



## Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama

Muhammad Rafli<sup>1</sup>, Syarifah Nora Andriaty<sup>2</sup>, Rina Erlina<sup>3</sup>, Satria Safriza<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

\*Corresponding author

E-mail addresses: [Nora\\_kedokteran@abulyatama.ac.id](mailto:Nora_kedokteran@abulyatama.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received July 12, 2025

Revised July 20, 2025

Accepted September 27, 2025

Available online Oktober 28, 2025

#### Kata Kunci:

Media sosial, Indeks Prestasi Kumulatif dan Online

#### Keywords:

Social media, Grade Point Average and Online.



This is an open access article under the [CC BY SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.  
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Sagita Akademia Maju.

### ABSTRAK

Media sosial merupakan media daring yang memungkinkan individu untuk berbagi, berpartisipasi, dan menciptakan konten seperti blog, forum, serta jejaring sosial yang didukung oleh teknologi multimedia. Penggunaan media sosial memiliki dampak positif maupun negatif terhadap mahasiswa. Dampak positifnya meliputi perluasan jaringan pertemanan dan peningkatan motivasi belajar, sedangkan dampak negatifnya antara lain berkurangnya waktu belajar, gangguan fokus, dan menurunnya semangat akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain *cross-sectional* dan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* sebanyak 150 mahasiswa angkatan 2021–2023. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara penggunaan media sosial terhadap indeks prestasi kumulatif (IPK) mahasiswa dengan nilai signifikansi 0,038 ( $< 0,05$ ) dan koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,029. Hal ini menunjukkan

bahwa penggunaan media sosial berkontribusi sebesar 2,9% terhadap variasi prestasi akademik mahasiswa, sedangkan 97,1% dipengaruhi oleh faktor lain seperti usia, kualitas konten, dan interaksi sosial. Dengan demikian, penggunaan media sosial dapat memberikan pengaruh positif terhadap prestasi akademik apabila dimanfaatkan secara bijak dan proporsional untuk mendukung kegiatan pembelajaran.

### ABSTRACT

Social media is an online platform that enables individuals to share, participate, and create content such as blogs, forums, social networks, and virtual spaces supported by multimedia technology. It has both positive and negative impacts on students. On the one hand, it can expand social networks and enhance learning motivation; on the other, it may reduce study time, disrupt concentration, and decrease productivity and social interaction. This study aims to examine the influence of social media use on the academic achievement of medical education students at the Faculty of Medicine, Universitas Abulyatama. This quantitative descriptive study employed a cross-sectional design with purposive sampling involving 150 students from the 2021–2023 cohorts. Data were analyzed using simple linear regression. The results showed that social media use had a statistically significant effect on students' Grade Point Averages (GPA) ( $p < 0.05$ ) with an  $R^2$  value of 0.029, indicating that 2.9% of the variance in academic performance was influenced by social media use. Although the effect size was small, the findings suggest that when used appropriately, social media can support academic engagement and provide access to educational resources. However, excessive or non-academic use may hinder focus and reduce academic outcomes.

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di era digital telah mengubah secara mendasar cara manusia memperoleh, mengolah, dan menyebarkan informasi. Salah satu dampak paling menonjol dari transformasi digital ini adalah meningkatnya penggunaan media sosial sebagai sarana utama dalam berinteraksi dan berbagi pengetahuan. Media sosial didefinisikan sebagai platform daring yang memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi, berkolaborasi, serta menciptakan dan mendistribusikan konten digital seperti teks, gambar, maupun video dalam jaringan yang luas (Raba'ani & Indriyani, 2024). Dalam konteks pendidikan tinggi, media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan mahasiswa, tidak hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai media belajar yang fleksibel dan interaktif.

Secara global, penggunaan media sosial terus menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun. Laporan *We Are Social* dan *Hootsuite* (Riyanto, 2023) mencatat bahwa pada Januari 2023 terdapat sekitar 4,76 miliar pengguna aktif media sosial atau setara dengan 59,4% populasi dunia. Di Indonesia, survei menunjukkan bahwa lebih dari separuh penduduk telah aktif menggunakan media sosial, dengan platform yang paling populer meliputi *Instagram*, *TikTok*, *YouTube*, *WhatsApp*, dan *Facebook* (Imam Izzulsyah et al., 2022). Menurut data Badan Pusat Statistik Aceh (Heriansyah, 2024), sebanyak 59,3% penduduk di provinsi tersebut telah mengakses internet, termasuk media sosial, terutama di kalangan usia produktif seperti mahasiswa.

