

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAP *ATTENTION SPAN* BELAJAR MAHASISWA PIPS
IPI GARUT**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan
pada program studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial IPI Garut

Oleh

DEDE SUPRIANTO

NIM 21813005



**PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU SOSIAL, BAHASA, DAN SASTRA
INSTITUT PENDIDIKAN INDONESIA GARUT**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAP *ATTENTION SPAN* BELAJAR MAHASISWA PIPS
IPI GARUT**

Oleh:

Dede Suprianto

NIM 21813005

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I,

Eldi Mulyana, M. Pd.
NIDN. 0430118507

Pembimbing II,

Triani Widianti, M. Pd.
NIDN. 0412118503

Mengetahui,
Ketua Program Studi PIPS

Eldi Mulyana, M. Pd.
NIDN. 0430118507

LEMBAR PENGUJIAN SKRIPSI

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAP *ATTENTION SPAN* BELAJAR MAHASISWA PIPS
IPI GARUT**

Oleh:

**Dede Suprianto
NIM 21813005**

Skripsi ini telah diajukan pada Hari Sabtu, 22 Februari 2025.

Penguji I,

Penguji II,

Penguji III,

**Eldi Mulyana, M.Pd.
NIDN. 043118507**

**Dr. Lili Dianah, M.Pd.
NIDN. 0009066704**

**Slamet Nopharipaldi R., M.Pd.
NIDN. 0422119401**

Disahkan oleh:

Dekan Fakultas Pendidikan Ilmu Sosial, Bahasa dan Sastra

**Dr. Lina Siti Nurwahidah, M. Pd.
NIP. 196805271993032001**

MOTTO

“Ada dua hal yang harus diingat dan dua hal yang harus dilupakan. Dua hal yang harus diingat adalah keburukan diri sendiri dan kebaikan orang lain. Sedangkan dua hal yang harus dilupakan adalah keburukan orang lain dan kebaikan diri sendiri”.

“Tidak ada balasan kebaikan kecuali kebaikan (pula)”.

(Q.S. Ar-Rahman : 60)

“Bisakah kita tetap memberi, walau tak suci?, bisakah terus mengobati, walau membiru?, cukup besar 'tuk mengampuni, 'tuk mengasihi, tanpa memperhitungkan masa yang lalu, walau kering, bisakah kita tetap membasuh?”.

(Membasuh - Hindia)

SURAT PERNYATAAN

Nama : Dede Suprianto
Nim : 21813005
Jurusan : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial
Judul Skripsi : “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap
Attention Span Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut”.

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan, rujukan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim. Apabila pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya tanggung jawab peneliti.

Garut, 05 Februari 2025

Yang menyatakan,

Dede Suprianto

21813005

ABSTRAK

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP *ATTENTION SPAN* BELAJAR MAHASISWA PIPS IPI GARUT

Oleh:

Dede Suprianto
21813005

Penelitian ini di latar belakang dengan adanya perkembangan media sosial bukan hanya untuk kebutuhan komunikasi semata, tapi media sosial menjelma sebagai media hiburan. Media sosial dapat menjadikan penggunanya kecanduan jika digunakan secara intens, kecanduan media sosial terjadi karena peningkatan dopamin di otak, yang membuat pengguna merasa senang. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Penelitian dilakukan di Institut Pendidikan Indonesia Garut. Populasi penelitian adalah mahasiswa PIPS IPI Garut, sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah 91 mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa: Pertama, mahasiswa mengakses media sosial selama 7 jam dalam satu hari yang mana sudah termasuk kategori kecanduan. Kedua, mahasiswa setuju bahwa teknologi modern mengurangi kemampuan untuk fokus. Ketiga, hasil uji rank spearman yang menunjukkan -0,665 berkategori hubungan kuat, yang menandakan bahwa variabel intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan yang negatif terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif serta signifikan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut.

Kata Kunci: Intensitas Penggunaan Media Sosial, *Attention Span*, Mahasiswa PIPS.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE AND ATTENTION SPAN OF SOCIAL STUDIES EDUCATION STUDENTS IPI GARUT STUDENTS' LEARNING

By:

Dede Suprianto
21813005

This research is based on the development of social media not only for communication needs, but social media has become a medium of entertainment. Social media can make its users addicted if used intensively, social media addiction occurs due to increased dopamine in the brain. The purpose of this study was to describe the relationship between the intensity of social media use and the attention span of PIPS IPI Garut students. The study was conducted at the Indonesian Education Institute Garut. The population of the study was PIPS IPI Garut students, the research sample used a purposive sampling technique of 91 students. The results of the study showed: First, students access social media 7 hours a day, including the addiction category. Second, students agree that modern technology reduces the ability to focus. Third, the results of the Spearman rank test showed -0.665 in the strong relationship category, indicating that the variable intensity of social media use has a negative relationship with the attention span of PIPS IPI Garut students. It can be concluded that there is a negative and significant relationship between the intensity of social media use and the attention span of PIPS IPI Garut students.

Keywords: Intensity of Social Media Use, Attention Span, Social Studies Education Students.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa, yang atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial. Shalawat serta salam yang selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya yang setia dan Istiqamah di jalan Allah hingga akhir zaman. *Amin, ya rabbal alamin.*

Penyusunan skripsi ini merupakan suatu kebanggaan tersendiri bagi peneliti, karena berhasil menyelesaikannya dengan baik. Peneliti mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini. Semoga hasil karya ini dapat bermanfaat bagi peneliti sendiri maupun bagi para pembaca. Peneliti juga sangat berharap adanya saran dan kritik yang konstruktif agar dapat memperbaiki kualitas tulisan ini dan menjadi acuan dalam penyusunan karya ilmiah di masa yang akan datang.

Garut, 05 Februari 2025

Penulis

Dede Suprianto

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji hanya milik Allah SWT, Dzat yang Maha Pengampun, yang telah melimpahkan karunia, berkah, rahmat, dan hidayah-Nya kepada kita sebagai hamba-Nya. Semoga sholawat dan salam senantiasa tercurah kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, yang semoga juga sampai kepada kita selaku umat-Nya. Dengan ridho Allah SWT, penulis berhasil menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut". Skripsi ini disusun sebagai tugas akhir untuk menyelesaikan pendidikan jenjang sarjana di Institut Pendidikan Indonesia, Fakultas Pendidikan Ilmu Sosial, Bahasa, dan Sastra, Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial.

Dengan segala hormat, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberi bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan pendidikan sarjana ini. Penghargaan setinggi-tingginya penulis haturkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nizar Alam Hamdani, M.M, M.T., M.Si., selaku Rektor Institut Pendidikan Indonesia Garut.
2. Ibu Dr. Hj. Lina Siti Nurwahidah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas pendidikan Ilmu Sosial, Bahasa dan Sastra Institut Pendidikan Indonesia Garut.
3. Bapak Eldi Mulyana, M. Pd, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Institut Pendidikan Indonesia Garut serta dosen pembimbing I, yang selalu memberikan dorongan juga motivasi untuk penulis selama masa perkuliahan serta selalu ingin memberikan yang terbaik untuk mahasiswanya.
4. Ibu Triani Widyanti, M. Pd, selaku Wali dosen serta dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya bagi penulis untuk memberikan arahan, bimbingan, saran serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Dosen Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Institut Pendidikan Indonesia Garut atas ilmu yang telah ditransferkan dalam membantu penulis untuk dapat menyelesaikan pendidikan ini.

6. Staf administrasi Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Institut Pendidikan Indonesia Garut yang membantu peneliti dalam proses administrasi penelitian.
7. Teruntuk orang yang paling spesial di dunia ini, Kedua orang tua Bapak Uri Dahuri dan Ibu Dedeh yang pastinya memberikan moral dan moril kepada penulis serta selalu menuntun dan mengasihi setiap saat. Kakak Yeni Nurhaeni yang senantiasa memberikan dukungan selama masa perkuliahan dan menjadi panutan. Adik Intan Nur Lela dan Firli Janazmi Laela Sari yang memberikan keceriaan. Serta tidak lupa kepada A Indra kakak ipar yang telah menjadi bagian dalam keluarga kami.
8. Keluarga besar Abah Usam dan Nenek Eroh serta keluarga besar Alm. Abah Sanawi dan Alm. Nenek Upi serta keponakan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, mereka yang menjadi bagian dari dukungan dan semangat bagi penulis dalam mengerjakan penulisan ini.
9. Teruntuk PIPS kelas A angkatan 2021 Mugni, Sitta, Neta, Relsa, Aurora, Wia, Wafa, Nenden, Choirunnisa, Ananda, Syifa, Syahidah, Anggun, Annisa, Salsa, Rani, Anjani, Reja, Fitri, Siti, Salma, Aulia, Setyanne, Indri, Sagita, Resa, Ikhon, Yusep, Nurul Abdul, Hadya, Angga, Rizqi, Lisnawati dan Iqbal, serta mahasiswa angkatan 2021 lainnya sebagai rekan seperjuangan mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS Institut Pendidikan Indonesia,
10. Teruntuk Alni Dahlena, S. Pd, Saddam Maulana, S. Pd., Cecep, S. Pd., Aulia, S. Pd., Andre, S. Pd., Fauzi, S. Pd., Rina, S. Pd., Qonita, S. Pd., Fikri, S. Pd., Tami, S. Pd., dan yang lainnya, kakak tingkat yang selalu memberikan semangat serta bantuan selama masa perkuliahan
11. Rekan-rekan HIMADIKSOS yang senantiasa menjadi rekan seperjuangan penulis. Serta adik tingkat yang telah ikut serta menjadi responden dalam penelitian ini.
12. Rekan-rekan KKN Desa Dunguswiru 1 Limbangan beserta masyarakat dan dosen pendamping lapangan Bapak Slamet Nopharipaldi R., M. Pd. Serta rekan-rekan Kampus Mengajar Batch 7 SDN 3 Bagendit beserta dosen pendamping lapangan Ibu Nurbudiwati, Dra., M.Si., kepala sekolah SDN 3

Bagendit Ibu Dewi Maryam, M. Pd., dan pamong Ibu Sovia Petriani, S. Pd., serta jajaran guru dan admin yang telah memberikan kesempatan untuk melatih kemampuan serta tambahan pengalaman bagi penulis.

13. Teruntuk grup SUBEDU Neta, Ananda, Annisa, Sagita dan grup S1_UPH Ojak, Reja, Rizqi, Choirunnisa, Indri, Resa yang senantiasa selalu memberikan waktunya untuk saling bercerita tentang segala keresahan.
14. Teruntuk Eneng Wifaul Khoiriyah, S. Pd., selaku pelatih yang senantiasa memberikan motivasi, dukungan dan dorongan serta PASKIBRA SMPN 1 Wanaraja (PASRAJA'38) yang telah menjadi rumah yang sangat nyaman bagi penulis. Terkhusus angkatan 2014 yang selalu memberikan dorongan untuk terus maju dan berkembang.
15. Teruntuk Indra Lesmana Rahayu, S. Pd., yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup penulis. Banyak manfaat yang telah diberikan, dan beliau telah menjadi panutan bagi penulis melalui kisah hidupnya yang inspiratif. Serta Paskibra SMKN 2 Garut (PASHEMAN'90), yang telah menjadikan rumah yang sangat hangat. Terkhusus angkatan 23 Gemerlap. Serta akang teteh senior yang telah mendidik dan memberikan arti dari perjuangan.
16. Teruntuk pasukan PASRAJA'38 diantaranya Pampam, Mahameru, Putri Enjelika, Katsu, Rambo, Mahesa, Istari, Agrabuana, Harmoni, Kavaleri, Purna Kuda Hitam dan lainnya yang menjadi tempat berkarya bagi penulis.
17. Teruntuk Bunda Enjel, Rizky, Irsan, Pipit, Rani, Fikri, Shauqi, Rafi, Regina dan yang lainnya partner tim *official* PASRAJA'38 yang senantiasa membatu serta memberikan tenaga dan waktunya dalam bersama-sama berkarya di dunia baris-berbaris.
18. Teruntuk RADDA Ridwan, Adit, Dhea, Aldy sahabat yang selalu ada, bertumbuh, berkembang bersama. Orang-orang datang dan pergi tapi kalian tetap bertahan.
19. Teruntuk 4RD Reza, Ridwan, Rizky, Rangga yang menjadi rekan *stress release* dan menjadi rekan diskusi hangat tentang keresahan hidup.

20. Dan semua pihak yang telah mendukung dan mendorong motivasi dalam penulisan ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu terlaksanakannya proses penelitian ini.

Dengan segala dukungan motivasi dan semangat yang telah diterima, penulis berharap semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal atas semua bantuan tersebut. Penulis juga berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis sendiri, serta mampu memberikan sumbangan saran dan kritik untuk kemajuan dunia pendidikan secara umum.

