



## **PENGARUH PENGGUNAAN TIKTOK DI KALANGAN MAHASISWA**

**Nabila Aorel Piktoria<sup>1</sup>, Triani Widyanti<sup>2</sup>, Hendro Sugiarto<sup>3</sup>**

Institut Pendidikan Indonesia<sup>1,2,3</sup>

e-mail: [bilavictoria24@gmail.com](mailto:bilavictoria24@gmail.com)

Diterima: 29/1/2026; Direvisi: 5/2/2026; Diterbitkan: 16/2/2026

### **ABSTRAK**

Penggunaan TikTok semakin banyak digunakan oleh para mahasiswa dan sudah menjadi bagian dari kegiatan sehari-hari mereka. Di lingkungan mahasiswa IPI Garut, aplikasi ini tidak hanya digunakan untuk bermain, tetapi juga untuk mendapatkan informasi, mengikuti trend, dan berinteraksi dengan teman-teman. Hal ini memunculkan pertanyaan bagaimana penggunaan TikTok memengaruhi cara belajar dan kegiatan akademik para mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh penggunaan TikTok terhadap perilaku belajar dan produktivitas mahasiswa IPI Garut. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data diperoleh melalui wawancara dengan sejumlah mahasiswa yang menggunakan TikTok dan observasi terhadap cara penggunaan aplikasi dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa TikTok memiliki pengaruh yang beragam. Beberapa mahasiswa merasa manfaat seperti terinspirasi, terdorong belajar dari konten edukatif, serta meningkatkan kreativitas. Namun, ada juga yang mengalami gangguan, fokus belajar menurun, dan kebiasaan menunda tugas karena penggunaan yang tidak terkendali. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh TikTok bisa positif atau negatif, tergantung pada cara dan seberapa sering digunakan. Kesimpulannya, penggunaan TikTok oleh mahasiswa IPI Garut memiliki pengaruh besar terhadap aktivitas belajar. Penggunaan yang bijak bisa memberikan manfaat, namun penggunaan berlebihan cenderung mengurangi produktivitas akademik. Dengan demikian, penting bagi mahasiswa untuk lebih sadar dalam mengatur waktu dan membatasi penggunaan TikTok agar tidak mengganggu proses belajar.

**Kata Kunci:** *Mahasiswa IPI Garut, Media Sosial, Pengaruh Penggunaan TikTok*

### **ABSTRACT**

TikTok is increasingly used by students and has become part of their daily activities. Among students at IPI Garut, the app is used not only for gaming but also for obtaining information, following trends, and interacting with friends. This raises the question of how TikTok use affects students' learning styles and academic activities. This study aims to understand the influence of TikTok use on the learning behavior and productivity of IPI Garut students. The method used was qualitative research with a descriptive approach. Data were obtained through interviews with several students who use TikTok and observations of how the app is used in their daily lives. The results show that TikTok has diverse effects. Some students experience benefits such as being inspired, motivated to learn from educational content, and increased creativity. However, others experience distractions, decreased focus, and procrastination due to uncontrolled use. These findings suggest that the influence of TikTok can be positive or negative, depending on how and how often it is used. In conclusion, IPI Garut students' use of TikTok has a significant impact on their learning activities. Thoughtful use can be beneficial, excessive use tends to reduce academic productivity. Thus, it is important for students to be



more conscious about managing their time and limiting their use of TikTok to prevent it from disrupting their learning process.

**Keywords:** *IPI GarutStudents, Social Media, Impact of Use TikTok*

## PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi informasi pada era digital saat ini berkembang dengan frekuensi yang sangat tinggi hingga menyentuh hampir 100% aspek kehidupan manusia modern secara menyeluruh. Kebutuhan sehari-hari kini menjadi jauh lebih mudah dan bersifat instan karena dukungan infrastruktur komunikasi yang memadai di seluruh penjuru dunia tanpa terkecuali. Internet sebagai motor utama transformasi ini mampu menghubungkan orang tanpa batasan geografis maupun perbedaan zona waktu yang sangat kontras untuk saling berinteraksi secara aktif (Gushevinalti et al., 2020; Pramesti & Irwansyah, 2021). Hal ini menciptakan ruang baru bagi individu untuk menjalankan pekerjaan, menempuh pendidikan, hingga melakukan transaksi keuangan secara *online* tanpa harus bertatap muka secara langsung. Sebagai gambaran nyata, kemunculan *platform* digital seperti Ruang Guru telah menyediakan sarana pembelajaran daring yang efektif, sementara aplikasi Shopee memudahkan proses jual beli bagi masyarakat luas. Berbagai pengembang perangkat lunak atau *software* terus berinovasi untuk menyediakan layanan digital yang sesuai dengan tuntutan pasar yang dinamis dan haus akan kemudahan akses informasi. Kehadiran beragam aplikasi ini telah menjadi kebutuhan pokok dalam menunjang efisiensi kerja dan produktivitas di tengah masyarakat global yang menuntut kecepatan aktual (Arianto, 2021; Fantini & Tamba, 2020).