Mahasiswa merupakan kelompok pengguna media sosial yang dominan dan aktif. Mereka memanfaatkan media sosial untuk berbagai tujuan, seperti memperoleh informasi akademik, menjalin jejaring sosial, berbagi pengalaman belajar, hingga hiburan (Anwar, 2017; Panggabean, 2024). Namun, intensitas dan tujuan penggunaan media sosial dapat menghasilkan efek yang berbeda terhadap capaian akademik. Dampak positif media sosial antara lain memperluas jaringan pembelajaran, memotivasi mahasiswa dalam studi, serta menyediakan sumber belajar tambahan yang mudah diakses (Asmál & Taufik, 2023). Sebaliknya, penggunaan yang tidak terkontrol dapat mengganggu fokus belajar, menurunkan produktivitas akademik, dan memicu perilaku adiktif terhadap gawai (Imasria Wahyuliarni & Ayu Kumala Sari, 2021; Purnama, 2022).

Fenomena ini dapat dijelaskan melalui **Teori Pembelajaran Sosial (Social Learning Theory)** yang dikemukakan oleh Bandura (1977), yang menyatakan bahwa perilaku individu terbentuk melalui proses observasi dan interaksi sosial dalam lingkungan. Dalam konteks media sosial, mahasiswa belajar tidak hanya dari materi akademik formal, tetapi juga dari model perilaku, pengalaman, dan informasi yang mereka peroleh melalui platform digital. Selain itu, **Teori Kognitif Sosial Digital** (Siemens, 2019) menekankan bahwa pembelajaran dalam ekosistem digital terjadi melalui konektivitas dan partisipasi aktif dalam jaringan informasi. Dengan demikian, media sosial dapat berfungsi sebagai ruang pembelajaran kolaboratif yang memperkuat motivasi dan pengetahuan mahasiswa apabila digunakan secara produktif.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang beragam terkait pengaruh media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa. Penelitian di India

melaporkan adanya korelasi negatif antara penggunaan media sosial dan prestasi belajar mahasiswa kedokteran (Bhandarkar et al., 2021), sementara penelitian di Irak dan Afghanistan menemukan bahwa media sosial justru memberikan dampak positif terhadap performa akademik (Al-Ibrahmy et al., 2020; Mushtaq & Benraghda, 2018). Di Indonesia, Nurjanah (2020) mengungkapkan bahwa media sosial berkontribusi positif terhadap prestasi mahasiswa karena dapat meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Perbedaan hasil ini mengindikasikan bahwa efek media sosial sangat bergantung pada konteks penggunaan, intensitas akses, dan orientasi akademik penggunaannya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk **menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama**. Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana frekuensi dan durasi penggunaan media sosial berkorelasi dengan indeks prestasi kumulatif (IPK) mahasiswa. Temuan penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan strategi pembelajaran digital di lingkungan pendidikan kedokteran, serta menjadi acuan bagi mahasiswa dan dosen dalam mengoptimalkan penggunaan media sosial sebagai media pembelajaran yang produktif, terarah, dan beretika.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan **pendekatan kuantitatif** dengan desain **cross-sectional**, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis hubungan antara variabel independen dan dependen pada satu waktu tertentu tanpa melakukan intervensi.

### *Jenis dan Desain Penelitian*

Jenis penelitian ini adalah **deskriptif kuantitatif** dengan desain **cross-sectional**. Desain ini digunakan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi secara empiris pada waktu yang bersamaan, yaitu antara tingkat penggunaan media sosial dan prestasi akademik mahasiswa.

### *Populasi dan Sampel*

Populasi penelitian mencakup seluruh **mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama** angkatan 2021, 2022, dan 2023. Teknik pengambilan sampel menggunakan **purposive sampling**, yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak **150 responden** yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

### *Jenis dan Sumber Data*

Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan **data primer**, yaitu data yang diperoleh secara langsung dari responden melalui pengisian **kuesioner terstruktur**. Kuesioner disusun untuk mengukur variabel-variabel berikut:

1. Dampak penggunaan media sosial,
2. Jenis media sosial yang digunakan,
3. Frekuensi penggunaan media sosial, dan

4. Durasi penggunaan media sosial.

Selain itu, data prestasi akademik mahasiswa diukur berdasarkan **Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)** yang dilaporkan oleh responden.

**Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan menggunakan **instrumen kuesioner tertutup** dengan skala kategorik dan numerik. Pengisian kuesioner dilakukan secara langsung oleh responden di bawah pengawasan peneliti, guna memastikan validitas jawaban dan meminimalkan bias respon.