Garut, 11 Februari 2025

Dede Suprianto

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGUJIAN SKRIPSI.....	ii
MOTTO	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	8
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis	9
3. Manfaat Segi Kebijakan	10
4. Manfaat Dari Segi Isu Dan Aksi Sosial.....	10
F. Struktur Skripsi	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Media Sosial.....	13
1. Definisi Media Sosial	13
2. Ciri-Ciri Media Sosial	14
3. Klasifikasi Media Sosial.....	14
4. Situs Media Sosial.....	15
5. Fungsi Media Sosial	17

6. Kelebihan Media Sosial	18
B. Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	19
1. Definisi Intensitas Penggunaan Media Sosial	19
2. Aspek-Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial	20
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial	21
4. Dampak Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	22
C. <i>Attention Span</i> (Rentang Perhatian).....	24
1. Definisi <i>Attention Span</i>	24
2. Jenis-Jenis <i>Attention Span</i>	25
3. Rata-Rata <i>Attention Span</i> Berdasarkan Usia	26
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Attention Span</i>	27
5. Aspek-Aspek <i>Attention Span</i>	29
6. Dampak Penurunan <i>Attention Span</i>	30
D. Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i>	31
E. Pendidikan IPS Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan <i>Attention Span</i>	33
F. Penelitian Relevan	35
G. Kerangka Berpikir.....	41
H. Hipotesis	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Desain Penelitian	44
B. Metode Penelitian	45
C. Lokasi Penelitian.....	47
D. Populasi Dan Sampel	47
1. Populasi	47
2. Sampel	48
E. Definisi Operasional Variabel	50
1. Intensitas Penggunaan Media Sosial	50
2. <i>Attention Span</i> (Rentang Perhatian)	51
F. Teknik Pengumpulan Data.....	51
G. Instrumen Penelitian	52
1. Angket	52

2. Dokumentasi.....	55
3. Analisis Instrumen Penelitian.....	56
H. Teknik Analisis Data	65
1. Analisis Data	65
2. Uji Prasyarat Analisis	66
3. Uji Korelasi	66
I. Prosedur Penelitian	67
1. Tahap Persiapan Penelitian.....	67
2. Tahap Pelaksanaan Penelitian	67
3. Tahap Refleksi Dan Evaluasi	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	69
A. Deskripsi Umum Lokasi Penelitian	69
1. Lokasi Penelitian	69
2. Visi Keilmuan.....	70
3. Tujuan Program Studi.....	70
4. Strategi Program Studi	70
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	72
1. Data Hasil Angket Penelitian	72
2. Persentase Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan <i>Attention Span</i>	119
3. Uji Prasyarat	120
4. Pembuktian Hipotesis.....	122
C. Pembahasan Hasil Penelitian	124
1. Tingkat Intensitas Penggunaan Media Sosial Mahasiswa PIPS IPI Garut	125
2. Tingkat <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut	127
3. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut	130
D. Temuan Dan Keterbatasan Hasil Penelitian.....	134
1. Temuan Hasil Penelitian.....	134
2. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	136

BAB V PENUTUP	137
A. Simpulan	137
B. Implikasi	138
C. Rekomendasi	138
1. Bagi responden.....	139
2. Bagi peneliti selanjutnya	139
DAFTAR PUSTAKA.....	140
LAMPIRAN-LAMPIRAN	151
RIWAYAT HIDUP	185

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Relevan Dan <i>Novelty</i>	37
Tabel 3. 1 Populasi Penelitian	48
Tabel 3. 2 Sampel Penelitian	50
Tabel 3. 3 Kriteria Pembobotan Jawaban.....	53
Tabel 3. 4 Indikator Intensitas Penggunaan Media Sosial	54
Tabel 3. 5 Indikator <i>Attention Span</i>	54
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan <i>Attention Span</i>	55
Tabel 3. 7 Hasil Uji Coba Validitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)	57
Tabel 3. 8 Hasil Uji Coba Validitas Variabel <i>Attention Span</i> (Y)	58
Tabel 3. 9 Hasil Rekapitulasi Uji Coba Validitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)	60
Tabel 3. 10 Hasil Rekapitulasi Uji Coba Validitas Variabel <i>Attention Span</i> (Y)....	61
Tabel 3. 11 Klasifikasi Koefisien Reliabilitas	63
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X	64
Tabel 3. 13 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y	64
Tabel 4. 1 Rekapitulasi Hasil Angket Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)	73
Tabel 4. 2 Rekapitulasi Hasil Angket Variabel <i>Attention Span</i> (Y)	80
Tabel 4. 3 Kriteria Penafsiran Data Persentase	87
Tabel 4. 4 Penggunaan Media Sosial Per Hari	88
Tabel 4. 5 Durasi Penggunaan Media Sosial.....	88
Tabel 4. 6 Penggunaan Media Sosial Di Waktu Luang	89
Tabel 4. 7 Penggunaan Media Sosial Sebelum Tidur.....	89
Tabel 4. 8 Memulai Hari Dengan Membuka Media Sosial.....	90
Tabel 4. 9 Memberi Tanda Like Di Media Sosial	90
Tabel 4. 10 Membuat Konten Media Sosial.....	91
Tabel 4. 11 Media Sosial Untuk Mengikuti Tren Terbaru.....	91
Tabel 4. 12 Media Sosial Untuk Menonton Video Pendek	92

Tabel 4. 13 Aktif Di Lebih Dari Dua Platform Media Sosial Setiap Hari	92
Tabel 4. 14 Peralihan Platform Di Media Sosial	93
Tabel 4. 15 Setiap Media Sosial Memiliki Tujuan Yang Berbeda	94
Tabel 4. 16 Gelisah Jika Tidak Membuka Media Sosial	94
Tabel 4. 17 Merasa Takut Ketinggalan Informasi	95
Tabel 4. 18 Media Sosial Bagian Penting Dari Kehidupan.....	95
Tabel 4. 19 Percaya Diri Ketika Konten Mendapat Interaksi	96
Tabel 4. 20 Media Sosial Sebagai Media Hiburan.....	96
Tabel 4. 21 Perasaan Stres Jika Media Sosial Tidak Berfungsi	97
Tabel 4. 22 Media Sosial Mempengaruhi Produktivitas	98
Tabel 4. 23 Media Sosial Sebagai Pengalihan Perhatian	98
Tabel 4. 24 Media Sosial Mengganggu Jam Tidur.....	99
Tabel 4. 25 Media Sosial Mempengaruhi Suasana Hati	99
Tabel 4. 26 Media Sosial Mempengaruhi Cara Pandang	100
Tabel 4. 27 Media Sosial Sebagai Sumber Informasi Terkini.....	100
Tabel 4. 28 Media Sosial Sebagai Media Hiburan, Seperti Menonton Video Atau Mendengarkan Musik.....	101
Tabel 4. 29 Media Sosial Untuk Tujuan Profesional.....	102
Tabel 4. 30 Melakukan Hal Lain Di Tengah Tugas.....	102
Tabel 4. 31 Kehilangan Fokus Ketika Mengerjakan Beberapa Tugas	103
Tabel 4. 32 Kehilangan Fokus Ketika Mendengarkan Seseorang Berbicara Panjang	103
Tabel 4. 33 Lupa Bagian Awal Percakapan Panjang	104
Tabel 4. 34 Mudah Teralihkan Oleh Notifikasi Ponsel	104
Tabel 4. 35 Tergoda Memeriksa Media Sosial Ketika Sedang Belajar	105
Tabel 4. 36 Suara Di Sekitar Membuat Sulit Berkonsentrasi.....	106
Tabel 4. 37 Tidak Fokus Ketika Banyak Gangguan.....	106
Tabel 4. 38 Sering Memeriksa Ponsel Meskipun Tidak Ada Notifikasi	107
Tabel 4. 39 Tetap Fokus Selama Lebih Dari 30 Menit.....	107
Tabel 4. 40 Kehilangan Konsentrasi Saat Mengerjakan Tugas Yang Panjang.....	108
Tabel 4. 41 Sulit Untuk Kembali Fokus.....	108
Tabel 4. 42 Merasa Bosan Saat Mengerjakan Tugas.....	109

Tabel 4. 43 Meninggalkan Tugas Jika Ada Sesuatu Yang Lebih Menarik Perhatian	110
Tabel 4. 44 Terganggu Oleh Pikiran Lain Saat Membaca.....	110
Tabel 4. 45 Perpindahan Media Sosial Tanpa Tujuan Yang Jelas	111
Tabel 4. 46 <i>Scrolling</i> Lebih Lama Dari Yang Direncanakan.....	111
Tabel 4. 47 Kesulitan Fokus Setelah <i>Scrolling</i> Media Sosial	112
Tabel 4. 48 Merasa Cemas Jika Tidak Membuka Media Sosial	113
Tabel 4. 49 Memeriksa Notifikasi Meskipun Sedang Mengerjakan Tugas	113
Tabel 4. 50 Merasa Tidak Nyaman Ketika Tidak Segera Menanggapi Pesan Atau Informasi Di Media Sosial	114
Tabel 4. 51 Fokus Bekerja Tanpa Perangkat Digital	115
Tabel 4. 52 Media Sosial Mengganggu Fokus	115
Tabel 4. 53 berpindah Aplikasi Saat Menggunakan Perangkat Digital	116
Tabel 4. 54 Teknologi Mengurangi Kemampuan Fokus	116
Tabel 4. 55 Sulit Memahami Materi Ketika Pertemuan Online.....	117
Tabel 4. 56 Pertemuan Online Membuat Sulit Untuk Tetap Memperhatikan	118
Tabel 4. 57 Lebih Fokus Bertemu Secara Langsung.....	118
Tabel 4. 58 <i>Descriptive Statistics</i> Variabel X Dan Y.....	119
Tabel 4. 59 Uji Normalitas Data	120
Tabel 4. 60 Uji Linearitas Data	121
Tabel 4. 61 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman	123

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Tren Data Pengguna Internet dan Media sosial di Indonesia Tahun 2024.....	1
Gambar 1. 2 Populasi Penduduk Indonesia Berdasarkan Generasi	2
Gambar 1. 3 Platform Media Sosial yang Banyak digunakan di Indonesia Tahun 2024.....	3
Gambar 1. 4 Rata-Rata <i>Attention Span</i> Manusia dibandingkan Ikan Mas.....	7
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	42
Gambar 3. 1 Keterkaitan Variabel.....	47
Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian.....	68
Gambar 4. 1 Peta Lokasi Institut Pendidikan Indonesia Garut	69
Gambar 4. 2 Media Sosial Yang Dimiliki/Digunakan.....	134
Gambar 4. 3 Durasi Penggunaan Media Sosial Dalam Satu Hari.....	135

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Kisi-Kisi Instrumen	152
Lampiran 1. 2 Angket Uji Coba Instrumen Penelitian.....	157
Lampiran 1. 3 Hasil Uji Validitas Variabel X.....	162
Lampiran 1. 4 Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Variabel X.....	163
Lampiran 1. 5 Hasil Uji Validitas Variabel Y	164
Lampiran 1. 6 Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Variabel Y	165
Lampiran 1. 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X	166
Lampiran 1. 8 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y	166
Lampiran 2. 1 Angket Penelitian.....	167
Lampiran 2. 2 Sampel Jawaban Angket.....	171
Lampiran 2. 3 Hasil Rekapitulasi Variabel X.....	172
Lampiran 2. 4 Hasil Rekapitulasi Variabel Y	174
Lampiran 2. 5 Hasil Deskriptif Variabel X	176
Lampiran 2. 6 Hasil Deskriptif Variabel Y.....	177
Lampiran 2. 7 Uji Normalitas	178
Lampiran 2. 8 Uji Linearitas	178
Lampiran 2. 9 Uji Korelasi Rank Spearman	179
Lampiran 3. 1 Surat Izin Penelitian.....	182
Lampiran 3. 2 Surat Balasan Izin Penelitian.....	183
Lampiran 3. 3 Dokumentasi Penelitian.....	184

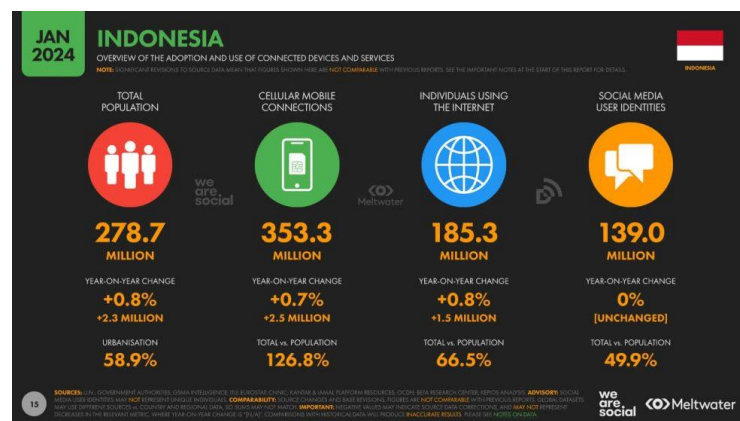
BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di zaman modern yang digital ini, perkembangan media sosial telah menjadi fenomena yang luar biasa. Pada dasarnya, Media sosial adalah kemajuan terbaru dalam teknologi internet berbasis web yang dapat memberikan kesempatan kepada setiap orang-orang berinteraksi, terlibat, berbagi serta membangun hubungan secara daring dengan lebih mudah, serta dapat menyebarkan konten mereka sendiri (Rohman, 2016). Munculnya media sosial memunculkan kebiasaan baru, di mana perilaku yang biasanya dilakukan secara langsung kini dapat dilakukan secara *online* melalui media sosial. Selain itu, menurut Zhulfakar (2024, hlm. 1) media sosial merupakan platform berbasis internet yang memudahkan penggunaannya untuk saling berbagi berbagai jenis konten., berinteraksi, serta berpartisipasi dalam komunitas daring. Selain itu, Media sosial menjadi ruang untuk setiap individu menyampaikan pendapat, mempengaruhi opini publik, pertukaran budaya, membangun jaringan, mengakses informasi dan melakukan interaksi sosial.

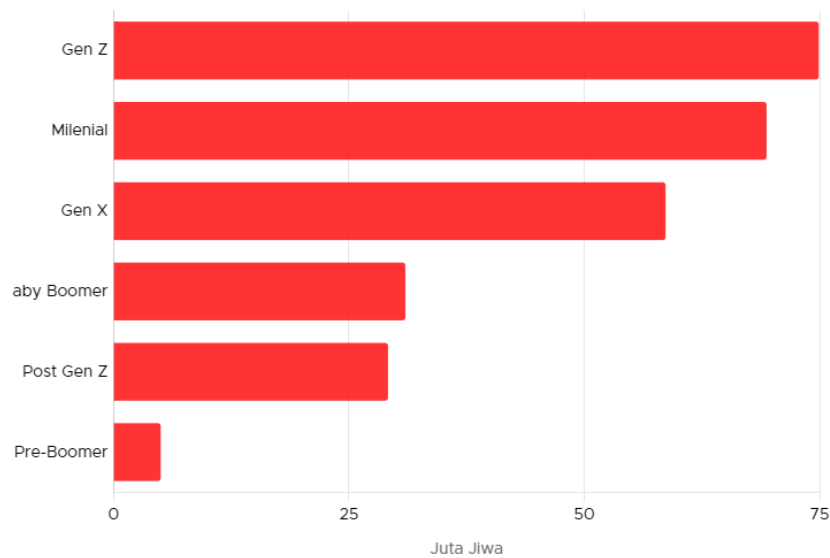
Data terbaru yang diterbitkan oleh Datareportal.com pada laporan “Digital 2024 Indonesia” menunjukkan bahwa perilaku pengguna internet di Indonesia terus berkembang. Di samping pertumbuhan penggunaan internet, laporan itu juga meramalkan peningkatan adopsi teknologi digital lainnya di Indonesia, termasuk media sosial (Riyanto, 2024).



