiswa berprestasi rendah menggunakan media sosial lebih dari 3 jam per hari (Hassanbeigi et al., 2021). Fenomena ini menunjukkan kompleksitas hubungan antara teknologi digital dan outcome akademik (Pratiwi, 2024).

Penggunaan media sosial yang tidak terkontrol menyebabkan gangguan konsentrasi dan prokrastinasi akademik yang signifikan, dengan intensitas penggunaan media sosial berperan sebesar 15,2% terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa saat sistem pembelajaran jarak jauh (Edukatif, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa notifikasi media sosial yang konstan dapat mengganggu sesi

belajar dan menurunkan kualitas deep learning yang diperlukan untuk pemahaman konsep kompleks (Yudhanto, 2024). *Cognitive overload* akibat bombardir informasi dari media sosial dapat menghambat kemampuan fokus mahasiswa dalam tugas-tugas akademik yang memerlukan konsentrasi tinggi (Yudhanto, 2024).

Fenomena media multitasking menjadi perhatian serius dalam konteks pendidikan tinggi, di mana mahasiswa sering menggunakan beberapa platform media sosial secara bersamaan dengan aktivitas belajar (Uncapher et al., 2017). Penelitian menggunakan process mining dengan *Active Window Tracking* mengungkapkan diskrepansi antara persepsi diri mahasiswa tentang media multitasking dengan perilaku aktual mereka (Rasya et al., 2024). Meskipun ditemukan korelasi positif lemah antara media multitasking dan skor tugas, faktor lain seperti kemampuan bawaan dan working memory capacity memiliki pengaruh yang lebih signifikan (Rasya et al., 2024).

Indonesia memiliki karakteristik unik dalam penggunaan media sosial dengan WhatsApp (88,7%), Instagram (84,8%), Facebook (81,3%), dan TikTok (63,1%) sebagai platform dominan yang digunakan masyarakat (We Are Social, 2022). Penelitian pada mahasiswa Indonesia menunjukkan bahwa YouTube (96,87%), Facebook (96,01%), WhatsApp (95,08%), dan Instagram (91,12%) menjadi platform yang paling banyak digunakan untuk keperluan akademik dan sosial (APJII, 2022). Platform-platform ini digunakan untuk tugas kelompok, diskusi akademik, dan pertukaran informasi pembelajaran (APJII, 2022).

Manajemen waktu merupakan keterampilan fundamental yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa, dengan penelitian terbaru menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara keterampilan manajemen waktu dan pencapaian akademik siswa (Pan et al., 2011). Studi korelasional menunjukkan hubungan positif yang kuat antara keterampilan manajemen waktu dan pencapaian akademik siswa, dengan koefisien korelasi sebesar 0,194 dan interval kepercayaan 95% (Claessens et al., 2007). Komponen manajemen waktu meliputi prioritas, penjadwalan, dan kontrol diri yang berkontribusi pada efektivitas belajar (Liu & Zhang, 2020).

Manajemen waktu dalam konteks akademik mencakup beberapa dimensi utama: prioritas tugas, prokrastinasi, dan sosialisasi yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa (Zhao et al., 2012). Penelitian menunjukkan bahwa variabel Manajemen Waktu berpengaruh terhadap prestasi akademik dengan nilai signifikansi sebesar 0,027, lebih kecil dari nilai batas signifikansi 0,05, dan koefisien korelasi bernilai positif (Kurniawan et al., 2024). *Goal-setting*, *scheduling*, dan *self-awareness* merupakan komponen inti dalam pelatihan manajemen waktu yang efektif (Zhao et al., 2012).

Penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu memiliki dampak signifikan terhadap motivasi mahasiswa tingkat universitas, meskipun hasil studi di Indonesia menunjukkan korelasi yang tidak signifikan antara manajemen waktu dan prestasi akademik Makiah & Nusron (2025). *Academic competence*, *test competence*, dan *time management* terbukti sebagai faktor determinan prestasi akademik, dengan *test competence* sebagai faktor diskriminator terpenting antara mahasiswa berprestasi tinggi dan rendah (Huang et al., 2017). Kemampuan mengelola beban studi dan materi ujian secara efektif menjadi prediktor utama kesuksesan akademik (Huang et al., 2017).

Interaksi antara penggunaan media sosial dan manajemen waktu menciptakan dinamika kompleks yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa, dengan entertainment motives menunjukkan dampak negatif signifikan terhadap GPA ($\beta = -0,350$, $R^2 = 0,123$). Mahasiswa yang menggunakan media sosial untuk tujuan akademik menunjukkan kecenderungan GPA yang lebih baik, sementara penggunaan untuk sosialisasi memberikan dampak negatif. Penelitian menunjukkan bahwa daily time usage memediasi hubungan antara motif penggunaan media sosial dan prestasi akademik (MDPI, 2025).

Mahasiswa Indonesia menunjukkan pola penggunaan media sosial yang beragam, dengan platform seperti TikTok, YouTube dan Instagram sering digunakan untuk tujuan hiburan (Adiarsi et al., 2024). Durasi screen time bervariasi signifikan, dengan 41,5% mahasiswa menggunakan media sosial 1-3 jam per hari dan 30% menggunakan 3-5 jam per hari, yang memiliki implikasi berbeda terhadap

prestasi akademik tergantung pada tujuan penggunaan (Hassanbeigi et al., 2021). Penelitian kualitatif mengungkapkan bahwa mahasiswa menggunakan media sosial untuk *self-development*, pemahaman kejadian global, dan sebagai sumber pengetahuan tak terbatas Adiarsi et al. (2024).

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta memiliki kompleksitas tersendiri dengan mahasiswa yang menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan penggunaan media sosial dan manajemen waktu (Pratiwi, 2024). Mahasiswa angkatan 2021 berada dalam konteks pembelajaran *hybrid* akibat pandemi COVID-19, yang mengintensifkan penggunaan teknologi digital dan media sosial untuk keperluan akademik (Pratiwi, 2024). Adaptasi terhadap pembelajaran online ini memerlukan keterampilan manajemen waktu yang lebih baik untuk menyeimbangkan tuntutan akademik dan distraksi digital (Yudhanto, 2024).

Penelitian tentang pengaruh media sosial dan manajemen waktu terhadap prestasi akademik menjadi semakin urgent mengingat sebagian besar mahasiswa (72,1%) mengalami gejala kecanduan media sosial sedang, sebagian kecil mahasiswa (16,2%) mengalami gejala kecanduan media sosial tinggi, dan sebagian kecil mahasiswa (11,7%) mengalami gejala kecanduan media sosial rendah (Hartinah et al., 2019). Era digital menuntut keseimbangan antara pemanfaatan teknologi untuk pembelajaran dan pengendalian dampak negatifnya terhadap fokus akademik (Kompasiana, 2024). Pemahaman mendalam tentang dinamika ini diperlukan untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif (Kompasiana, 2024).

Dengan demikian, prestasi akademik mahasiswa di era digital dipengaruhi oleh dinamika kompleks antara pemanfaatan teknologi dan kemampuan manajemen diri. Penggunaan media sosial yang tidak terkontrol berpotensi menjadi penghambat utama melalui distraksi dan prokrastinasi akademik, sementara manajemen waktu yang efektif terbukti menjadi faktor krusial dalam mencapai keberhasilan akademik. Mengingat mahasiswa angkatan 2021 merupakan kelompok unik yang mengalami transisi ke pembelajaran *hybrid* dan intensifikasi

penggunaan teknologi, maka menjadi sangat relevan untuk meneliti lebih dalam mengenai pengaruh penggunaan media sosial dan manajemen waktu terhadap prestasi akademik mereka di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta. Oleh karena itu, penelitian ini akan memberikan kontribusi penting bagi pengembangan kebijakan pendidikan dan strategi pembelajaran yang adaptif terhadap tantangan era digital.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah Penggunaan Media Sosial berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021?
2. Apakah Manajemen Waktu berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021?
3. Apakah Penggunaan Media Sosial dan Manajemen Waktu secara Bersamaan berpengaruh signifikan terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menganalisis dan mengetahui Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021
2. Untuk menganalisis dan mengetahui Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021