**Teknik Analisis Data**

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan dua tahap analisis, yaitu **analisis univariat** dan **analisis bivariat**:

1. **Analisis Univariat**

Analisis ini digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi variabel penelitian, seperti jenis kelamin, usia, angkatan, IPK, durasi penggunaan media sosial, frekuensi penggunaan, dan jenis media sosial yang paling sering digunakan.

2. **Analisis Bivariat**

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen (penggunaan media sosial) terhadap variabel dependen (prestasi akademik mahasiswa). Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan **uji regresi linear sederhana** dengan tahapan sebagai berikut:

- **Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov** untuk memastikan data berdistribusi normal.
- **Uji Linearitas** untuk memverifikasi hubungan linear antara variabel bebas dan terikat.
- **Uji Regresi Linear Sederhana** untuk menganalisis hubungan dan pengaruh antarvariabel.
- **Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ )** untuk mengetahui besaran pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.
- **Uji t (parsial)** untuk menguji signifikansi pengaruh secara statistik.

Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,038 < 0,05$  dan nilai  $R^2 = 0,029$ , yang mengindikasikan adanya pengaruh signifikan antara penggunaan media sosial dan prestasi akademik mahasiswa, dengan kontribusi pengaruh sebesar 2,9%, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti usia, motivasi belajar, dan kualitas konten yang diakses.

### 3. **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Hasil**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 150 mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama angkatan 2021, 2022, dan 2023, ditemukan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa. Dari hasil analisis regresi linear sederhana diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,038 ( $< 0,05$ ) dan nilai  $R^2$  sebesar 0,029, yang menunjukkan bahwa media sosial memberikan pengaruh terhadap indeks prestasi kumulatif (IPK) mahasiswa sebesar 2,9%, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti umur, kualitas konten, dan interaksi sosial. Sebagian besar responden (71%) berjenis kelamin perempuan dan termasuk dalam kategori dewasa

muda (84%), dengan mayoritas berasal dari angkatan 2022. Berdasarkan hasil analisis univariat, mayoritas mahasiswa (56%) memiliki IPK dengan predikat “pujian”, sementara 44% memperoleh predikat “sangat memuaskan”. Penggunaan media sosial tergolong tinggi, dengan 87% mahasiswa menggunakan media sosial lebih dari tiga jam per hari, meskipun frekuensi penggunaan per hari tergolong rendah (<4 kali per hari) sebesar 85%. Jenis media sosial yang paling sering digunakan adalah TikTok (71%), diikuti oleh Instagram (22%), dan YouTube (6%). Sebanyak 90% mahasiswa menilai dampak media sosial sebagai “cukup baik”, sementara hanya 7% yang menilai “tidak baik”.

Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial dapat memberikan dampak positif terhadap prestasi akademik apabila digunakan dengan tujuan akademik yang jelas, seperti mencari referensi, berdiskusi, dan berbagi informasi pembelajaran. Namun, penggunaan berlebihan untuk hiburan dapat berdampak negatif pada fokus belajar dan efisiensi waktu belajar mahasiswa. Hasil ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya di berbagai negara seperti Irak, Afghanistan, dan Indonesia, yang menunjukkan bahwa media sosial dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan mahasiswa dalam proses belajar apabila digunakan secara bijak dan terarah. Meskipun pengaruhnya relatif kecil (2,9%), penelitian ini menegaskan pentingnya literasi digital dan pengelolaan waktu dalam penggunaan media sosial agar mahasiswa mampu memanfaatkan teknologi untuk menunjang prestasi akademiknya.

### ***Pembahasan***

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, meskipun kontribusinya relatif kecil yaitu sebesar 2,9%. Temuan ini menegaskan bahwa media sosial, yang pada awalnya sering dipersepsikan sebagai distraktor belajar, sebenarnya dapat memberikan dampak positif apabila dimanfaatkan secara tepat dan proporsional. Sebagian besar mahasiswa menggunakan media sosial dengan durasi tinggi (>3 jam per hari), namun frekuensi aksesnya relatif rendah (<4 kali per hari), yang mengindikasikan bahwa mahasiswa mampu mengelola waktu dan penggunaan media sosial mereka dengan baik. Dominasi platform TikTok sebagai media sosial yang paling sering digunakan menggambarkan pergeseran pola belajar generasi digital yang lebih menyukai konten audio-visual interaktif, sejalan dengan temuan Fitri Fajriani et al. (2024) yang menyatakan bahwa TikTok dapat menjadi sarana pembelajaran yang menarik dan efektif apabila diarahkan untuk tujuan akademik. Penggunaan media sosial secara konstruktif, seperti untuk berbagi informasi medis, berdiskusi dalam kelompok belajar, atau mencari referensi ilmiah, terbukti mampu meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman materi. Hal ini mendukung hasil penelitian Cuong et al. (2025) dan Mendoza et al. (2022) yang menunjukkan bahwa efek media sosial terhadap prestasi akademik bergantung pada tujuan penggunaannya—apabila digunakan untuk pembelajaran dan kolaborasi ilmiah, maka dampaknya positif; namun jika digunakan berlebihan untuk hiburan, maka dapat menurunkan fokus dan motivasi belajar. Meski demikian, nilai  $R^2$  yang rendah (0,029) menunjukkan bahwa faktor lain seperti usia, kedewasaan emosional,