Aplikasi TikTok yang kini mendunia awalnya dikembangkan oleh seorang pengembang asal negara Cina bernama Zhang Yiming melalui perusahaan Byte Dance pada bulan September 2016. Sebelum dikenal secara luas dengan nama TikTok di pasar internasional, aplikasi ini pertama kali diluncurkan dengan nama Douyin yang berhasil meraup 100.000.000 pengguna hanya dalam waktu 1 tahun saja dengan jumlah tayangan mencapai 1.000.000.000 video setiap hari. Hingga saat ini, aplikasi tersebut telah mengukuhkan posisinya sebagai perangkat luar paling populer dengan angka unduhan resmi mencapai 45.800.000 kali secara global (Rahardaya & Irwansyah, 2021). Durasi video yang ditawarkan pun berkembang secara signifikan, mulai dari awalnya hanya 15 detik kini telah mencapai 60 detik bahkan hingga durasi 10 menit per unggahan konten. Di dalamnya terdapat fitur unik seperti *For You Page* atau FYP yang secara otomatis menampilkan video kreatif sesuai preferensi penonton saat pertama kali membuka aplikasi seluler tersebut. Fenomena ini memicu lahirnya para *Tiktokers* atau *content creator* yang mampu membangun reputasi dan pengaruh besar melalui konten yang unik, kreatif, serta menginspirasi jutaan pengikut lainnya di seluruh dunia maya secara masif (Aulia et al., 2022; Permana & Pratama, 2022; Recoba & Aesthetika, 2022; Sabila & Mutrofin, 2023).

Secara ideal, perkembangan teknologi digital seharusnya menjadi instrumen pendukung yang mampu mendorong produktivitas belajar mahasiswa secara signifikan di lingkungan akademik yang kompetitif. Penggunaan aplikasi pendidikan atau *online learning* diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengakses literatur dan berbagai sumber pengetahuan secara lebih akurat, cepat, dan sistematis. Mahasiswa sebagai agen perubahan diidealkan mampu memfilter setiap konten yang mereka konsumsi agar tetap selaras dengan tujuan pengembangan kompetensi intelektual di bangku perkuliahan. Fokus utama dalam dunia pendidikan tinggi adalah bagaimana memanfaatkan setiap detik waktu yang tersedia untuk melakukan riset mendalam, mengerjakan tugas secara mandiri, serta memperluas wawasan



melalui diskusi ilmiah yang berkualitas tinggi. Integrasi teknologi dalam dunia pendidikan bertujuan untuk menyederhanakan tugas-tugas rumit menjadi lebih efektif dan efisien melalui aturan bahasa pemrograman tertentu yang tertanam di dalam aplikasi pintar. Dengan adanya akses informasi yang terbuka lebar selama 24 jam penuh, mahasiswa diidealkan memiliki tingkat literasi digital yang tinggi serta mampu membedakan dengan tegas antara kebutuhan hiburan semata dan tanggung jawab akademis yang utama demi mencapai hasil maksimal.

Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan yang cukup tajam antara harapan ideal tersebut dengan pola perilaku mahasiswa yang senyatanya terjadi pada kehidupan sehari-hari. Banyak mahasiswa yang terjebak dalam penggunaan media sosial secara berlebihan hingga mengabaikan tanggung jawab akademik utamanya karena durasi akses yang tidak terkontrol dengan baik. Intensitas interaksi dengan layar ponsel yang sangat tinggi selama berjam-jam setiap harinya sering kali mengganggu konsentrasi dan menurunkan fokus utama saat proses belajar mengajar berlangsung di dalam kelas. Munculnya berbagai video negatif dan konten yang kurang mendidik di aplikasi TikTok menjadi tantangan besar yang dapat merusak momentum belajar mahasiswa secara sistematis. Fenomena ini menyebabkan terjadinya perubahan nyata terhadap tingkah laku dan sikap yang dihasilkan dari penggunaan aplikasi secara sembarangan tanpa adanya kontrol diri yang kuat dari individu tersebut. Alih-alih mendapatkan ilmu pengetahuan baru, banyak individu justru mengalami penurunan produktivitas belajar karena menghabiskan waktu produktif mereka hanya untuk menonton hiburan yang kurang bermanfaat secara intelektual. Tekanan sosial untuk selalu tampil populer di dunia maya juga sering kali menimbulkan gangguan psikologis yang memengaruhi kondisi kejiwaan mahasiswa secara subjektif (Hilda & Purwanto, 2024; Jumaroh & Aisyah, 2021; Peni & Mundzir, 2024).

Penggunaan aplikasi TikTok dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks yang secara garis besar terbagi menjadi 2 kategori utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal dalam diri penggunanya. Faktor internal mencakup aspek perasaan psikologis, karakteristik individu, minat, serta motivasi yang mendorong seseorang untuk berinteraksi dengan aplikasi tersebut secara berulang setiap harinya. Perasaan senang atau sedih yang dialami seseorang saat menonton konten tertentu akan sangat menentukan apakah ia akan terus menggunakan aplikasi atau justru memutuskan untuk berhenti. Di sisi lain, faktor eksternal seperti ketersediaan informasi yang sangat cepat dan kebutuhan akan pengakuan sosial memegang peranan yang sangat penting. Kecepatan penyampaian informasi melalui rekaman video pendek membuat seseorang merasa selalu terhubung dengan berbagai kejadian terkini di seluruh penjuru dunia tanpa batas geografis. Pengetahuan yang diperoleh dari video edukasi singkat mungkin memberikan dampak positif, namun ledakan informasi yang tidak terfilter dengan baik justru berisiko menimbulkan kebingungan kognitif pada diri mahasiswa. Intensitas penggunaan yang didorong oleh rasa ingin tahu terhadap hal-hal baru sering kali membuat mahasiswa kehilangan kontrol terhadap waktu produktif mereka untuk belajar secara mandiri. Interaksi digital menciptakan ruang isolasi yang sering menjauhkan mahasiswa dari realitas sosial.