Sumber: We Are Social 2024.

Gambar 1. 1 Tren Data Pengguna Internet dan Media sosial di Indonesia

Berdasarkan gambar tersebut dapat dikatakan bahwa total penduduk atau populasi di Indonesia tahun 2024 mencapai 278,7 Juta, terdapat 353,3 Juta (128% dari total populasi) perangkat *mobile* yang terhubung, terdapat 185,3 Juta (66,5% dari total populasi) yang menggunakan internet dan terdapat 139 Juta (49,9% dari total populasi) sebagai pengguna media sosial aktif. Saat ini, 46,5 persen pengguna media sosial di Indonesia adalah perempuan, sementara 53,5 persen adalah laki-laki. Pada awal tahun 2024, pengguna berusia 18 tahun ke atas yang mengakses media sosial di Indonesia berjumlah 126,8 juta. Angka ini sama dengan 64,8 persen dari total populasi berusia 18 tahun ke atas saat ini. Artinya Generasi Z (Gen Z) yang mendominasi menjadi pengguna media sosial di Indonesia. Gen Z yakni mereka yang lahir pada rentang tahun 1997 hingga 2012 yang mayoritas populasinya semakin banyak di Indonesia.

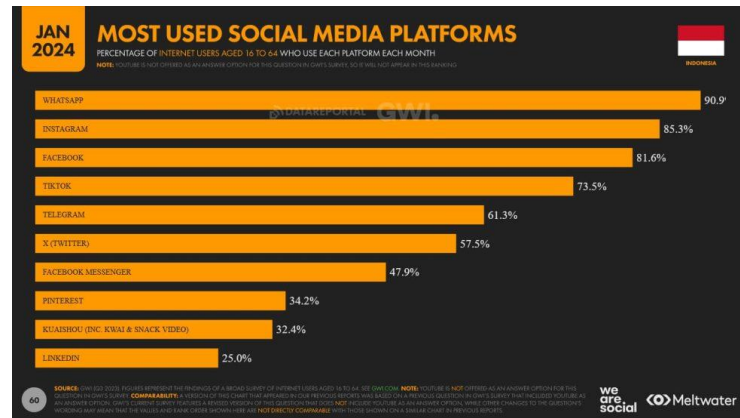


Sumber: GoodStats Dari Sensus BPS Tahun 2020.

Gambar 1. 2 Populasi Penduduk Indonesia Berdasarkan Generasi

Dengan jumlah 167 Juta (60,4% dari total populasi di Indonesia) sebagai pengguna media sosial aktif, Indonesia sebagai negara yang menempati peringkat ke 4 pengguna media sosial terbanyak di dunia tahun 2024 menurut ceoworld.biz. *Whatsapp* menjadi platform media sosial yang banyak digunakan di Indonesia dengan pengguna sebanyak 90,9% dari jumlah populasi di Indonesia, disusul dengan *Instagram* dengan pengguna sebanyak 85,3% dari jumlah populasi di Indonesia, *Facebook* menjadi platform media sosial peringkat ke tiga yang banyak

digunakan di Indonesia dengan pengguna 81,6% dari jumlah populasi di Indonesia dan *TikTok* menempati posisi ke empat sebagai platform yang banyak di gunakan di Indonesia dengan jumlah pengguna 73,5% dari jumlah populasi di Indonesia serta adapun platform media sosial lain yang digunakan di Indonesia.



Sumber: *We Are Social 2024*.

Gambar 1.3 Platform Media Sosial yang Banyak digunakan di Indonesia Tahun 2024

Berdasarkan databoks.katadata.co.id memaparkan waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial di Indonesia adalah 191 menit (3 jam 11 menit) per harinya sehingga menempati peringkat 9 negara dengan durasi akses media sosial terlama di dunia tahun 2024. Mahasiswa adalah salah satu kelompok paling aktif dalam menggunakan media sosial, serta menjadi kelompok usia terbesar di antara pengguna media sosial. Hasil survei memperlihatkan 89,7% dari kalangan mahasiswa menggunakan media sosial, dengan mayoritas pengguna berusia antara 18 hingga 25 tahun, menjadikan mereka kelompok yang paling signifikan dibanding kelompok dengan usia yang lain (Handikasari, dkk., 2018).

Mahasiswa adalah sekelompok pemuda yang dengan mudah dan leluasa mengakses perangkat digital, seperti laptop, *smartphone* ataupun tablet. Media sosial menawarkan kepada generasi muda kesempatan untuk terhubung dan berinteraksi dengan teman-teman sebaya mereka, serta memperluas jaringan sosial yang dimiliki. Melalui platform ini, mereka dapat berbagi pengalaman, berkomunikasi, dan membangun hubungan yang lebih erat. Namun, pada kenyataannya media sosial ini menjadi faktor eksternal distraksi terhadap

mahasiswa khususnya mahasiswa Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut dalam mempertahankan *attention span* ketika belajar. Ketika tidak tertarik dengan materi yang dibahas, mahasiswa cenderung membuka media sosial pada gawainya yang ini mengakibatkan daya perhatian menjadi terbagi antara mendengarkan materi dengan *scrolling* media sosial.

Media sosial memang membawa banyak kemudahan juga sebagai sarana informasi bagi penggunanya khususnya mahasiswa. Media sosial menyediakan beragam akses, mulai dari layanan informasi, hiburan, hingga komunikasi. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Bagas (2021, hlm. 3) bahwa dengan adanya media sosial yang menjadi suatu kemudahan bagi pengguna yang berasal dari berbagai usia, latar belakang, jenis kelamin, pendidikan. Media sosial juga berfungsi sebagai penunjang bagi penggunanya untuk kebutuhan komunikasi, informasi dan hiburan.

Selain membawa banyak kemudahan, media sosial juga memberikan dampak negatif terhadap penggunanya jika digunakan secara intens. Media sosial yang digunakan dengan intensitas yang tinggi akan berkontribusi pada penurunan kesejahteraan psikologis. Sejalan dengan pernyataan Nayla (2024, hlm. 44) menyatakan bahwa penggunaan media sosial berperan terhadap berbagai aspek kesehatan mental, termasuk ansietas, depresi, dan gangguan citra diri. Mahasiswa yang menggunakan media sosial dengan intensitas lebih dari 3 jam akan mengakibatkan turunnya jam tidur dan ini berpengaruh terhadap hasil akademik. Selain itu, mereka cenderung memiliki tingkat depresi, stres dan bisa menjadi salah satu alasan terjadinya bunuh diri. Sedangkan menurut Bagas (2021, hlm. 5) para remaja mengalami kesulitan dan mengontrol diri dalam menggunakan media sosial, yang mana remaja mengakses media sosial sebagai cara untuk menghindari persoalan yang terjadi di dunia nyata. Dengan begitu remaja banyak menghabiskan waktu bermain media sosial ketimbang menyelesaikan masalah dan tugas yang dihadapi.

Penggunaan media sosial secara intens juga memberikan dampak negatif bagi penggunanya khususnya mahasiswa, di mana media sosial dapat mengganggu fokus atau konsentrasi belajar mahasiswa karena distraksi dari notifikasi yang

muncul dan rasa tidak ingin ketinggalan informasi yang baru. Rahmawati (dalam Aini & Suhaili, 2023, hlm. 3) mengemukakan salah satu dampak negatif penggunaan media sosial yaitu menjadi pengganggu bagi konsentrasi dalam belajar. Pemakaian media sosial yang terlalu sering bisa menjadi masalah pada pola tidur dan mengurangi daya konsentrasi. Menurut Aryani (2024, hlm. 35) dalam bukunya menyatakan bahwa munculnya media sosial, ponsel, dan gangguan terus-menerus yang diberikan meningkatkan gangguan perhatian dan fokus (*mindfulness*) pada aktivitas yang sedang kita lakukan saat ini. Dapat dikatakan bahwa seringnya kegagalan dalam mengontrol penggunaan media sosial dapat berpengaruh terhadap proses kontrol kognitif yang nantinya berkaitan dengan penurunan perhatian.

Banyak dari kalangan mahasiswa yang terkena dampak negatif dari penggunaan media sosial yaitu turunnya konsentrasi belajar baik di rumah maupun di kampus, karena terlalu lama dalam mengakses aplikasi media sosial sehingga menyebabkan kehilangan fokus dalam pelajaran karena masih terbayang-bayang konten yang dilihat pada media sosial. Seperti yang dikemukakan oleh Asyari & Mirannisa (2022) terlalu lama menghabiskan waktu di aplikasi tersebut (media sosial), sehingga mereka kehilangan fokus dalam pelajaran karena mereka terus terbayang-bayang dengan konten yang mereka tonton di sana. Bukan hanya selama kegiatan pembelajaran di ruang kelas, tetapi saat menyelesaikan proyek bersama tidak jarang pengerjaannya hanya dilakukan oleh satu atau dua orang saja, sedangkan yang lainnya hanya hadir dalam kelompok tersebut dan akhirnya *scrolling* media sosial, sehingga hanya beberapa orang saja yang fokus terhadap tugas yang akan dikerjakan.

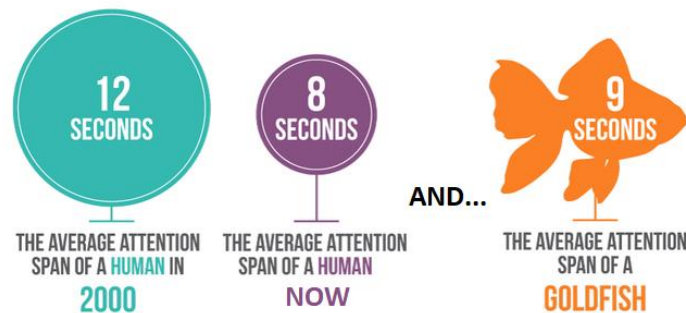
Belajar membutuhkan konsentrasi untuk mempertahankan perhatian terpusat pada suatu pelajaran. Salah satu komponen yang membantu meningkatkan prestasi adalah fokus atau konsentrasi. Salah satu jenis kesulitan dalam belajar adalah mempertahankan konsentrasi dalam belajar. Konsentrasi belajar, menurut Dimiyati & Mudjiono (2009) menyatakan bahwa konsentrasi belajar memiliki pengertian kemampuan dalam memusatkan perhatian terhadap pembelajaran. Perhatian tersebut dipusatkan dan ditujukan pada materi pembelajaran maupun pada proses bagaimana cara perolehannya. Kekurangan konsentrasi saat mengikuti pelajaran di kelas dapat menyebabkan proses belajar menjadi terganggu.

Dengan demikian salah satu isu penting yang harus diperhatikan untuk meningkatkan konsentrasi belajar yaitu isu tentang *attention span* atau rentang perhatian pada mahasiswa. Menurut Zhulfakar (2024) *attention span* adalah kemampuan untuk menjaga fokus pada suatu tugas atau kegiatan selama periode tertentu. Hal ini mencakup keterampilan untuk menyeleksi rangsangan eksternal, tetap fokus pada suatu tujuan, dan mengabaikan gangguan. Seperti yang dikatakan oleh Herbert Simon (dalam Zhulfakar, 2024) apa yang dikonsumsi oleh seseorang dari sebuah informasi adalah perhatian dari penerimanya. Oleh karena itu, banyaknya informasi yang diterima menciptakan kurangnya perhatian.

Media sosial memberikan kecepatan penyebaran informasi yang beragam dengan isi konten yang berbeda-beda. Berita terbaru, tren terkini dan peristiwa yang terjadi dapat menyebar dengan sangat cepat. Kecepatan penyebaran informasi ini memiliki sisi positif, di mana bisa mendapatkan informasi lebih cepat dan banyak. Namun, di sisi lain kecepatan informasi ini juga bisa menjadi pemicu penyebaran informasi yang tidak akurat atau *hoaks*. Interaksi yang sering dilakukan dengan media sosial, khususnya video pendek, tampaknya memiliki dampak signifikan terhadap *attention span*. Penelitian sebelumnya telah mengindikasikan adanya potensi dampak buruk dari penggunaan media sosial yang berlebihan terhadap kesehatan mental serta fokus kognitif. Dalam penelitiannya, Willoughby, *et al.* (dalam Ramadhan, dkk., 2024) menemukan hubungan antara penggunaan media sosial dan permasalahan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan, yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi rentang perhatian atau *attention span*.

Mengutip dari [bridgecareaba.com](https://www.bridgecareaba.com) *attention span* dapat berkisar dari 2 detik hingga lebih dari 20 menit, manusia memiliki rata-rata *attention span* 8,25 detik. Menurut studi Microsoft (dalam Aurelia, 2019) yang dilakukan pada 2015 mendapati hasil bahwa rata-rata seseorang dapat fokus hanya selama delapan detik. Studi tersebut, 70% respondennya berusia 18-24 tahun. Angka itu menurun hampir 25% dari tahun 2000 yang memiliki rata-rata 12 detik. Menariknya, *attention span* ikan mas rata-rata adalah 9 detik. Dengan kata lain, ikan mas memiliki rata-rata *attention span* lebih lama dibandingkan dengan manusia sekarang. Hal ini diakibatkan oleh perkembangan teknologi informasi yang membuat seseorang mudah terdistraksi (Zhulfakar, 2024). Maka, dari pernyataan di atas dapat

disimpulkan bahwa rata-rata *attention span* manusia menurun di setiap tahunnya dikarenakan berbagai faktor, salah satu faktornya yaitu perkembangan teknologi dan media sosial.



Sumber: Bridge Care ABA Therapy 2023.