disiplin belajar, dan kualitas konten yang diakses turut berkontribusi besar terhadap prestasi akademik mahasiswa. Temuan ini memperkuat pandangan Al-Ibrahimi et al. (2020) bahwa pengaruh media sosial terhadap performa akademik bersifat situasional dan bergantung pada pola penggunaan. Oleh karena itu, diperlukan bimbingan dari dosen dan institusi pendidikan agar mahasiswa mampu mengintegrasikan penggunaan media sosial secara efektif dalam kegiatan akademik, dengan menekankan literasi digital, manajemen waktu, dan pemilahan konten yang edukatif. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa media sosial bukanlah faktor yang sepenuhnya negatif terhadap prestasi belajar, tetapi justru dapat menjadi instrumen pendukung pembelajaran kedokteran di era digital apabila digunakan secara produktif, terarah, dan disertai kontrol diri yang baik.

#### **4. SIMPULAN DAN SARAN**

##### ***Simpulan***

Berdasarkan hasil analisis terhadap 150 mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama angkatan 2021, 2022, dan 2023, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial memiliki pengaruh positif namun relatif kecil terhadap prestasi akademik mahasiswa. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dalam kategori "pujian" (56%), dengan tingkat penggunaan media sosial harian tergolong tinggi (87%), frekuensi penggunaan harian tergolong rendah (85%), dan platform yang paling banyak digunakan adalah TikTok (71%). Hasil uji regresi linear sederhana memperlihatkan nilai signifikansi sebesar  $0,038 < 0,05$  dengan koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,029, yang berarti penggunaan media sosial memberikan kontribusi sebesar 2,9% terhadap prestasi akademik mahasiswa, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti usia, kualitas konten, dan interaksi sosial. Dengan demikian, penggunaan media sosial yang terarah dan produktif dapat memberikan dampak positif pada performa akademik mahasiswa, terutama jika digunakan sebagai sarana pembelajaran, berbagi informasi, atau diskusi akademik. Namun, pemanfaatannya memerlukan pengelolaan dan bimbingan yang bijak agar tidak beralih menjadi distraksi yang mengganggu proses belajar. Penelitian ini menegaskan bahwa media sosial bukan sekadar hiburan, tetapi juga dapat menjadi instrumen pembelajaran modern yang mendukung keterlibatan dan motivasi belajar mahasiswa apabila digunakan secara proporsional dan bertanggung jawab.

##### ***Saran***

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa aktif Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, beberapa saran dapat diberikan untuk berbagai pihak yang terkait. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi dan pertimbangan dalam mengelola waktu serta kebiasaan penggunaan media sosial. Mahasiswa sebaiknya mampu menggunakan media sosial secara lebih bijak, produktif, dan proporsional sesuai dengan kebutuhan akademik, misalnya dengan memanfaatkan platform tersebut untuk mencari literatur ilmiah, berdiskusi dalam komunitas akademik, atau mengikuti

konten edukatif yang relevan dengan bidang kedokteran. Dengan demikian, durasi penggunaan media sosial yang tinggi dapat diubah menjadi aktivitas yang bernilai akademik dan meningkatkan kompetensi diri. Bagi pihak fakultas dan lembaga pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam merancang kebijakan dan kegiatan pembinaan yang berorientasi pada peningkatan literasi digital mahasiswa, terutama dalam aspek pemanfaatan media sosial untuk mendukung proses belajar dan penelitian. Institusi juga dapat mengadakan pelatihan atau seminar mengenai etika digital, manajemen waktu online, serta penggunaan media sosial sebagai sarana pembelajaran modern. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, studi ini dapat dijadikan pijakan awal untuk meneliti lebih dalam faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa, seperti motivasi belajar, manajemen waktu, atau kualitas konten media sosial yang diakses. Penelitian lanjutan juga disarankan untuk memperluas populasi dan variabel yang diteliti agar hasilnya dapat digeneralisasikan secara lebih luas dan memberikan kontribusi ilmiah yang lebih komprehensif terhadap literatur mengenai media sosial dan kinerja akademik di era digital