Penelitian ini hadir dengan nilai kebaruan yang berfokus pada analisis mendalam mengenai pengaruh penggunaan TikTok terhadap produktivitas belajar mahasiswa, khususnya di lingkungan kampus IPI Garut. Inovasi dari penelitian ini terletak pada upaya identifikasi aspek positif serta dampak negatif secara berimbang guna memberikan gambaran komprehensif mengenai pola interaksi digital mahasiswa. Melalui pendekatan yang sistematis, studi ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh durasi akses media sosial terhadap efektivitas akademik serta implikasinya terhadap manajemen waktu para individu pembelajar.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa agar lebih bijak dalam memanfaatkan teknologi hiburan sebagai sarana edukasi tambahan. Selain itu, *output* akhir dari riset ini akan menjadi dasar informasi bagi otoritas kampus untuk menyusun program edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat di lingkungan akademik yang kompetitif. Penelitian ini juga menjadi referensi penting bagi pengembangan literasi digital di masa depan untuk meminimalisir benturan negatif antara teknologi hiburan dan tanggung jawab ilmiah. Dengan adanya strategi yang akurat, teknologi tetap berfungsi sebagai alat pendukung keberhasilan prestasi mahasiswa tanpa menghambat kemajuan intelektual generasi masa depan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk mengeksplorasi fenomena perilaku digital secara mendalam dan alami. Lokasi penelitian dipusatkan di lingkungan kampus Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut dengan fokus utama pada analisis kebiasaan mahasiswa dalam mengakses media sosial. Subjek penelitian ditentukan melalui teknik *purposive sampling*, di mana partisipan dipilih berdasarkan kriteria spesifik, yaitu mahasiswa aktif yang memiliki akun *TikTok* dan mengakses aplikasi tersebut dengan intensitas tinggi dalam kehidupan sehari-hari. Pemilihan informan ini bertujuan untuk mendapatkan data yang relevan mengenai pengalaman subjektif mereka terkait perubahan pola belajar dan produktivitas akademik. Peneliti bertindak sebagai instrumen kunci yang terjun langsung ke lapangan untuk memahami konteks natural tanpa memberikan perlakuan manipulatif terhadap subjek, sehingga data yang dihasilkan bersifat otentik dan mampu merepresentasikan realitas sosial yang terjadi di lingkungan kampus secara komprehensif dan objektif sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

Prosedur pengumpulan data dilaksanakan melalui dua teknik utama, yaitu wawancara mendalam dan observasi partisipatif guna menjangkau informasi yang valid dan terperinci. Instrumen penelitian berupa pedoman wawancara semiterstruktur disusun secara sistematis untuk menggali aspek durasi penggunaan, jenis konten yang sering dikonsumsi, serta persepsi mahasiswa terhadap dampaknya pada kewajiban akademik mereka. Proses wawancara dilakukan secara personal untuk memberikan keleluasaan bagi informan dalam menceritakan pengalamannya secara terbuka dan jujur. Selain itu, teknik observasi dilakukan dengan mengamati perilaku penggunaan gawai di area kampus serta melihat riwayat aktivitas digital mahasiswa untuk memverifikasi data verbal yang disampaikan. Peneliti juga melakukan studi dokumentasi dengan menelaah fitur *screen time* pada perangkat *smartphone* informan sebagai bukti pendukung empiris. Kombinasi teknik ini diterapkan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memiliki saturasi yang cukup untuk menjawab rumusan masalah mengenai pergeseran kebiasaan belajar akibat pengaruh algoritma *platform* video pendek tersebut.

Tahapan analisis data dilakukan secara interaktif dan berkelanjutan, dimulai dari proses reduksi data, penyajian data, hingga penarikan kesimpulan akhir. Data mentah yang diperoleh dari hasil transkrip wawancara dan catatan lapangan diklasifikasikan berdasarkan tema-tema dominan, seperti dampak positif berupa inspirasi edukatif maupun dampak negatif berupa prokrastinasi tugas. Peneliti melakukan seleksi informasi yang relevan dan membuang data yang tidak diperlukan untuk mempertajam fokus analisis terhadap produktivitas mahasiswa. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang logis untuk menggambarkan pola hubungan kausalitas antara intensitas akses media sosial dan performa belajar. Guna menjamin keabsahan temuan, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber dengan cara



membandingkan pernyataan antar informan serta mencocokkannya dengan hasil observasi perilaku nyata. Proses verifikasi dilakukan berulang kali hingga diperoleh kesimpulan yang kredibel dan mampu menjelaskan fenomena penggunaan *TikTok* secara utuh, sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Pola dan Intensitas Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa

Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara mendalam dan observasi lapangan terhadap mahasiswa IPI Garut, ditemukan sebuah pola rutinitas digital yang sangat kuat terkait penggunaan aplikasi *TikTok*. Mayoritas responden mengakui bahwa mengakses aplikasi ini telah menjadi ritual harian yang tidak terpisahkan dari kehidupan mereka, dengan durasi penggunaan yang bervariasi antara tiga puluh menit hingga lebih dari dua jam setiap harinya. Waktu penggunaan yang paling dominan terjadi pada momen-momen transisi atau waktu luang, seperti jeda antar mata kuliah, saat beristirahat di rumah kos, hingga waktu krusial menjelang tidur di malam hari. Tingginya intensitas ini mengindikasikan bahwa bagi mahasiswa, platform video pendek ini bukan sekadar aplikasi tambahan di gawai mereka, melainkan telah bertransformasi menjadi kebutuhan primer untuk mengisi kekosongan waktu. Fenomena ini menunjukkan adanya pergeseran perilaku di mana gawai menjadi pelarian pertama saat mahasiswa merasa bosan atau membutuhkan hiburan instan, menciptakan sebuah siklus ketergantungan yang terbentuk secara tidak sadar dalam rutinitas harian mereka yang padat akan aktivitas akademik.



**Gambar 2. Wawancara dengan responden**

Selain durasi waktu yang signifikan, intensitas penggunaan ini juga didorong oleh mekanisme algoritma aplikasi yang dirancang untuk menyajikan konten yang sangat personal dan adiktif. Mahasiswa sering kali tidak menyadari berapa lama waktu yang telah mereka habiskan karena fitur gulir otomatis yang terus-menerus menyajikan konten baru yang sesuai dengan minat mereka. Hal ini menciptakan fenomena di mana niat awal untuk membuka aplikasi hanya selama beberapa menit sering kali berubah menjadi sesi penjelajahan konten yang berjam-jam. Bagi sebagian mahasiswa, aktivitas ini dianggap sebagai metode *healing* atau pelepasan stres yang efektif setelah seharian bergelut dengan tugas kuliah yang menumpuk.



Namun, di sisi lain, pola penggunaan yang intensif dan tanpa batasan waktu yang jelas ini sering kali mengaburkan batas antara waktu istirahat yang produktif dan pemborosan waktu yang sia-sia. Keterikatan emosional terhadap konten yang disajikan membuat mahasiswa sulit untuk melepaskan diri dari layar gawai, menjadikan aplikasi ini sebagai pusat perhatian utama yang mendominasi waktu luang mereka dibandingkan aktivitas fisik atau sosial lainnya.

## **2. Dualisme Dampak terhadap Kinerja dan Aktivitas Akademik**

Pengaruh penggunaan aplikasi TikTok terhadap aspek akademik mahasiswa menunjukkan adanya dua sisi mata uang yang saling bertolak belakang namun berjalan beriringan. Di satu sisi, banyak mahasiswa yang merasakan manfaat positif dari keberadaan konten-konten edukatif yang tersebar di platform tersebut. Mereka memanfaatkan aplikasi ini sebagai sumber referensi alternatif untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan perkuliahan, seperti tips mengerjakan skripsi, tutorial penggunaan perangkat lunak, informasi beasiswa, hingga motivasi belajar yang dikemas secara menarik dan ringkas. Format video pendek yang *to-the-point* dianggap lebih mudah dicerna dibandingkan membaca buku teks yang tebal atau jurnal ilmiah yang kaku. Bagi kelompok mahasiswa ini, media sosial berfungsi sebagai alat bantu pembelajaran informal yang efektif untuk meningkatkan wawasan dan keterampilan praktis mereka. Kemampuan platform ini dalam menyederhanakan materi yang kompleks menjadi konten visual yang menghibur sangat membantu mahasiswa dalam memahami konsep-konsep baru dengan cara yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan.

Namun, di sisi lain, tidak dapat dipungkiri bahwa penggunaan yang berlebihan dan tidak terkontrol membawa dampak negatif yang signifikan terhadap produktivitas akademik. Sebagian besar informan dalam penelitian ini mengakui bahwa mereka sering kali mengalami penurunan konsentrasi belajar akibat distraksi yang ditimbulkan oleh notifikasi atau keinginan impulsif untuk membuka aplikasi saat sedang mengerjakan tugas. Fenomena penundaan tugas atau prokrastinasi menjadi masalah umum, di mana waktu yang seharusnya dialokasikan untuk belajar atau membaca materi kuliah justru tersita untuk menonton video hiburan yang viral. Akibatnya, kualitas pengerjaan tugas menjadi tidak maksimal karena dikerjakan secara terburu-buru mendekati tenggat waktu. Gangguan fokus ini menjadi tantangan serius bagi mahasiswa, karena kenikmatan instan yang ditawarkan oleh konten hiburan sering kali lebih menggoda dibandingkan dengan tuntutan tugas akademik yang memerlukan pemikiran mendalam. Ketidakmampuan dalam manajemen waktu penggunaan media sosial ini pada akhirnya berpotensi menurunkan performa akademik secara keseluruhan jika tidak segera disadari dan diperbaiki oleh mahasiswa yang bersangkutan.