Gambar 1. 4 Rata-Rata Attention Span Manusia dibandingkan Ikan Mas

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan sebuah teori Mark (2023) dalam bukunya yang menunjukkan bahwa rata-rata *attention span* seseorang ditahun 2004 untuk fokus ke satu layar itu 2,5 menit, penelitian ini dilakukan selama hampir dua dekade menunjukkan bahwa *attention span* menurun, sekarang rata-rata *attention span* hanya 47 detik di layar mana pun. Menurutnya, media digital yang digunakan sehari-hari berdampak terhadap *attention span* seseorang. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa penurunan *attention span* terjadi sangat signifikan yang akan mengganggu pada konsentrasi mahasiswa dalam belajar dengan adanya distraksi media sosial. Berdasarkan pemaparan yang telah dipaparkan diatas dengan adanya penelitian ini, peneliti ingin mengkaji lebih jauh mengenai hubungan media sosial dengan *attention span* belajar mahasiswa khususnya mahasiswa PIPS IPI Garut. Selain memberikan wawasan dan pemahaman yang mendalam, terbatasnya penelitian dengan topik *attention span* menjadikan penelitian ini sebagai khazanah baru ilmu pengetahuan. Berdasarkan latar belakang masalah dan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut dengan judul: "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut".

B. Batasan Masalah

Batasan masalah memiliki peran dalam membatasi ruang lingkup masalah yang bersifat luas, sehingga penelitian lebih terfokus dan efektif serta efisien. Oleh karena itu, peneliti menetapkan beberapa batasan permasalahan sebagai berikut.:

1. Populasi penelitian adalah mahasiswa Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial tingkat 1 sampai tingkat 3.
2. Penelitian diorientasikan pada hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* dengan pengukuran menggunakan angket atau kuesioner.

C. Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang serta batasan yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti mengaitkan rumusan masalah baik yang bersifat umum maupun yang lebih spesifik. Adapun rumusan masalah secara umum adalah “Bagaimana hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut?”. Berdasarkan rumusan masalah umum tersebut, maka dibuat ke dalam beberapa rumusan masalah secara khusus, yaitu:

1. Bagaimana tingkat intensitas penggunaan media sosial mahasiswa PIPS IPI Garut?
2. Bagaimana tingkat *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut?
3. Apakah terdapat hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengumpulkan informasi data mengenai:

1. Tingkat intensitas penggunaan media sosial mahasiswa PIPS IPI Garut.
2. Tingkat *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut.
3. Hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat dalam berbagai aspek, seperti:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah yang berguna dan bisa digunakan sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang serta sebagai landasan dalam memperluas pengetahuan tentang hubungan antara media sosial dan *attention span*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan ide-ide baru yang berguna bagi pihak yang berkaitan dengan dunia pendidikan, sebagai berikut:

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat mendukung mahasiswa dalam memahami dengan lebih jelas bagaimana penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berdampak pada prestasi akademik, *attention span* dan kemampuan belajar serta konsentrasi.

b. Bagi Dunia Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi yang signifikan bagi perkembangan ilmu, terutama di sektor pendidikan dan sosial. Dengan memahami hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar, diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan pendidikan yang lebih efektif di era digital.

c. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian yang diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adanya penelitian ini diharapkan bisa dijadikan sebagai bahan referensi dalam mengembangkan penelitian selanjutnya ke arah yang lebih baik dalam mengembangkan pembelajaran yang bermanfaat terutama dalam

meningkatkan *attention span* belajar agar tidak terpengaruh dengan distraksi media sosial.

3. Manfaat Segi Kebijakan

Penelitian ini memiliki dampak yang luas dan dapat menjadi dasar untuk merumuskan kebijakan yang lebih efisien, baik di tingkat institusi pendidikan, pemerintah, maupun individu, sebagai berikut:

a. Kebijakan Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat menginformasikan pengembangan kurikulum yang lebih relevan dengan kebutuhan siswa di era digital. Misalnya, memasukkan materi tentang literasi digital, manajemen waktu, dan dampak penggunaan media sosial terhadap pembelajaran.

b. Kebijakan Pemerintah

Pemerintah dapat membuat regulasi yang lebih ketat terhadap industri teknologi, terutama terkait dengan desain aplikasi yang dapat memicu kecanduan. Mendorong pengembangan literasi digital sejak dini melalui kurikulum pendidikan.

c. Kebijakan Individu

Individu dapat belajar untuk mengatur waktu penggunaan media sosial dan mengalokasikan waktu yang cukup untuk kegiatan produktif lainnya.

4. Manfaat Dari Segi Isu Dan Aksi Sosial

Penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi bagi dunia akademik, tetapi juga memiliki implikasi yang sangat luas bagi masyarakat secara umum. Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang penggunaan media sosial yang berlebihan akan berdampak negatif terhadap kemampuan fokus serta konsentrasi. Penelitian ini juga memiliki potensi besar untuk mendorong perubahan positif. Dengan memahami hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan *attention span*, pada akhirnya dapat mengambil langkah-langkah yang lebih baik untuk meningkatkan kualitas hidup, produktivitas, dan kesejahteraan masyarakat.

F. Struktur Skripsi

Sistematika penulisan dan pemaparan pada skripsi ini dapat dilihat dari sistematika sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan

Sebagai pembuka, dalam bab ini diuraikan aspek permasalahan dan manfaat serta pada bab ini mengulas latar belakang masalah yang menjelaskan mengenai dampak dari media sosial terhadap konsentrasi belajar dan *attention span* mahasiswa, batasan masalah yang menjadi fokus pembahasan, rumusan masalah dibagi menjadi dua yaitu secara umum dan secara khusus yang mempunyai tiga pertanyaan, tujuan penelitian yang mana akan menjawab dari rumusan masalah yang telah ditetapkan, manfaat penelitian baik itu secara teoritis maupun praktis dan struktur skripsi yang menjadi sistematika penulisan.

Bab II Kajian Pustaka

Bab ini menjadi suatu pedoman bagi peneliti, dalam bab ini dijelaskan aspek teoritis serta pendapat ahli juga penelitian terdahulu agar menjadi penguat bagi peneliti dalam menganalisis urgensi penelitian. Terdapat beberapa kajian teori pada penelitian ini diantaranya pembahasan mengenai media sosial, intensitas penggunaan media sosial, *attention span*, intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span*, penelitian yang relevan, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian

Sebagai bagian dari karya tulis ilmiah, tentu diperlukan rangkaian metode dalam meraih data. Dalam bab ini, peneliti menjelaskan desain penelitian yang digunakan yaitu studi korelasi dengan pendekatan kuantitatif, lokasi tempat penelitian yaitu Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut, sasaran atau populasi dan sampel mahasiswa PIPS IPI Garut, definisi operasional yaitu terkait dengan judul dan variabel yang terkait, teknik pengumpulan data berupa non tes, instrumen penelitian berupa angket yang mana pernyataan pada angket tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu, dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa yang digunakan oleh peneliti yaitu buku, jurnal, serta referensi yang relevan serta teknik analisis data yang nantinya menjadi jawaban terhadap hipotesis pada penelitian yang dilakukan.

Bab IV Hasil Dan Pembahasan

Pada bab ini, para peneliti menguraikan temuan yang diperoleh dari pengolahan data. Bagian ini bertujuan untuk memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya dan memverifikasi hipotesis yang telah ditentukan.

Bab V Penutup

Pada bagian bab ini berisi Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi, yang menyajikan hasil olah data terhadap data yang telah diteliti.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Media Sosial

1. Definisi Media Sosial

Media sosial atau dalam bahasa Inggris disebut “*social media*” terdiri dari dua kata, yaitu “*social*” yang berarti kemasyarakatan atau sebuah interaksi, dan “*media*” yang merujuk pada tempat atau wadah untuk interaksi sosial. Media sosial merujuk pada platform berbasis internet untuk komunikasi pribadi massal yang memfasilitasi hubungan antar pengguna dan memperoleh nilai utamanya dari konten yang dihasilkan oleh pengguna (Carr & Hayes, 2015). Media sosial menjadi salah satu wadah bagi masyarakat dalam menjalankan interaksinya secara *online* tanpa dibatasi jarak dan waktu. Media sosial menjadi platform jejaring sosial yang menghubungkan masyarakat di berbagai belahan dunia. Sedangkan menurut Nasrullah (dalam Sukmadinda, 2022) media sosial merupakan sebuah ruang di dunia maya yang memberikan kesempatan bagi penggunanya untuk mengungkapkan diri, berinteraksi, berkolaborasi, serta mendistribusikan informasi. Selain itu, media sosial juga memperlancar komunikasi antar pengguna dan memiliki peranan signifikan dalam menciptakan koneksi sosial secara daring.

Menurut Kementerian Perdagangan Republik Indonesia (2014) secara umum media sosial bisa dianggap sebagai suatu platform online yang memungkinkan penggunanya untuk berbagi, berinteraksi, dan menghasilkan berbagai macam konten, termasuk blog, wiki, forum, jaringan sosial, dan ruang virtual. Semua ini didorong oleh perkembangan teknologi multimedia yang semakin pesat. Jika merujuk pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) media sosial adalah laman atau aplikasi yang memungkinkan pengguna dapat membuat dan berbagi isi atau terlibat dalam jaringan sosial. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa media sosial adalah laman atau aplikasi yang berbasis internet yang merupakan sebuah wadah untuk membantu penggunanya dalam berinteraksi, berbagi

informasi, mempresentasikan dirinya dan membentuk ikatan sosial secara *online* atau virtual.

2. Ciri-Ciri Media Sosial

Mengutip dari Kementerian Perdagangan Republik Indonesia (2014) terdapat beberapa ciri-ciri yang dari media sosial, diantaranya:

- a. Konten yang dibagikan dapat diakses oleh banyak orang, tanpa batasan pada individu tertentu.
- b. Pesan disampaikan secara langsung tanpa melalui *gatekeeper* ataupun halangan yang menghambat.
- c. Konten informasi disampaikan secara daring dan dalam waktu yang nyata.
- d. Walaupun akses konten secara *online* bisa sangat cepat, ada kemungkinan ada keterlambatan dalam penerimaannya, tergantung pada waktu yang dipilih oleh pengguna untuk berinteraksi.
- e. Platform media sosial memberikan pengguna peluang untuk menjadi kreator dan partisipan, yang memungkinkan mereka untuk mengungkapkan diri tanpa batas.
- f. Dalam konten di media sosial, ada banyak elemen fungsional seperti identitas, interaksi, berbagi, keberadaan, hubungan, reputasi, dan komunitas.

3. Klasifikasi Media Sosial

Dengan begitu banyaknya jenis media sosial yang ada, penting untuk mengetahui klasifikasi atau pengelompokan yang tepat. Menurut Kaplan dan Haenlein (dalam Kementerian Perdagangan Republik Indonesia, 2014) kategorikan berbagai tipe media sosial berdasar karakteristik pemakaiannya merupakan sebuah upaya penting. Menurut pengamatan mereka, media sosial secara umum dapat dikelompokkan ke dalam enam jenis, yaitu:

- a. Pertama, sebuah inisiatif situs web bersama di mana pengguna diberikan kemampuan untuk mengedit, menambah, atau menghapus informasi yang sudah ada, serupa dengan apa yang dilakukan di *Wikipedia*..

- b. Kedua, blog dan *microblog*, di mana *user* mendapat kebebasan dalam mengungkapkan suatu hal di blog itu, seperti perasaan, pengalaman, pernyataan, sampai kritikan terhadap suatu hal, seperti *Twitter*.
- c. Ketiga, mengenai konten, pengguna di situs ini memiliki kesempatan untuk berbagi berbagai jenis media, seperti *e-book*, video, foto, dan gambar, mirip dengan platform *YouTube*..
- d. Keempat, terdapat jejaring sosial yang memungkinkan pengguna terhubung dengan cara membuat informasi pribadi, kelompok, atau komunitas yang dapat diakses oleh orang lain, layaknya di *Facebook*.
- e. Kelima, terdapat dunia permainan virtual di mana pengguna dapat memanfaatkan aplikasi 3D untuk menciptakan *avatar* sesuai keinginan mereka dan berinteraksi dengan pengguna lain yang juga menggunakan *avatar*, mirip dengan interaksi di dunia nyata, contohnya dalam permainan *online*.
- f. Keenam, ada dunia sosial *virtual* yang merupakan aplikasi berbentuk dunia maya, memungkinkan pengguna untuk menjalani kehidupan dan berinteraksi dengan orang lain di dalam dunia tersebut. Meskipun mirip dengan dunia permainan *virtual*, dunia sosial *virtual* ini memberikan kebebasan lebih dalam berbagai aspek kehidupan, contohnya seperti di *Second Life*.

4. Situs Media Sosial

Situs media sosial merupakan ruang digital yang memfasilitasi pengguna untuk saling berkomunikasi, menukarkan informasi, dan menciptakan komunitas *online*. Berikut merupakan media sosial populer yang sering diakses oleh pengguna internet di Indonesia, sebagai berikut:

a. *Whatsapp*

WhatsApp adalah aplikasi untuk mengirim pesan secara *real-time* yang dapat diakses di berbagai jenis perangkat untuk *smartphone* maupun perangkat PC lain yang memungkinkan bertukar pesan tanpa biaya pulsa melainkan menggunakan koneksi internet (Sukmadinda, 2022). Pengguna *whatsapp* di Indonesia sebanyak 90,9% dari jumlah populasi.

Dengan persentase tersebut, *whatsapp* menempati posisi pertama sebagai media sosial yang sering diakses di Indonesia.

b. *Instagram*.