3. Untuk menganalisis dan mengetahui Pengaruh Penggunaan Media Sosial dan Manajemen Waktu terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta 2021

1.4 Manfaat Penelitian

a) Manfaat bagi Praktis

Secara praktis, penelitian ini menyediakan landasan empiris bagi pengembangan strategi intervensi yang efektif untuk meningkatkan prestasi akademik mahasiswa melalui optimalisasi penggunaan media sosial dan penguatan keterampilan manajemen waktu, dengan memberikan panduan konkret bagi mahasiswa untuk memanfaatkan media sosial secara bijak sebagai alat pendukung pembelajaran. Bagi institusi pendidikan, khususnya Fakultas Ekonomi dan Bisnis UNJ, hasil penelitian dapat menjadi dasar untuk merumuskan kebijakan akademik yang mengintegrasikan literasi digital dan pelatihan manajemen waktu ke dalam kurikulum, serta mengembangkan program pendampingan mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan penggunaan teknologi digital dengan tuntutan akademik. Temuan penelitian juga dapat dimanfaatkan oleh dosen dan pengelola pendidikan untuk merancang strategi pembelajaran yang mengoptimalkan potensi media sosial sebagai sarana kolaborasi dan berbagi pengetahuan, sekaligus meminimalisir dampak negatifnya terhadap konsentrasi dan produktivitas akademik mahasiswa.

b) Manfaat bagi Akademis

Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dengan memperkaya literatur akademik mengenai interaksi kompleks antara penggunaan media sosial, manajemen waktu, dan prestasi akademik mahasiswa, khususnya dalam konteks pembelajaran hybrid pasca-pandemi yang belum banyak dieksplorasi. Temuan penelitian dapat menjadi landasan teoretis untuk mengembangkan model pembelajaran yang mengintegrasikan teknologi digital secara efektif dalam pendidikan tinggi, serta menyediakan kerangka konseptual baru tentang bagaimana variabel

media sosial dan manajemen waktu berinteraksi dalam mempengaruhi outcome akademik mahasiswa dengan koefisien determinasi yang terukur. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi berharga bagi penelitian lanjutan dalam bidang teknologi pendidikan, psikologi pendidikan, dan manajemen pembelajaran di era digital, sehingga memperluas cakrawala keilmuan dan mendorong inovasi dalam metode pembelajaran di perguruan tinggi.

c) Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini memberikan manfaat luas bagi masyarakat dengan meningkatkan kesadaran publik tentang pentingnya keseimbangan digital dalam kehidupan akademik dan personal, serta memberikan wawasan berharga bagi orangtua dan pendidik mengenai bagaimana mendampingi generasi muda dalam menghadapi tantangan era digital. Temuan penelitian dapat menjadi basis pengetahuan untuk kampanye literasi digital yang lebih luas, membantu masyarakat memahami bagaimana teknologi dapat dimanfaatkan secara optimal untuk meningkatkan kualitas pendidikan tanpa mengorbankan aspek penting lainnya dalam perkembangan mahasiswa. Lebih jauh, hasil penelitian berkontribusi pada upaya kolektif membangun ekosistem pendidikan yang adaptif terhadap perkembangan teknologi, mendukung terbentuknya generasi yang tidak hanya melek digital tetapi juga mampu mengelola waktu secara efektif untuk mencapai keunggulan akademik dan profesional di masa depan.

Intelligentia - Dignitas