## **3. Transformasi Perilaku dan Konstruksi Pola Pikir**

Paparan terus-menerus terhadap beragam konten di TikTok secara perlahan namun pasti turut membentuk perilaku dan pola pikir mahasiswa IPI Garut dalam kehidupan sehari-hari. Dari aspek psikologis, konten-konten yang bersifat menghibur dan humoris memang terbukti ampuh sebagai sarana relaksasi yang mampu menurunkan tingkat stres akibat tekanan akademik. Mahasiswa merasa terhibur dan mendapatkan energi positif kembali setelah melihat konten yang lucu atau inspiratif. Namun, terdapat sisi lain yang perlu diwaspadai, yaitu munculnya kecenderungan perilaku konsumtif dan hedonis akibat paparan gaya hidup mewah yang sering ditampilkan oleh para pembuat konten atau *influencer*. Banyak mahasiswa yang mulai membandingkan kehidupan nyata mereka dengan standar kehidupan maya yang terlihat sempurna, sehingga memicu perasaan tidak puas terhadap diri sendiri atau keinginan untuk memiliki barang-barang yang sebenarnya tidak mereka butuhkan. Hal ini menunjukkan bahwa



media sosial memiliki kekuatan persuasif yang kuat dalam mengonstruksi standar kebahagiaan dan kesuksesan di benak mahasiswa, yang sering kali tidak realistis dan materialistik.

Selain aspek psikologis, pengaruh media sosial ini juga terlihat jelas dalam perubahan gaya hidup dan cara berekspresi mahasiswa. Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) atau ketakutan akan ketinggalan tren membuat mahasiswa cenderung meniru apa yang sedang viral di aplikasi tersebut. Hal ini tercermin dari cara mereka berpakaian, gaya bicara yang menggunakan istilah-istilah gaul internet, hingga tingkah laku yang diadopsi dari tren video populer. Peniruan ini sering kali dilakukan tanpa filterisasi yang matang, semata-mata demi mendapatkan pengakuan sosial atau agar dianggap relevan dalam pergaulan. Akibatnya, terjadi homogenisasi perilaku di kalangan mahasiswa, di mana identitas unik individu perlahan tergerus oleh keinginan untuk seragam dengan tren massa. Pola pikir instan juga mulai terbangun, di mana mahasiswa melihat kesuksesan dan popularitas dapat diraih dengan cepat melalui viralitas di media sosial, yang terkadang mengesampingkan nilai-nilai kerja keras dan proses panjang yang seharusnya menjadi fondasi utama dalam pembentukan karakter seorang intelektual muda.

#### **4. Dinamika Interaksi Sosial di Ruang Fisik dan Maya**

Hasil observasi lapangan memperlihatkan bahwa kehadiran TikTok telah mengubah dinamika interaksi sosial di kalangan mahasiswa secara fundamental. Di satu sisi, aplikasi ini berfungsi sebagai katalisator percakapan yang efektif dalam pergaulan sehari-hari. Konten-konten viral yang sedang hangat sering kali menjadi topik diskusi utama saat mahasiswa berkumpul, memudahkan mereka untuk mencairkan suasana dan membangun koneksi dengan teman sebaya. Membahas tren terbaru menjadi semacam "mata uang sosial" yang membuat seseorang merasa diterima dan terhubung dalam kelompok pertemanannya. Mahasiswa menjadi lebih aktif dan ekspresif dalam berkomunikasi mengenai hal-hal yang mereka tonton, berbagi referensi video lucu, atau bahkan membuat konten bersama sebagai bentuk aktivitas sosial yang menyenangkan. Dalam konteks ini, media sosial berperan sebagai jembatan yang mempererat hubungan antarteman melalui kesamaan minat dan humor, menciptakan rasa kebersamaan dalam komunitas mahasiswa yang memiliki preferensi tontonan yang serupa.

Akan tetapi, terdapat paradoks yang memprihatinkan dalam interaksi sosial mahasiswa akibat penggunaan gawai yang berlebihan. Meskipun mereka terhubung secara digital, kualitas interaksi tatap muka sering kali mengalami penurunan kualitas yang drastis. Fenomena *phubbing* atau perilaku mengabaikan orang di sekitar demi fokus pada gawai menjadi pemandangan yang umum terjadi di lingkungan kampus. Saat berkumpul secara fisik, banyak mahasiswa yang justru sibuk dengan layar masing-masing, tertawa sendiri melihat konten di beranda mereka, dan mengabaikan percakapan langsung dengan teman yang duduk di sebelahnya. Hal ini menciptakan kedekatan semu, di mana raga mereka berada di tempat yang sama, namun pikiran mereka berkelana di dunia maya masing-masing. Kurangnya kontak mata dan perhatian penuh dalam percakapan langsung dapat mengikis empati dan kedalaman hubungan interpersonal. Ketergantungan pada interaksi digital ini, jika terus berlanjut, dikhawatirkan akan melemahkan keterampilan komunikasi sosial mahasiswa di dunia nyata yang sebenarnya sangat dibutuhkan dalam kehidupan bermasyarakat dan profesional di masa depan.