Instagram merupakan sebuah aplikasi berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik *instagram* sendiri (Sukmadinda, 2022). Pengguna *instagram* di Indonesia sebanyak 85,3% dari jumlah populasi dan menjadi media sosial yang sering diakses kedua di Indonesia.

c. *Facebook*

Facebook merupakan jejaring sosial (*social network*) yang bisa dimanfaatkan oleh para pengguna untuk saling mengenal dan berkomunikasi dalam berbagai keperluan dan juga bersifat rekreasi (Sukmadinda, 2022). Pengguna *facebook* di Indonesia sebanyak 81,6% dari jumlah populasi, menjadi media sosial ketiga yang sering di akses di Indonesia.

d. *TikTok*

Menurut Valiant (dalam Sukmadinda, 2022) *TikTok* adalah aplikasi yang memberikan *special effects* unik dan menarik yang dapat digunakan oleh penggunanya dengan mudah sehingga dapat membuat video pendek serta dapat dipamerkan kepada teman maupun pengguna lain. Dengan pengguna sebanyak 73,5% dari jumlah populasi di Indonesia, *tiktok* menjadi media sosial keempat yang sering diakses di Indonesia

e. *Telegram*

Telegram adalah aplikasi pesan instan berbasis *cloud* yang fokus pada kecepatan dan keamanan. Menurut Fahana & Ridho (dalam Fitriansyah & Aryadillah, 2020) menyatakan bahwa *telegram* dirancang untuk memudahkan pengguna saling berkiriman pesan teks, audio, video, gambar dan stiker dengan aman.

f. *X (Twitter)*

Platform X atau yang awalnya bernama Twitter juga menjadi salah satu pilihan media sosial yang memiliki banyak pengguna di Indonesia. Menurut Gil (2023) *twitter* merupakan salah satu media sosial yang bisa digunakan sebagai situs berita dan juga jejaring sosial sebagai tempat orang berkomunikasi dalam pesan singkat yang biasanya disebut *tweet*. Twitter juga memiliki fitur *tweeting*, *tweeting* merupakan cara untuk memposting pesan singkat untuk siapa saja yang mengikut akun di Twitter.

g. *YouTube*

YouTube adalah situs web berbagi video yang sangat populer dan mungkin yang terbesar di dunia internet, dengan jangkauan yang sangat luas. Di *YouTube*, pengguna dapat melakukan berbagai aktivitas, seperti mengunggah video, mencari dan menonton video, serta berpartisipasi dalam diskusi atau tanya jawab seputar konten video. Selain itu, *YouTube* juga memungkinkan pengguna untuk membagikan klip video secara gratis (Anggara, 2024).

h. *Pinterest*

Menurut Sari, (2024) menyatakan bahwa *pinterest* adalah aplikasi yang memudahkan penggunaannya untuk mencari, menyimpan, dan berbagi berbagai konten visual, seperti gambar dan video. Aplikasi ini juga berfungsi sebagai sumber inspirasi yang kaya. Selain itu, *pinterest* juga memiliki beberapa fitur yang disajikan, diantaranya sajian beranda, profil, pin dan papan pencarian.

5. Fungsi Media Sosial

Media sosial memiliki beragam fungsi yang mana telah mengubah cara berinteraksi, cara berbagi informasi sampai membangun komunitas. Menurut Kietzmann (dalam Sabekti, 2019) fungsi media sosial bisa kita ibaratkan sebagai "sarang lebah" yang membentuk jaringan yang terhubung melalui "blok-blok" yang saling berkaitan. Berikut adalah penjelasan mengenai masing-masing fungsi tersebut:

- a. *Identity* atau identitas berperan dalam menggambarkan bagaimana pengguna mengekspresikan diri mereka di tengah interaksi dengan pengguna lain.
- b. *Conversation* atau percakapan berfungsi sebagai wadah bagi pengguna untuk berkomunikasi dan bertukar pikiran dengan satu sama lain.
- c. *Sharing* atau berbagi membantu pengguna mendistribusikan pesan, menerima informasi, serta saling bertukar konten.
- d. *Presence* atau kehadiran menyadarkan kita akan keberadaan pengguna, baik sebagai individu maupun sebagai representasi dari latar belakang mereka.
- e. *Relationship* atau hubungan menunjukkan sejauh mana pengguna dapat terhubung dan berinteraksi dengan pengguna lainnya.
- f. *Reputation* atau reputasi berfungsi untuk mengidentifikasi status sosial pengguna lain serta memungkinkan mereka untuk mengekspresikan status diri mereka sendiri.

6. Kelebihan Media Sosial

Media sosial banyak memberikan kemudahan sehingga platform media sosial memiliki beberapa kelebihan. Berikut ini adalah kelebihan dari media sosial dibandingkan dengan media konvensional, menurut Kementerian Perdagangan Republik Indonesia (2014):

- a. Cepat, ringkas, jelas dan sederhana.
Pembuatan media konvensional biasanya membutuhkan keahlian tertentu, kualitas yang tinggi, serta kemampuan pemasaran yang tinggi. Di sisi lain, media sosial memberikan kemudahan dalam penggunaannya, sehingga dapat diakses dengan mudah oleh siapa pun.
- b. Menciptakan hubungan yang lebih intens.
Media konvensional sering kali bersifat komunikasi satu arah, sementara di sisi lain, media sosial menawarkan peluang bagi pengguna untuk berinteraksi langsung dengan mitra, pelanggan, dan relasi. Dengan demikian, media sosial memungkinkan terbentuknya hubungan timbal balik yang lebih erat.

- c. Jangkauan yang luas dan global.

Media konvensional mampu mencapai pemirsa di seluruh dunia, tetapi biasanya memerlukan biaya yang besar dan waktu yang lama. Di sisi lain, platform media sosial memberikan kesempatan bagi siapa saja untuk menyebarkan informasi dengan cepat tanpa batasan lokasi.

- d. Kendali dan terukur.

Dengan adanya sistem pelacakan dalam media sosial, pengguna bisa mengendalikan serta mengukur efektivitas informasi yang disampaikan melalui tanggapan dan reaksi yang diterima. Sementara itu, media konvensional masih memerlukan waktu lebih lama untuk mendapatkan umpan balik yang serupa.

B. Intensitas Penggunaan Media Sosial

1. Definisi Intensitas Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) Intensitas merupakan suatu tingkat atau ukuran dari seberapa kuat sebuah aktivitas dilakukan. Seseorang melakukan suatu kegiatan karena adanya dorongan di dalam dirinya, dan aktivitas yang dilakukan secara berkelanjutan sering kali disebut sebagai kegiatan intensif. Selain itu, intensitas juga berkaitan erat dengan frekuensi, yaitu seberapa sering kegiatan tersebut dilaksanakan. (Sabekti, 2019). Sedangkan menurut Kartono dan Gulo (dalam Sabekti, 2019) intensitas diambil dari istilah "*intensity*" yang menunjukkan ukuran atau kekuatan suatu tindakan, serta seberapa banyak energi fisik yang dipakai untuk mengaktifkan salah satu indera manusia. Selain itu, intensitas juga dapat diartikan sebagai ukuran fisik dari energi atau data *sensorik*. Dengan demikian, intensitas dapat dipahami sebagai seberapa sering seseorang melakukan suatu aktivitas secara berkelanjutan.

Menurut Horrigan (dalam Sabekti, 2019) ada dua aspek penting yang harus diperhatikan untuk memahami seberapa sering seseorang mengakses internet, yaitu frekuensi penggunaan internet dan durasi setiap kali internet digunakan oleh pengguna. Menurut Kominfo (2018) batas normal intensitas penggunaan media sosial adalah 1-3 jam. Menurut

Wulandari & Netrawati (2020) remaja saat ini mengakses media sosial untuk berkomunikasi dengan bertukar pesan, hiburan, *browsing* informasi, sebagai tempat pelarian dari masalah dan lainnya, penggunaan inilah yang memungkinkan seorang remaja mengalami kecanduan.

Penggunaan media sosial jika dilakukan secara kompulsif atau tanpa henti dalam segala situasi, hal ini bisa memicu berbagai gejala yang dialami oleh remaja. Misalnya, mereka sering kali mengakses media sosial saat belajar, merasa bingung dan bosan ketika tidak dapat terhubung, serta mengalami masalah kesehatan akibat terlalu banyak menghabiskan waktu untuk membuka platform media sosial. Dengan demikian, penggunaan media sosial dengan intensitas yang tinggi akan menyebabkan kecanduan dan menjadi pemicu munculnya gejala-gejala psikologis serta kesehatan fisik.

2. Aspek-Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas penggunaan media sosial mengacu pada seberapa sering dan dalam jangka waktu berapa lama seseorang menggunakan platform media sosial. Menurut Andarwati dan Sankarto (dalam Kilamanca, 2010) mengatakan aspek intensitas penggunaan media sosial, yaitu:

a. Durasi

Durasi menyatakan seberapa lama penggunaan media sosial dalam kurun waktu tertentu (per menit atau per jam). Menurut Syamsoedin (2015) durasi penggunaan media sosial digolongkan, sebagai berikut:

- 1) Sangat lama : Penggunaan media sosial selama 7 jam atau lebih dalam sehari, yang menunjukkan adanya kecenderungan ketergantungan.
- 2) Lama : Penggunaan media sosial antara 5-6 jam.
- 3) Sedang : Penggunaan media sosial antara 3-4 jam.
- 4) Singkat : Penggunaan media sosial 1-2 Jam.
- 5) Sangat Singkat : Penggunaan media sosial kurang dari 1 jam.

b. Frekuensi

Frekuensi menyatakan seberapa sering penggunaan media sosial dalam kurun waktu tertentu (perhari berapa kali). Sedangkan menurut Laila (2014) mengatakan ada empat aspek intensitas, yaitu:

- 1) Perhatian (*Attention*): perhatian yang diberikan secara individual sesuai dengan minat yang diinginkan jauh lebih kuat dan mendalam dibandingkan dengan minat terhadap aktivitas yang dilakukan tanpa ketertarikan.
- 2) Penghayatan (*Comprehension*): Pemahaman dan penyerapan informasi melibatkan usaha pribadi untuk mengerti, menikmati, dan merasakan agar dapat memenuhi dan mempertahankan informasi. Pengalaman ini kemudian menjadi pengetahuan bagi individu tersebut.
- 3) Durasi (*Duration*): lamanya individu dalam menjalankan perilakunya, dikategorikan sebagai berikut :
 - a) Pengguna berat (*heavy user*) : 40 jam per bulan.
 - b) Pengguna sedang (*medium user*) : 10 – 40 jam per bulan.
 - c) Pengguna ringan (*light user*) : 10 jam per bulan.
- 4) Frekuensi (*frequency*): seringnya atau banyaknya pengulangan perilaku, dikategorikan sebagai berikut:
 - a) Tinggi : ≥ 4 kali/hari.
 - b) Rendah : 1 – 4 kali/hari.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas penggunaan media sosial dipengaruhi oleh banyak faktor, baik dari dalam maupun luar. Berdasarkan penelitian Andarwati dan Sankarto (dalam Sukmadinda, 2022), terdapat beberapa faktor yang menentukan seberapa sering media sosial digunakan, antara lain:

- a. Kognitif
- b. Predisposisi individual
- c. Suasana emosional (*mood*)
- d. Suasana paparan

e. Tingkat identifikasi *audiens* terhadap sosok tertentu.

Sedangkan menurut Jaya (dalam Sukmadinda, 2022) faktor yang mempengaruhi intensitas penggunaan media sosial, yaitu:

- a. Faktor demografi
 - 1) Usia.
 - 2) Jenis kelamin.
 - 3) Status ekonomi.
 - 4) Akses internet.
 - 5) Kepemilikan gadget.
- b. Faktor lingkungan
 - 1) Teman
 - 2) Pergaulan.
- c. Tujuan pemakaian
 - 1) Bersosialisasi.
 - 2) Hiburan.
 - 3) Mencari status diri.
 - 4) Informasi atau edukasi.
- d. Jenis, fitur, dan manfaat media sosial
- e. Durasi penggunaan media sosial.

4. Dampak Intensitas Penggunaan Media Sosial

Penggunaan media sosial secara intens dapat memicu dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek, baik itu dampak positif maupun dampak negatif. Menurut Carroll dan Kirkpatrick (dalam Sukmadinda, 2022) menjelaskan adanya beberapa manfaat media sosial, sebagai berikut:

- a. Media sosial memudahkan remaja untuk menjalin hubungan dan menciptakan kesempatan belajar satu sama lain.
- b. Media sosial juga menawarkan lingkungan yang mendukung untuk mengeksplorasi, berbagi, dan membahas minat atau hobi.
- c. Remaja memanfaatkan media untuk mencari solusi atas masalah yang mereka hadapi.
- d. Sebagai sarana hiburan.

Dari pemaparan manfaat media sosial diatas dapat disimpulkan bahwa media sosial menawarkan beragam manfaat. seperti memberikan kemudahan berkomunikasi, kemudahan dalam mencari lingkungan yang sesuai, mencari jawaban dari berbagai pertanyaan serta sebagai sarana hiburan.

Adapun dampak buruk video pendek dari penggunaan media sosial menurut Putranto (2024) yang dilansir dalam kompasiana.com, diantaranya:

a. Penurunan Kualitas Konsentrasi

Video dalam media sosial seperti *Youtube Shorts, TikTok, Instagram Reels* biasanya memiliki durasi yang pendek, yang dapat membuat pengguna terbiasa dengan konten yang cepat dan singkat. Dampak dari kebiasaan ini dapat menyebabkan penurunan kemampuan untuk berkonsentrasi pada tugas atau suatu aktivitas yang mengharuskan perhatian berjangka panjang.

b. Penurunan Kemampuan Untuk Mempertahankan Konsentrasi

Algoritma media sosial dibuat untuk selalu memberikan konten baru dengan cepat. Perpindahan dari satu video ke video lainnya yang dilakukan secara cepat dan berulang-ulang akan membuat otak terus-menerus mencari stimulus baru, dampak negatifnya akan mengakibatkan penurunan kemampuan otak untuk mempertahankan konsentrasinya.

c. Melakukan Suatu Tugas Secara Terburu-Buru

Kebiasaan menghabiskan waktu dengan melihat video pendek dari media sosial akan membuat otak terbiasa mengonsumsi informasi atau hiburan melalui video yang singkat dan padat. Selain itu, dorongan otak setiap kali melihat konten baru yang menarik sehingga menciptakan kebiasaan untuk mencari kepuasan dengan cepat dan instan. Hal seperti ini akan membuat seseorang menjadi tidak sabar dan terburu-buru dalam melakukan suatu tugas atau aktivitas lain yang membutuhkan *sustained attention* (kemampuan mempertahankan konsentrasi).

d. Mudah Terdistraksi

Menonton video pendek secara berlebihan dapat membuat seseorang lebih mudah teralihkan perhatian. Media Sosial akan mengajarkan otak untuk terbiasa dengan perubahan stimulus yang cepat dan singkat. Perubahan yang cepat dan intens dapat membuat otak akan terbiasa dan merespons dengan mencari cara yang instan untuk mempercepat proses dalam melakukan suatu aktivitas.

e. Produktivitas Menurun

Dari kebiasaan otak yang selalu mengalami perubahan stimulus dengan cepat dan ringkas akan menimbulkan dampak kebiasaan terburu-buru yang berakibat pada kualitas pekerjaan atau tugas yang membutuhkan jangka durasi waktu konsentrasi yang lama.

f. Pengaruh Algoritma Dan Konten Cepat Berubah

Media sosial seperti *Youtube shorts*, *TikTok*, dan *reels Instagram* menawarkan konten dengan durasi sangat singkat dan padat yang dirancang untuk menarik perhatian dengan cepat. Algoritma dari sosial media dirancang untuk terus menghadirkan konten baru secara berkelanjutan, sehingga membuat kemungkinan pola pikir berubah dan mencari cara melakukan aktivitas dengan instan.