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Alaydus, A., & Malik, M. (2023). *Pengaruh penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa kedokteran di Medan*. *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 12(3), 45–53.
- Al-Ibrahimi, M., Ahmed, S., & Ali, H. (2020). *The impact of social media usage on medical students' academic performance in Iraq*. *International Journal of Medical Education*, 11(2), 105–113.
- Anwar, R. (2017). *Penggunaan media sosial di Indonesia menurut Kementerian Kominfo*. *Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 5(1), 1–10.
- Aries Siswanto, & Wahjuningsih, N. (2024). *Dampak penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa STMIK Widya Pratama Pekalongan*. *Jurnal Teknologi Informasi dan Pendidikan*, 8(1), 88–95.
- Asmál, F., & Taufik, M. (2023). *Dampak negatif media sosial terhadap fokus belajar mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(2), 55–63.
- Bhandarkar, P., Singh, R., & Kaur, S. (2021). *Correlation between social media use and academic performance among medical students in India*. *Indian Journal of Medical Education*, 60(3), 120–128.
- Chukwuere, J. E. (2021). *The negative effects of social media on youth: A study on screen time and mental well-being*. *Journal of Social Media Studies*, 9(4), 245–260.
- Cuong, T., Nguyen, L., & Pham, D. (2025). *The effect of social media use on students' learning motivation and academic achievement*. *Journal of Educational Technology*, 15(1), 11–22.
- Fajriani, F., Rahmawati, D., & Yusuf, A. (2024). *Pemanfaatan media sosial TikTok dalam proses pembelajaran di Universitas Nasional Pasim*. *Jurnal Inovasi Media Pembelajaran*, 6(2), 33–41.
- Heriansyah, M. (2024). *Survei sosial ekonomi nasional (SUSENAS) Aceh: Penggunaan internet dan media sosial*. Badan Pusat Statistik Aceh.
- Imam Izzulsyah, R., Santoso, B., & Rahman, H. (2022). *Statistik penggunaan internet*

- dan media sosial di Indonesia tahun 2022. *Jurnal Data Digital Indonesia*, 9(1), 22–31.
- Imasria Wahyuliarmy, & Ayu Kumala Sari. (2021). *Perilaku adiksi media sosial di kalangan mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(2), 66–74.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Klasifikasi umur remaja dan dewasa muda dalam kesehatan masyarakat*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lediwara, D., Putra, M., & Santika, A. (2023). *Hubungan penggunaan media sosial terhadap Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa Universitas Pertahanan Republik Indonesia*. *Jurnal Strategi Pendidikan*, 7(3), 102–109.
- Mendoza, G., Santos, R., & Dela Cruz, M. (2022). *Social media in education: Enhancing learning and teaching in information technology*. *Journal of Educational Informatics*, 18(2), 88–97.
- Muliansyah, D., & Widjaja, S. (2022). *Tren global penggunaan internet dan media sosial 2015–2021*. *Jurnal Komunikasi Global*, 5(4), 77–85.
- Mushtaq, S., & Benraghda, A. (2018). *Social media impact on students' academic performance: Evidence from Afghanistan*. *Asian Journal of Education and e-Learning*, 6(2), 75–83.
- Nurjanah, S. (2020). *Pengaruh media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa di Batam*. *Jurnal Pendidikan dan Teknologi*, 10(1), 13–20.
- Panggabean, L. (2024). *Analisis penggunaan media sosial berdasarkan demografi pengguna di Indonesia*. *Jurnal Komunikasi Sosial*, 9(1), 41–49.
- PDDikti. (2025). *Pedoman penilaian dan predikat Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) di perguruan tinggi*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Kemendikbudristek.
- Purnama, D. (2022). *Risiko perilaku online dan dampaknya terhadap kinerja akademik mahasiswa*. *Jurnal Media dan Pendidikan Digital*, 7(3), 89–97.
- Rabaani, A., & Indriyani, E. (2024). *Media sosial dan dampaknya terhadap motivasi belajar mahasiswa*. *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan*, 12(1), 14–25.
- Riyanto, R. (2023). *Global report: Social media usage 2015–2023 (We Are Social & Hootsuite)*. We Are Social.
- Sugiyanto, E., & Malik, F. (2023). *Durasi penggunaan media sosial mahasiswa Universitas Tarumanagara*. *Jurnal Psikologi dan Perilaku Digital*, 3(2), 112–119