#### **Pembahasan**

Analisis mendalam terhadap pola penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa Institut Pendidikan Indonesia atau IPI Garut menunjukkan bahwa *platform* berbasis video



pendek ini telah bertransformasi dari sekadar sarana hiburan menjadi kebutuhan sekunder dalam rutinitas harian. Temuan lapangan mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa mengakses aplikasi ini setiap hari dengan durasi penggunaan yang cukup variatif, berkisar antara 30 menit hingga lebih dari dua jam per hari. Fenomena ini menegaskan bahwa ketergantungan pada media digital semakin menguat, terutama pada waktu-waktu transisi seperti jeda perkuliahan atau menjelang tidur. Intensitas penggunaan yang tinggi ini sejalan dengan teori *Uses and Gratifications*, di mana pengguna secara aktif memilih media untuk memenuhi kebutuhan psikologis tertentu, seperti relaksasi atau pengalihan dari tekanan akademik. Namun, durasi yang panjang ini sering kali tidak disadari oleh pengguna karena algoritma aplikasi yang dirancang untuk menahan atensi pengguna selama mungkin melalui fitur *infinite scroll*, sehingga batas antara penggunaan waktu luang yang produktif dan pemborosan waktu menjadi sangat kabur bagi sebagian besar mahasiswa (Corella & Moreno, 2025; Hamzah & Putri, 2022; Ramsden & Talbot, 2024; Voinea et al., 2024).

Dampak penggunaan aplikasi ini terhadap performa akademik mahasiswa memunculkan dualisme yang sangat kontras, menciptakan paradoks antara peluang belajar dan ancaman distraksi. Berdasarkan interpretasi data penelitian, tercatat sekitar 70 persen mahasiswa merasakan dampak negatif berupa penurunan fokus dan penundaan pengerjaan tugas kuliah atau prokrastinasi akademik. Hal ini mengonfirmasi temuan berbagai studi terdahulu yang menyebutkan bahwa konsumsi media sosial yang berlebihan berbanding terbalik dengan prestasi akademik akibat terpecahnya konsentrasi. Di sisi lain, terdapat sekitar 40 hingga 50 persen mahasiswa yang justru mendapatkan manfaat positif, menjadikan *platform* ini sebagai sumber referensi alternatif untuk menemukan tips belajar, informasi beasiswa, dan materi pengembangan diri yang dikemas secara ringkas. Adanya irisan persentase ini menunjukkan bahwa satu individu bisa merasakan dampak positif dan negatif secara bersamaan. Mahasiswa yang mampu memfilter konten cenderung menjadikan aplikasi ini sebagai alat pendukung literasi digital, sementara mereka yang memiliki kontrol diri rendah akan terjebak dalam pusaran konten hiburan yang melalaikan kewajiban utama mereka sebagai pelajar (Fadhillah & Wulan, 2020; Fauziyah et al., 2023; Novitasari et al., 2023; Permana, 2022; Putri et al., 2023).

Selain memengaruhi aspek kognitif, paparan konten visual yang masif turut membentuk ulang pola pikir dan perilaku sosial mahasiswa IPI Garut ke arah yang lebih hedonis. Observasi menunjukkan adanya kecenderungan kuat di kalangan mahasiswa untuk meniru gaya hidup, cara berpakaian, hingga gaya bahasa yang sedang menjadi tren atau *viral* di dunia maya. Fenomena ini menciptakan standar sosial baru yang sering kali tidak realistis, memicu perilaku konsumtif demi mendapatkan validasi sosial atau pengakuan dari lingkungan pergaulan mereka. Meskipun konten hiburan terbukti efektif sebagai mekanisme *coping* untuk mereduksi stres akibat beban perkuliahan, dominasi konten yang menonjolkan kemewahan atau kesenangan sesaat berpotensi mengikis nilai-nilai kesederhanaan dan ketekunan. Perubahan perilaku ini sejalan dengan teori efek media yang menyatakan bahwa paparan berulang terhadap pesan media tertentu dapat menanamkan nilai-nilai baru yang diadopsi oleh audiensnya, yang dalam konteks ini mengarah pada homogenisasi perilaku mahasiswa sesuai dengan apa yang dikonstruksikan oleh algoritma tren global yang sedang berlangsung (BİLGİCİ, 2023; Džogović et al., 2025; Malatuny et al., 2020; Rifa'I et al., 2025).

Transformasi interaksi sosial menjadi temuan krusial lainnya, di mana terjadi pergeseran signifikan dari komunikasi tatap muka menuju interaksi yang dimediasi oleh layar gawai. Di satu sisi, *platform* ini berhasil menciptakan ruang diskusi digital yang dinamis, membuat





mahasiswa lebih responsif dan *update* terhadap isu-isu terkini yang sedang hangat diperbincangkan. Namun, di sisi lain, keasyikan berselancar di dunia maya secara nyata telah mendegradasi kualitas hubungan interpersonal secara langsung atau *face-to-face*. Fenomena *phubbing*, atau perilaku mengabaikan lawan bicara demi fokus pada telepon genggam, semakin lazim ditemui di lingkungan kampus, baik di kantin maupun di ruang tunggu kelas. Hal ini mengakibatkan interaksi fisik menjadi lebih dangkal karena atensi mahasiswa terbagi atau bahkan tersedot sepenuhnya oleh konten digital. Keterasingan sosial di tengah keramaian ini menjadi ironi tersendiri, di mana mahasiswa merasa sangat terhubung dengan komunitas global melalui kolom komentar dan fitur berbagi, namun secara emosional berjarak dengan teman-teman yang berada tepat di samping mereka secara fisik (Hilda & Purwanto, 2024; Miftahurrahmah & Harahap, 2020).