C. *Attention Span* (Rentang Perhatian)

1. Definisi *Attention Span*

Attention span mengacu pada kemampuan seseorang untuk memperhatikan stimulus atau objek selama periode waktu tertentu. Kemampuan ini juga dikenal sebagai perhatian berkelanjutan atau kewaspadaan (Levin & Bernier, 2019). Menurut Murphy, *et al.* (2001) *attention span* adalah kemampuan untuk mempertahankan fokus dan kewaspadaan selama jangka waktu tertentu. Perhatian yang berkelanjutan membutuhkan kegigihan dan motivasi. Dengan beberapa definisi diatas maka dapat dikatakan bahwa *attention span* ialah kemampuan untuk terus terpusat pada suatu pekerjaan atau kegiatan dalam jangka waktu tertentu. Singkatnya, *attention span* adalah seberapa lama seseorang dapat bertahan

berfokus pada satu tugas. Seseorang yang memiliki *attention span* yang baik dapat melaksanakan tugasnya dengan lebih efektif dan efisien.

2. Jenis-Jenis *Attention* (Perhatian)

Terdapat beberapa jenis perhatian, yang mana masing-masingnya memiliki karakteristik dan fungsinya yang berbeda. Menurut Metivier, (2024) yang dilansir dari magneticmemorymethod.com memaparkan terdapat 5 jenis *attention* (perhatian), diantaranya:

a. *Focalized (Focused) Attention* (Perhatian Terfokus)

Ini mengacu pada kemampuan untuk memfokuskan perhatian pada satu stimulus. Misalnya, saat sedang mengerjakan ujian dan perlu berkonsentrasi penuh pada jawaban.

b. *Sustained Attention* (Perhatian Berkelanjutan)

Ini adalah kemampuan untuk berkonsentrasi pada sebuah kegiatan atau rangsangan untuk jangka waktu yang panjang. Misalnya, ketika memainkan permainan video.

c. *Selective Attention* (Perhatian Selektif)

Ini merujuk pada kemampuan untuk fokus pada stimulus tertentu di tengah adanya stimulus lain yang mengganggu. Misalnya, selama berada di ruangan kelas dalam proses pembelajaran, kemampuan siswa untuk fokus pada materi pelajaran saat rekan-rekannya berbicara atau saling bertukar catatan..

d. *Alternating Attention* (Perhatian Bergantian)

Umumnya dikenal sebagai *multitasking*. Ini adalah kemampuan untuk mengubah fokus perhatian di antara stimulus yang membutuhkan fungsi kognitif yang berbeda. Misalnya, membaca resep sambil menyiapkan makanan.

e. *Divided Attention* (Perhatian Terbagi)

Ini merujuk pada kemampuan otak untuk memperhatikan berbagai rangsangan pada saat yang bersamaan. Misalnya, saat sedang mengemudi mobil sambil berbicara dengan penumpang.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan 5 jenis perhatian diantaranya perhatian terfokus, perhatian berkelanjutan, perhatian selektif,

perhatian bergantian dan perhatian terbagi. Adapun jenis-jenis perhatian menurut Dakir (1993, hlm. 112) adalah sebagai berikut:

- a. Perhatian ditinjau dari derajatnya:
 - 1) Perhatian tinggi, terjadi jika individu memperhatikan sesuatu sampai melupakan yang lain.
 - 2) Perhatian rendah, jika perhatian individu hanya sedikit saja atau sebentar
- b. Terdapat dua jenis perhatian yang dapat dibedakan berdasarkan cara kemunculannya:
 - 1) Perhatian spontan, yaitu perhatian yang muncul secara alami tanpa adanya usaha khusus.
 - 2) Perhatian reflektif, yang merupakan perhatian yang tidak muncul dengan sendirinya dan memerlukan proses berpikir.
- c. Dari segi sikap batin, perhatian juga dapat dibagi menjadi dua kategori, yakni:
 - 1) Perhatian terfokus, yang terjadi ketika perhatian hanya diarahkan pada satu objek tertentu.
 - 2) Perhatian merata, yang terjadi ketika perhatian mencakup keseluruhan satu objek.
- d. Ditinjau dari sebabnya, perhatian dibagi menjadi dua, yakni:
 - 1) Perhatian luas, jika perhatian terjadi secara menyeluruh dalam beberapa obyek.
 - 2) Perhatian sempit, jika perhatian yang hanya meliputi sedikit obyek saja dalam waktu singkat
- e. Dalam hal sifatnya, perhatian dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu:
 - 1) Perhatian statis, yang bersifat konstan dan tetap terjaga dalam jangka waktu tertentu.
 - 2) Perhatian dinamis, yang memiliki kemampuan untuk berubah sesuai dengan kondisi yang ada.

3. Rata-Rata *Attention Span* Berdasarkan Usia

Salah satu pengaruh dari *attention span* adalah usia, dimana semakin usianya bertambah semakin bertambah pula *attention span* yang

dimilikinya. Menurut Zauderer, (2023) dalam laman crossrivertherapy.com para ahli perkembangan anak pada umumnya mengatakan bahwa *attention span* rata-rata berdasarkan usia hanyalah dua hingga tiga menit per tahun usia mereka. Itulah periode waktu yang dibutuhkan anak pada umumnya untuk tetap fokus pada tugas tertentu. Adapun *attention span* yang diharapkan berdasarkan usia adalah sebagai berikut:

- a. 2 tahun: 4 hingga 6 menit.
- b. 4 tahun: 8 hingga 12 menit.
- c. 6 tahun: 12 hingga 18 menit.
- d. 8 tahun: 16 hingga 24 menit.
- e. 10 tahun: 20 hingga 30 menit.
- f. 12 tahun: 24 hingga 36 menit.
- g. 14 tahun: 28 hingga 42 menit.
- h. 16+ tahun: 32 hingga 48+ menit.

Attention span rata-rata ini hanyalah generalisasi dan seberapa lama manusia benar-benar mampu untuk fokus juga dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor seperti banyaknya gangguan, jenis gangguan, rasa lapar, kelelahan dan rasa kecemasan. Manusia juga cenderung lebih sulit untuk memperhatikan sesuatu yang tidak diminati, hal itu menjadi faktor *attention span* pada manusia.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Attention Span*

Proses perhatian merupakan cara di mana otak memilih untuk memproses informasi yang berkaitan dengan suatu rangsangan. Faktor yang mempengaruhi *attention span* seseorang sangat beragam, mulai dari faktor internal hingga eksternal. Menurut Fitriani, (2024) yang dilansir dari idntimes.com memaparkan 5 faktor yang mempengaruhi *attention span* seseorang semakin menurun, diantaranya:

- a. Ketergantungan Pada Gadget

Ketergantungan pada gadget dapat menjadi salah satu penyebab menurunnya *attention span*. Ketika terus-menerus terpaku pada layar gadget, otak akan terbiasa dengan rangsangan yang cepat dan konstan. Hal ini membuatnya sulit untuk fokus pada kegiatan yang

membutuhkan perhatian lebih lama. Terlepas dari aspek praktisnya, perlu disadari bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat merugikan kemampuan dalam mempertahankan *attention span* yang baik.

b. *Multitasking* Yang Berlebihan

Melakukan *multitasking* atau mencoba menyelesaikan beberapa tugas sekaligus, sering dianggap sebagai cara untuk meningkatkan produktivitas. Namun, melakukan beberapa tugas sekaligus dapat membagi fokus perhatian, membuat kualitas pekerjaan yang dihasilkan menjadi lebih rendah. Studi menunjukkan bahwa otak manusia lebih efektif ketika fokus pada satu tugas pada satu waktu. Ini disebabkan oleh fenomena yang disebut "*switching cost*" yang terjadi ketika otak beralih dari satu tugas ke tugas lainnya.

c. Pola Tidur Yang Tidak Teratur

Kurang tidur atau tidur yang tidak berkualitas dapat merugikan kinerja kognitif secara menyeluruh. Ketika pola tidur terganggu, otak akan mengalami kesulitan untuk mempertahankan fokus pada tugas-tugas yang membutuhkan perhatian lebih lama. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa tidur bukan hanya tentang jumlah jam tidur, tetapi juga tentang kualitasnya. Memastikan tidur yang cukup dan berkualitas setiap malam dapat membantu merestorasi energi otak dan memaksimalkan kapasitas *attention span*.

d. Fluktuasi Emosi Yang Tinggi

Emosi yang fluktuatif atau tidak terkendali juga dapat berkontribusi pada menurunnya *attention span*. Ketika merasa stres, cemas, atau marah, otak cenderung sulit untuk berkonsentrasi pada tugas yang sedang dihadapi. Perasaan cemas dapat memicu pikiran berpindah-pindah dan sulit untuk difokuskan pada satu hal. Begitu juga dengan stres yang dapat mengakibatkan pikiran terpecah dan *attention span* menjadi lebih pendek. Fluktuasi emosi yang tinggi dapat berdampak lebih jauh dari sekadar membuat sulit fokus. Jika tidak diatasi dengan

baik, kondisi ini dapat berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang lebih serius.

e. Konsumsi Konten Cepat Saji

Dalam era informasi saat ini, sering terpapar oleh konten-konten cepat saji yang disajikan dalam waktu singkat. Video pendek, *meme*, atau artikel singkat dapat memberikan informasi secara instan, tetapi juga dapat merusak kemampuan untuk fokus pada bacaan yang lebih panjang. Fenomena ini menciptakan tren kurangnya kesabaran dalam memahami informasi secara mendalam. Kebiasaan mengonsumsi konten instan dapat menciptakan kebiasaan membaca yang cenderung dangkal. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memengaruhi kemampuan untuk fokus pada tugas-tugas yang membutuhkan pemahaman yang lebih mendalam.

5. Aspek-Aspek *Attention Span*

Interaksi manusia dengan komputer, telah memberikan kontribusi signifikan dalam memahami bagaimana teknologi modern, terutama perangkat digital, mempengaruhi kemampuan seseorang untuk fokus. Penelitian Mark (2023) menunjukkan bahwa *attention span* semakin terfragmentasi akibat paparan konstan terhadap berbagai jenis distraksi digital. Mark (2023) menggarisbawahi beberapa aspek penting yang terkait dengan penurunan *attention span* di era digital, diantaranya:

a. Fragmentasi Perhatian:

- 1) *Multitasking*: Kebiasaan melakukan banyak tugas sekaligus (*multitasking*) secara konstan membuat otak kita sulit untuk fokus pada satu hal.
- 2) Notifikasi: Setiap notifikasi yang masuk, baik dari ponsel, email, atau aplikasi lain, dapat mengganggu konsentrasi kita dan mengalihkan perhatian.
- 3) Beralih Antar Tugas: Sering beralih dari satu tugas ke tugas lain dalam waktu singkat membuat otak kita sulit untuk masuk ke dalam "alur" atau "*flow*" saat mengerjakan sesuatu.

b. Pengaruh Media Sosial:

- 1) *Scroll Tanpa Henti*: Menggulir umpan berita di media sosial secara terus-menerus dapat membuat kita kehilangan jejak waktu dan sulit untuk berhenti.
- 2) *FoMO (Fear of Missing Out)*: Rasa takut ketinggalan informasi penting membuat kita terus-menerus mengecek notifikasi dan *update* terbaru.

c. Lingkungan Kerja Digital:

- 1) *Perangkat Ganda*: Menggunakan beberapa perangkat secara bersamaan (misalnya, komputer, ponsel, dan tablet) dapat meningkatkan jumlah distraksi.
- 2) *Pertemuan Online*: Pertemuan virtual yang terus-menerus dapat membuat kita kelelahan secara kognitif dan sulit untuk fokus pada tugas-tugas lain.

6. Dampak Penurunan *Attention Span*

Penurunan *attention span* dapat berdampak signifikan pada berbagai aspek kehidupan seseorang sehari-hari, salah satunya dapat mempengaruhi kemampuan dalam berkomunikasi, sehingga lebih sulit untuk mengembangkan hubungan sosial. Menurut Surya (2024) yang dilansir dari kumparan.com dampak yang paling terlihat dari penurunan *attention span* yaitu dari kehidupan sehari-hari, para remaja mengalami kesusahan untuk berfokus pada sekolahnya, pekerjaannya dan bisa juga mengalami kesusahan dalam belajar. Pada lingkungan pendidikan, gejala ini bisa berefek pada nilai atau prestasi akademik karena kurangnya fokus dalam mengerjakan tugas sekolah dan juga tidak fokus pada pembelajaran. Menurut Kholisa (2024) yang dilansir dari laman kompasiana.com terdapat beberapa dampak dari penurunan *attention span*, yaitu:

a. Produktivitas Menurun

Penurunan *attention span* dapat mengakibatkan produktivitas yang menurun. Ketika sulit untuk tetap fokus pada satu tugas, pekerjaan akan lambat terselesaikan dan hasilnya mungkin tidak memuaskan. Hal ini

dapat berdampak pada performa kerja kita dan menghambat kemajuan karier.

b. Kesulitan dalam Memori Jangka Panjang

Kemampuan untuk tetap fokus dan memusatkan perhatian juga berhubungan dengan kemampuan untuk membentuk memori jangka panjang. Jika tidak dapat memperhatikan dengan baik, informasi yang diterima tidak akan tersimpan dengan baik dalam otak. Hal ini dapat mengakibatkan kesulitan dalam mengingat informasi penting dan mempengaruhi kemampuan belajar.

c. Kehidupan Pribadi yang Kurang Memuaskan

Ketika sulit untuk tetap fokus pada saat-saat penting dengan orang-orang terdekat, hubungan dapat terganggu. Selain itu, kurangnya perhatian pada aktivitas-aktivitas yang harusnya dinikmati juga dapat mengurangi kepuasan hidup kita secara keseluruhan.

d. Rendahnya Kemampuan Sosial

Attention span yang terganggu juga dapat mempengaruhi kemampuan sosial. Ketika sulit untuk fokus pada percakapan atau interaksi dengan orang lain, dapat terlihat tidak tertarik atau kurang respons. Hal ini dapat membuat hubungan sosial menjadi buruk dan mempengaruhi kualitas bersosial dengan orang lain.

e. Gangguan Kesehatan Mental

Rendahnya *attention span* juga dapat berkontribusi pada gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Ketika sulit untuk fokus dan berkonsentrasi, pikiran dapat terjebak dalam lingkaran negatif dan stres yang berkepanjangan. Hal ini dapat berdampak pada kesejahteraan emosional dan mental kita secara keseluruhan.

D. Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span*

Dilansir dari databoks.katadata.co.id (dalam Annur, 2024) rata-rata, masyarakat Indonesia menghabiskan waktu sekitar 3 jam 11 menit, setiap hari untuk bersosial media. Indonesia juga masuk kedalam 10 negara dengan jumlah pengguna media sosial terbesar di dunia, mencakup berbagai platform seperti *Facebook*,

Instagram, YouTube, Twitter, dan TikTok. Tanpa disadari, *attention span* manusia saat ini semakin pendek karena paparan media sosial disebabkan oleh terlalu sering terpapar video pendek dan banyaknya konten yang bisa terus digulir di media sosial.

Dilansir JawaPos.com dari website Psychologists, rangsangan terus-menerus yang diterima dari platform media sosial, dipadukan dengan masuknya informasi secara terus-menerus dalam kehidupan sehari-hari, memengaruhi kemampuan otak manusia untuk mempertahankan perhatian selama beberapa waktu. Keinginan untuk merespons notifikasi dengan cepat di media sosial juga membuat seseorang sulit fokus pada kegiatan yang sedang berlangsung. Risiko *attention span* akan mempengaruhi produktivitas mahasiswa dan berdampak kepada menurunnya performa di sekolah atau acara sosial mengalami ketidakmampuan menyelesaikan tugas sehari-hari dan memenuhi tenggat waktu.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan kemungkinan efek negatif dari penggunaan media sosial yang terlalu banyak pada kesehatan mental dan daya fokus kognitif. Berbagai studi menemukan adanya keterkaitan antara penggunaan media sosial dan isu-isu kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, yang pada gilirannya dapat memengaruhi *attention span* seseorang (Willoughby, 2019). Sudah sewajarnya proses belajar membutuhkan perhatian atau konsentrasi yang lebih untuk menangkap makna atau hal yang dipelajari. Namun, kemajuan teknologi juga dapat menjadi sumber distraksi bagi pelajar, terutama karena akses mudah ke media sosial. Berbagai aplikasi media sosial seperti *Facebook, Instagram, TikTok, Twitter, WhatsApp, dan YouTube* dapat mengalihkan perhatian dan membuat pelajar sulit untuk berkonsentrasi saat belajar. Akibatnya, fokus mereka terganggu dan proses pembelajaran menjadi kurang efektif. Menurut Slameto (dalam Nikmah & Hartati, 2022) konsentrasi dalam belajar berarti memusatkan perhatian dan pemikiran pada materi yang dipelajari, sehingga dapat mengabaikan dan tidak memperhatikan aktivitas lain yang tidak terkait dengan proses belajar.

E. Pendidikan IPS Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan *Attention Span*

Dewasa ini peradaban berubah begitu pesat berkat adanya perkembangan teknologi. Kebaruan yang terus berkembang memunculkan dinamika baru dalam kehidupan manusia, seperti munculnya kebiasaan baru. Media sosial menjadi salah satu faktor yang mengubah kebiasaan manusia, di mana interaksi sosial yang tadinya hanya dilakukan dengan bertatap muka yang dibatasi oleh ruang dan waktu, kini interaksi sosial dapat dilakukan secara *online* dan dapat terhubung dengan siapa pun tanpa dibatasi jarak dan waktu. Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) dalam praktik pengajarannya memang perlu mengalami inovasi. Apalagi, di era abad 21 ini, proses pembelajaran IPS harus mampu beradaptasi dengan berbagai tantangan yang ada (Schoenfeld, 1999). Pendidikan IPS dituntut untuk mengkaji dinamika sosial yang terus berkembang sehingga pembahasan dalam materi IPS menjadi relevan dengan keadaan zaman.

Media sosial menjadi salah satu inovasi yang memberikan dampak terhadap kebiasaan hidup manusia. Selain memberikan kemudahan dalam berbagai hal, media sosial juga memunculkan dampak negatif yang baru terhadap manusia, di mana penggunaan media sosial yang intens dapat memicu munculnya berbagai permasalahan khususnya secara psikologis. Kecemasan, *FoMO*, *phubbing*, gangguan tidur, menurunnya rentang perhatian merupakan permasalahan yang muncul yang diakibatkan oleh penggunaan media sosial yang tidak terkontrol sampai mengakibatkan kecanduan media sosial. Dengan algoritma yang digunakan oleh media sosial yang ditujukan untuk membuat penggunanya ketagihan. Keadaan tersebut membuat media sosial seperti menimbulkan efek *dopamin* atau kecanduan (Aryani, 2024).

Pendidikan IPS memiliki peranan besar dalam mengkaji dinamika yang muncul yang disebabkan oleh media sosial, terlebih salah satu bidang yang dikaji dalam IPS yaitu sosiologi serta psikologi. Menurut *National Council for the Social Studios* (NCSS) (dalam Susanti & Endayani, 2018) mendefinisikan IPS adalah penelitian menyeluruh dalam bidang ilmu sosial dan humaniora, dengan sasaran utama meningkatkan kemampuan dan kapasitas komunitas. Dalam konteks pendidikan di sekolah, studi sosial secara terstruktur dan terencana mengeksplorasi

berbagai bidang ilmu, seperti antropologi, arkeologi, ekonomi, geografi, sejarah, hukum, filsafat, ilmu politik, psikologi, agama, dan sosiologi. Selain itu, studi sosial juga menyertakan materi yang berhubungan dengan humaniora, matematika, dan ilmu pengetahuan alam.

Penelitian yang menghubungkan penggunaan media sosial dengan *attention span* dan pendidikan IPS sangat relevan dalam konteks pendidikan saat ini. Kedua masalah tersebut saling terkait satu sama lain dan penting terhadap proses belajar mengajar. Pendidikan IPS sering kali melibatkan materi yang kompleks dan memerlukan perhatian yang lebih. Jika *attention span* menurun yang disebabkan penggunaan media sosial secara intens, pemahaman terhadap konsep-konsep dalam IPS juga akan terpengaruhi. Dengan itu, pendidikan IPS harus mengkaji masalah sosial yang relevan dengan zamannya yang mana sekarang media sosial menjadi salah satu kebutuhan sehari-hari. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Hafipa (2024, hlm. 4) tujuan dari pengajaran ilmu sosial adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa agar lebih peka terhadap berbagai isu sosial yang ada dalam masyarakat. Selain itu, pembelajaran ini juga bertujuan untuk membentuk sikap mental positif dalam menghadapi dan memperbaiki ketimpangan yang terjadi, serta melatih keterampilan dalam mengatasi berbagai persoalan yang dihadapi, baik yang bersifat pribadi maupun yang menyangkut kepentingan masyarakat.

Pendidikan IPS sebagai disiplin ilmu yang mewadahi berbagai ilmu sosial lain harus memiliki peran dalam mengurangi dampak yang timbul dari penggunaan media sosial (Lestari, Safitri & Sujarwo, 2024). Jika dilihat dari sudut pandang antropologi dimana media sosial memberikan pengaruh terhadap budaya yang mana berbeda dengan budaya Indonesia. Dengan video yang dapat diakses dalam media sosial, sering kali pengguna media sosial mengakses video budaya luar yang mana budaya tersebut tidak sesuai norma dan budaya yang berlaku di Indonesia. Jika pengguna tidak menyaring informasi yang diterimanya, maka pengguna akan menerima dan menirunya di kehidupan sehari-harinya. Disinilah peranan pendidikan IPS muncul agar para pengguna media sosial di Indonesia mempunyai filter terhadap konten yang disediakan sehingga pengguna diharapkan dapat memilah dan memilih konten yang akan diterima dan ditirunya.

F. Penelitian Relevan

1. Penelitian Zhulfakar (2024) yang berjudul “EKSPLOKASI PROSES ATTENTION SPAN GENERASI Z DI ERA TIKTOK”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa generasi Z memiliki *attention span* yang rendah atau menurun dalam konteks penggunaan *TikTok*. Hal ini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang berkaitan dengan individu. Selain itu, penelitian ini mengungkapkan bahwa masalah rentang perhatian ini bersifat multifaset, dipengaruhi oleh sifat interaktif dan sangat menarik dari *TikTok*.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan, D. F., Janarwiguna, I. D., Al Karimi, Z. H., & Rakhmawati, N. A (2024) yang berjudul “ANALISIS HASIL ASESMEN PRIBADI RENTANG PERHATIAN MAHASISWA SISTEM INFORMASI ITS PENGONSUMSI KONTEN VIDEO PENDEK DI MEDIA SOSIAL”. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara tingkat adiksi terhadap konten video pendek dan rentang perhatian mahasiswa. Faktor-faktor seperti durasi penggunaan harian dan preferensi jenis konten yang dikonsumsi berkontribusi terhadap penurunan kemampuan konsentrasi.
3. Penelitian Nikmah, S., & Hartati, M. T. S. (2022). Berjudul “PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA”. Hasil studi memperlihatkan bahwa motivasi peserta dalam proses pembelajaran dan penggunaan *Instagram* sebagai media sosial cukup signifikan. Penyelidikan menunjukkan adanya efek buruk dari frekuensi penggunaan *Instagram* terhadap daya konsentrasi dalam belajar, dengan dampak yang dapat diukur mencapai 4.1%.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Aini, Q. (2023). Berjudul “HUBUNGAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA”. Hasil dari studi menunjukkan bahwa terdapat kaitan negatif antara penggunaan media sosial *TikTok* dan fokus belajar di MA NWDI Lepak. Ini mengindikasikan bahwa semakin banyak waktu yang dihabiskan di media sosial *TikTok*, semakin rendah daya konsentrasi siswa saat belajar,

Sebaliknya, ketika penggunaan *TikTok* berkurang, konsentrasi belajar siswa cenderung meningkat.

5. Penelitian Safni, L. H., Febriyani, N., Izzatunnisa, Y., & Saragi, M. P. D. (2022). Dengan judul “PENGARUH PENGGUNAAN APLIKASI TIKTOK TERHADAP KONSENTRASI DAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA/I FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA”. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak penggunaan aplikasi *TikTok* terhadap konsentrasi dan prestasi belajar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian ini berfokus pada bagaimana penggunaan aplikasi *TikTok* mempengaruhi konsentrasi dan pencapaian belajar para pengguna.
6. Penelitian Zubir, Z., & Yuhafliza. (2019). Dengan judul “PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP ANAK DAN REMAJA”. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan pokok terhadap penggunaan media sosial yang perlu dibatasi pada anak dan remaja. Peran pemerintah, orang tua dan orang-orang terdekat juga berkewajiban melakukan pengawasan terhadap generasi muda disekitarnya, agar anak-anak dan kaum remaja tidak terpengaruh hal-hal negatif terhadap perkembangannya.
7. Penelitian Ramly, R, A., & Ayu, S. (2022). Dengan judul “PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA”. Penelitian menunjukkan bahwa ada dampak besar dalam pemanfaatan sosial media terhadap hasil belajar yang kurang baik. Berdasarkan hasil eksplorasi awal yang dilakukan oleh para peneliti, ditemukan bahwa penggunaan media sosial dapat memengaruhi hasil belajar siswa.
8. Penelitian Gani, R. & Adam, A. (2024). Dengan judul “PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP RENDAHNYA MINAT BACA SISWA MAN 1 TERNATE”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial, dengan konten yang cepat dan menghibur, mengalihkan perhatian siswa dari membaca buku. Siswa cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial daripada membaca, yang berkontribusi pada rendahnya minat baca. Meskipun ada potensi positif dalam penggunaan media

sosial untuk mempromosikan bacaan, strategi efektif belum sepenuhnya diterapkan.

9. Penelitian Purwanto, A. (2024). Dengan judul “PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP PERILAKU *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* DI KALANGAN SISWA SMA NEGERI 1 WAJO”. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh media sosial *TikTok* terhadap perilaku *fear of missing out* di kalangan siswa SMA Negeri 1 Wajo, serta untuk mengukur sejauh mana *TikTok* berkontribusi terhadap perilaku tersebut di antara para siswa.
10. Penelitian Putri, J., dkk. (2024). Dengan judul “PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP MINAT BELAJAR SISWA”. Studi ini bertujuan untuk menyelidiki dampak media sosial terhadap minat belajar siswa. Di tengah pesatnya kemajuan era digital, media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian ini akan meneliti apakah frekuensi penggunaan media sosial berdampak pada tingkat minat belajar siswa.

Berdasarkan sepuluh penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan penulis lakukan memiliki kekhasan sebagai bentuk *novelty* atau kebaruan yang tercantum dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. 1 Penelitian Relevan Dan Novelty

No.	Judul Penelitian	Penelitian Relevan	Persamaan	Perbedaan
1.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Eksplorasi Proses <i>Attention Span</i> Generasi Z Di Era Tiktok (2024).	Penelitian berfokus pada generasi Z.	Penelitian sebelumnya menerapkan metode kualitatif, sementara penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif.