Implikasi dari penelitian ini menegaskan perlunya strategi literasi digital yang lebih komprehensif di lingkungan perguruan tinggi untuk memitigasi dampak negatif teknologi. Pihak kampus dan dosen perlu merancang metode pembelajaran yang adaptif, mungkin dengan mengintegrasikan konten edukatif berbasis video pendek agar relevan dengan kebiasaan mahasiswa, sekaligus menanamkan disiplin manajemen waktu. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan metodologis karena menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan sampel terbatas pada satu institusi, sehingga hasil yang diperoleh tidak dapat digeneralisasi secara mutlak untuk seluruh populasi mahasiswa di Indonesia. Selain itu, data persentase yang disajikan merupakan estimasi interpretatif dari hasil wawancara mendalam, bukan hasil survei kuantitatif berskala besar yang presisi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode campuran atau *mixed method* dengan jangkauan responden yang lebih luas dan variabel yang lebih spesifik, seperti korelasi antara durasi penggunaan dengan indeks prestasi kumulatif, untuk mendapatkan gambaran yang lebih akurat mengenai pengaruh jangka panjang media sosial terhadap kualitas lulusan perguruan tinggi.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan aplikasi TikTok di kalangan mahasiswa IPI Garut telah bertransformasi menjadi fenomena dualistik yang memiliki dampak signifikan terhadap produktivitas akademik dan perilaku sosial. Berdasarkan analisis kualitatif deskriptif, ditemukan bahwa mayoritas mahasiswa memanfaatkan platform ini sebagai kebutuhan sekunder dengan durasi penggunaan yang intensif, yang pada satu sisi memberikan manfaat edukatif sebagai sumber referensi belajar alternatif yang menarik dan ringkas. Sekitar 40-50 persen mahasiswa merasakan dampak positif dalam peningkatan wawasan dan kreativitas melalui konten inspiratif. Namun, di sisi lain, paradoks muncul dengan adanya dampak negatif yang dirasakan oleh hampir 70 persen responden berupa penurunan fokus belajar dan prokrastinasi akademik akibat fitur adiktif aplikasi. Temuan ini menegaskan bahwa tanpa kontrol diri yang kuat, batas antara pemanfaatan teknologi untuk produktivitas dan pemborosan waktu menjadi sangat kabur, yang pada akhirnya berpotensi menurunkan kualitas capaian akademik mahasiswa.

Implikasi dari studi ini menyoroti urgensi penguatan literasi digital di lingkungan kampus untuk mengarahkan perilaku mahasiswa agar lebih bijak dalam berinteraksi di ruang maya. Fenomena *phubbing* dan homogenisasi perilaku konsumtif yang teridentifikasi menunjukkan bahwa pengaruh media sosial telah merembes jauh ke dalam konstruksi sosial dan karakter individu mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan intervensi strategis dari pihak institusi pendidikan melalui integrasi konten edukatif berbasis digital yang relevan dengan



kebiasaan mahasiswa, serta sosialisasi manajemen waktu yang efektif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan dengan metode kuantitatif guna mengukur korelasi statistik antara durasi penggunaan media sosial dan indeks prestasi, sehingga dapat dirumuskan kebijakan akademik yang lebih presisi dalam memitigasi dampak negatif teknologi terhadap kualitas lulusan perguruan tinggi di masa depan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arianto, B. (2021). Pandemi Covid-19 dan transformasi budaya digital di Indonesia. *Titian: Jurnal Ilmu Humaniora*, 5(2). <https://doi.org/10.22437/titian.v5i2.15309>
- Aulia, W., Maputra, Y., Afriyeni, N., & Sari, L. (2022). Hubungan religiusitas dengan kontrol diri dalam penggunaan TikTok pada remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(2), 118. <https://doi.org/10.24843/jpu.2022.v09.i02.p02>
- Bilgici, C. (2023). An assessment on the future of social media experience in the context of artificial intelligence and algorithmic culture. *Electronic Journal of New Media*, 7(3), 216. [https://doi.org/10.17932/iau.ejnm.25480200.2023/ejnm\\_v7i3003](https://doi.org/10.17932/iau.ejnm.25480200.2023/ejnm_v7i3003)
- Corella, Á. S., & Moreno, N. H. (2025). Racism in the digital age: The impact of social media algorithms on public discourse. *The Age of Human Rights Journal*, 25. <https://doi.org/10.17561/tahrj.v25.9603>
- Džogović, S. A., Zdravkovska-Adamova, B., & Ramcilovic, Z. (2025). The role of higher education in promoting media literacy in the age of digital disinformation. *Journal Human Research in Rehabilitation*, 15(2), 311. <https://doi.org/10.21554/hrr.092506>
- Fadhillah, I., & Wulan, T. (2020). Peran pendidik dalam pengembangan identitas diri mahasiswa melalui character building. *EFEKTOR*, 7(2), 148. <https://doi.org/10.29407/e.v7i2.15233>
- Fantini, E., & Tamba, R. S. (2020). Mediamorfosis edukasi informal online melalui platform digital sebagai peluang bisnis baru. *Majalah Ilmiah Bijak*, 17(1), 114. <https://doi.org/10.31334/bijak.v17i1.831>
- Fauziyah, N., Ramadhini, A., Wardhana, K. E., & Hidayat, A. F. S. (2023). Penggunaan aplikasi tiktok sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan minat belajar peserta didik di era globalisasi digital. *Jurnal Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Borneo*, 3(3), 181. <https://doi.org/10.21093/jtikborneo.v3i3.5925>
- Gushevinalti, G., Suminar, P., & Heri, S. (2020). Transformasi karakteristik komunikasi di era konvergensi media. *Bricolage: Jurnal Magister Ilmu Komunikasi*, 6(1), 83. <https://doi.org/10.30813/bricolage.v6i01.2069>
- Hamzah, R. E., & Putri, C. E. (2022). Fenomena memancing kesedihan di media sosial (sadfishing) pada literasi digital remaja. *WACANA: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 21(2), 311. <https://doi.org/10.32509/wacana.v21i2.2290>
- Hilda, H., & Purwanto, M. R. (2024). Pengaruh media sosial terhadap kesejahteraan mental mahasiswa: Studi kasus di Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia. *At-Thullab: Jurnal Mahasiswa Studi Islam*, 6(1), 1485. <https://doi.org/10.20885/tullab.vol6.iss1.art2>
- Jumaroh, J., & Aisyah, A. (2021). Minat dan kebiasaan baca literatur bahasa inggris mahasiswa kesehatan. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 529. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.336>
- Malatuny, Y. G., Labobar, J., & Labobar, B. (2020). Literasi media: Preferensi warga negara muda di era disrupsi. *Journal of Moral and Civic Education*, 4(1), 42.



- <https://doi.org/10.24036/8851412412020225>  
Miftahurrahmah, H., & Harahap, F. (2020). Hubungan kecanduan sosial media dengan kesepian pada mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 153. <https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.34544>
- Novitasari, S. I., Natalia, T. L., Pebrianto, T., & Gresella, Y. E. (2023). Digital literacy inherency within narratives subject at SMP Kristen Palangka Raya. *Journal of Scientific Research Education and Technology (JSRET)*, 2(2), 648. <https://doi.org/10.58526/jsret.v2i2.138>
- Peni, W. N., & Mundzir, I. (2024). Hubungan religiositas dengan social media addictions pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *Indonesian Journal of Counseling & Development*, 6(1), 38. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v6i1.4188>
- Permana, E. P. (2022). Korelasi media sosial tiktok dalam pembentukan karakter pada mahasiswa PGSD. *EDUSAINTEK: Jurnal Pendidikan Sains dan Teknologi*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.47668/edusaintek.v10i1.625>
- Permana, R. M. T., & Pratama, R. A. R. J. (2022). Analysis of the impact of tiktok content creator on the identification of F&B MSME products. *Almana: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 6(2), 325. <https://doi.org/10.36555/almana.v6i2.1897>
- Pramesti, I. A., & Irwansyah, I. (2021). Faktor yang memengaruhi minat dan cara membaca masyarakat indonesia di era digital, serta dampaknya pada bisnis media cetak. *Titian: Jurnal Ilmu Humaniora*, 5(1), 117. <https://doi.org/10.22437/titian.v5i1.10695>
- Putri, N. A., Kamaluddin, K., & Amrina, A. (2023). TikTok application on achievement and learning motivation at influence colleges. *Sciencetechno: Journal of Science and Technology*, 2(1), 80. <https://doi.org/10.55849/sciencetechno.v2i1.62>
- Rahardaya, A. K., & Irwansyah, I. (2021). Studi literatur penggunaan media sosial tiktok sebagai sarana literasi digital pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(2), 308. <https://doi.org/10.47233/jteksis.v3i2.248>
- Ramsden, E., & Talbot, C. V. (2024). The role of TikTok in students' health and wellbeing. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01224-6>
- Recoba, A. M., & Aesthetika, N. M. (2022). Kebohongan antarpribadi di era self-media. *Komuniti: Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 14(2), 215. <https://doi.org/10.23917/komuniti.v14i2.18340>
- Rifa'I, M. A., Mustofa, H., Luthfi, A., Anshar, F. M., & Purwanto, E. (2025). Media digital dan transformasi budaya: Implikasi terhadap pembangunan berkelanjutan. *CONVERSE: Journal Communication Science*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.47134/converse.v2i1.4354>
- Sabila, A. T., & Mutrofin, M. (2023). Urgensi peningkatan kualitas literasi keislaman melalui digitalisasi (Studi pada followers tiktok da'i muda Husain Basyaiban). *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.29240/jdk.v8i1.7335>
- Voinea, C., Marin, L., & Vică, C. (2024). Digital slot machines: Social media platforms as attentional scaffolds. *Topoi*, 43(3), 685. <https://doi.org/10.1007/s11245-024-10031-0>