2.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Analisis Hasil Asesmen Pribadi Rentang Perhatian Mahasiswa Sistem Informasi ITS Pengonsumsi Konten Video Pendek Di Media Sosial (2024).	Populasi dan sampel penelitian merupakan mahasiswa.	Penelitian sebelumnya memiliki 3 variabel yaitu assesmen pribadi, rentang perhatian dan video pendek media sosial. Sedangkan penelitian ini menggunakan 2 variabel yaitu intensitas penggunaan media sosial dan <i>attention span</i> belajar.
3.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa (2022).	Metode yang digunakan menggunakan metode kuantitatif.	Penelitian sebelumnya mengadopsi desain penelitian <i>ex post facto</i> , sementara penelitian kali ini menerapkan studi korelasi. Dalam hal

				teknik pengambilan sampel, penelitian sebelumnya menggunakan <i>stratified random sampling</i> , sedangkan penelitian ini memilih menggunakan <i>purposive sampling</i> .
4.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Hubungan Media Sosial Tiktok Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa (2023).	Penelitian korelasi dengan teknik pengumpulan data berupa angket.	Populasi dan sampel pada penelitian sebelumnya merupakan siswa, sedangkan penelitian ini populasi dan sampel mahasiswa.
5.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i>	Pengaruh Penggunaan Aplikasi Tiktok Terhadap Konsentrasi Dan Prestasi Belajar	Populasi dan sampel penelitian merupakan mahasiswa.	Penelitian sebelumnya telah menggunakan metode kualitatif,

	Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Mahasiswa/I Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (2022).		sementara penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif.
6.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Pengaruh Media Sosial Terhadap Anak Dan Remaja (2019).	Penelitian tentang media sosial.	Penelitian sebelumnya merupakan penelitian kepustakaan, sementara penelitian ini menggunakan metode kuantitatif.
7.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Pengaruh Media Sosial Terhadap Hasil Belajar Siswa (2022).	Penelitian tentang media sosial.	Penelitian sebelumnya merupakan penelitian kualitatif, sementara penelitian ini berbentuk kuantitatif.
8.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Pengaruh Media Sosial Terhadap Rendahnya Minat Baca Siswa MAN 1 Ternate (2024).	Penelitian tentang media sosial.	Penelitian sebelumnya merupakan penelitian kuantitatif deskriptif, sedangkan

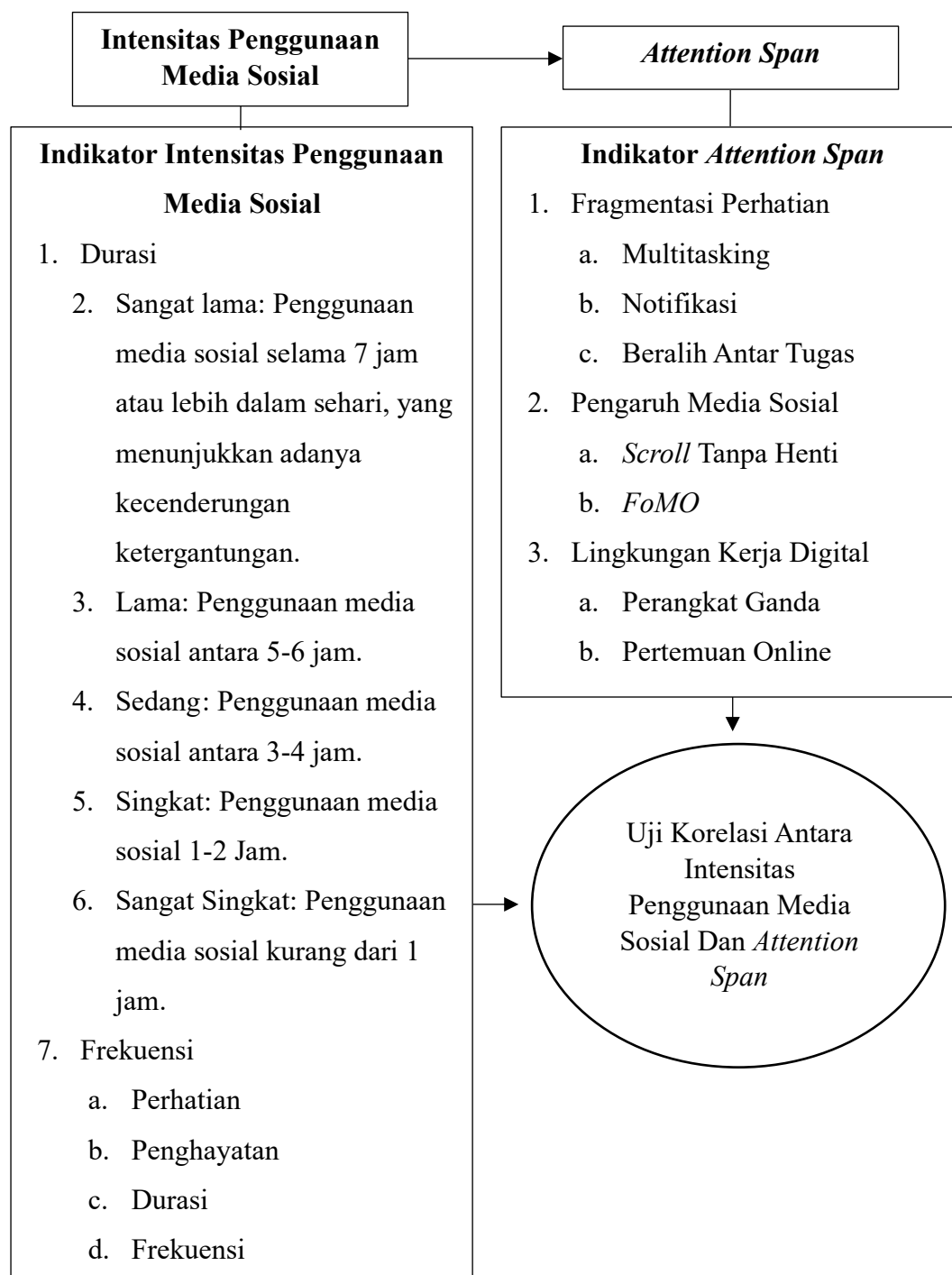
				penelitian ini merupakan penelitian korelasi.
9.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Pengaruh Penggunaan Media Sosial <i>TikTok</i> Terhadap Perilaku <i>Fear Of Missing Out (FoMO)</i> Di Kalangan Siswa SMA Negeri 1 Wajo (2024).	Penelitian tentang media sosial.	Penelitian sebelumnya penelitian kuantitatif deskriptif, sedangkan penelitian ini merupakan penelitian korelasi.
10.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap <i>Attention Span</i> Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.	Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Minat Belajar Siswa (2024).	Penelitian tentang media sosial.	Penelitian sebelumnya menggunakan survei, sedangkan penelitian ini menggunakan angket.

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

G. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan dasar konseptual yang penting dalam sebuah penelitian. Ia berfungsi sebagai representasi visual atau naratif yang menggambarkan hubungan yang dihipotesiskan antara berbagai faktor (variabel) yang ditetapkan sebagai relevan dengan permasalahan yang sedang diteliti. Kerangka berpikir menghubungkan variabel dengan teori yang sudah ada dan temuan penelitian yang akan dilakukan. Kerangka berpikir berfungsi sebagai peta jalan konseptual dalam penelitian. Ini merupakan alat yang sangat penting untuk

membantu berpikir secara sistematis mengenai masalah yang diteliti. Dalam penelitian ini, kerangka berpikir menghubungkan dua variabel antara intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span*. Berikut skema atau bagan dari kerangka berpikir penelitian ini:



Sumber: Andarwati dan Sankarto (dalam Kilamanca, 2010) & Mark, G. (2023).

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

H. Hipotesis

Pertanyaan penelitian berasal dari dugaan-dugaan penyebab masalah yang bersumber dari hasil penelitian sebelumnya serta pengalaman atau pengamatan peneliti. Dari Permasalahan di atas maka dapat diambil hipotesis sebagai berikut:

Ha : Terdapat Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.

Ho : Tidak Terdapat Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sujarweni (dalam Permata, 2024) penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian yang menghasilkan temuan melalui penerapan prosedur statistik atau metode pengukuran kuantitatif lainnya. Adapun tujuan penelitian kuantitatif menurut Zulhawati (2020) berfokus pada menghubungkan atau membandingkan variabel-variabel. Jenis-jenis variabel utama dalam penelitian kuantitatif yaitu variabel bebas, variabel mediasi, variabel moderasi, dan variabel terikat serta variabel kontrol. Pendekatan ini ditetapkan mengingat data yang digunakan berupa data kuantitatif, sehingga analisis datanya menggunakan analisis kuantitatif (inferensi). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang mengadopsi pendekatan kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang menghasilkan temuan-temuan yang diperoleh melalui prosedur statistika.

Paradigma kuantitatif merupakan paradigma yang dilandasi oleh filsafat positivisme. Pendekatan ini mendorong peneliti untuk mengumpulkan fakta yang dapat diukur dan diamati, dan menghindari interpretasi yang spekulatif atau subjektif, sehingga membuat eksperimen, survei, dan metode kuantitatif menjadi alat utama dalam penelitian. Selain itu, positivisme juga menganjurkan objektivitas dan netralitas nilai, di mana peneliti diharapkan tetap objektif dan terpisah dari subjek yang diteliti agar bias pribadi tidak mempengaruhi hasil penelitian, sehingga metode yang dapat di replikasi dan diverifikasi oleh orang lain menjadi lebih diutamakan (Ryan, 2018). Menurut Sugiyono (2020) metode penelitian kuantitatif dapat dipahami sebagai sebuah pendekatan yang berlandaskan pada filosofi positivisme. Pendekatan ini digunakan untuk menyelidiki populasi atau sampel tertentu, di mana pengumpulan data dilakukan melalui berbagai instrumen penelitian, serta analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Filsafat positivisme merupakan landasan dari metode penelitian kuantitatif dalam meneliti populasi atau

sampel, dalam metode ini peneliti diharapkan tetap objektif agar bias pribadi tidak mempengaruhi hasil penelitian.

B. Metode Penelitian

Adapun metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu studi korelasional atau korelasi. Menurut Sukardi (dalam Putri, 2022) penelitian korelasi merupakan jenis penelitian yang mengumpulkan informasi untuk memahami apakah terdapat keterkaitan antara dua atau lebih variabel dan seberapa erat keterkaitan tersebut. Mengetahui adanya dan tingkat hubungan antar variabel sangatlah penting, karena pemahaman ini memungkinkan peneliti untuk mengembangkan studi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Fokus utama dari penelitian korelasi adalah mengidentifikasi keberadaan hubungan antara variabel yang diteliti. Dengan kata lain, sasaran dari penelitian ini adalah untuk menentukan apakah ada keterkaitan, seberapa besar keterkaitan itu, serta arah dari keterkaitan yang muncul (Nurlan, 2019). Penelitian korelasi dapat diartikan sebagai studi yang bertujuan untuk mengukur hubungan antara dua atau lebih variabel penelitian, menentukan arah hubungan tersebut dan seberapa kuat hubungan itu.

Penelitian korelasional mempunyai beberapa ciri utama yang dapat membedakannya dengan tipe penelitian yang lain. Yusuf (2017) menyebutkan ada enam ciri utama penelitian korelasional sebagai berikut:

1. Penelitian korelasional tidak terdapat manipulasi atau kontrol seperti dalam penelitian eksperimen.
2. Peneliti dapat melakukan penelitian yang melibatkan banyak variabel.
3. Pengambilan data dari variabel yang diteliti bisa dilakukan sekaligus menggunakan angket kuesioner.
4. Peneliti dapat mengetahui seberapa kuat lemahnya hubungan antar variabel.
5. Dapat digunakan untuk mengestimasi nilai variabel kriteria dan variabel prediktornya.
6. Korelasi dihitung antar skor untuk setiap pasangan variabel menggunakan statistik, dan setiap individu yang menjadi responden akan memiliki skor untuk setiap variabel yang diteliti.

Keenam ciri inilah yang menjadikan penelitian korelasional memiliki perbedaan dengan penelitian lainnya. Penelitian korelasional tidak terdapat manipulasi, memiliki dua atau lebih variabel, pengambilan data menggunakan angket kuesioner, peneliti mengetahui seberapa kuat hubungan antar variabel, digunakan untuk mengestimasi nilai variabel dan skor korelasi dapat dihitung menggunakan perhitungan statistik.

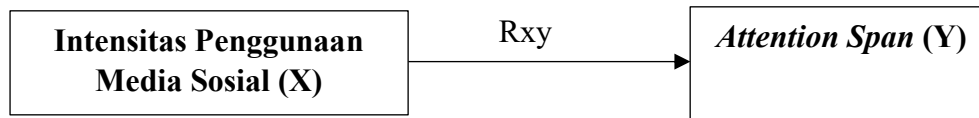
Adapun langkah-langkah dapat digunakan dalam penelitian korelasional menurut Indah (2017) sebagai berikut:

1. Memahami masalah dengan cara mengenali variabel yang akan dikorelasikan berdasarkan: (a) hubungan logis; (b) dasar teoretik; (c) landasan empiris dsb.
2. Memilih partisipan, yaitu dengan mengambil sampel dari suatu populasi yang dapat memaksimalkan generalisasi.
3. Memilih pengukuran yang sesuai dengan variabel yang dikaji.
4. Menentukan langkah-langkah pengambilan data.
5. Melakukan analisis.

Langkah-langkah inilah yang dapat digunakan dalam melakukan penelitian korelasional.

Tujuan dari penelitian korelasional menurut Azwar (2010) yaitu untuk menyelidiki seberapa besar variasi dalam suatu variabel berhubungan dengan variabel lainnya, menggunakan koefisien korelasi sebagai landasan analisis. Sehingga dapat dikatakan bahwa tujuan penelitian korelasional adalah untuk memahami dan mengukur keterkaitan antar variabel tanpa adanya manipulasi atau upaya untuk menentukan hubungan sebab-akibat. Penelitian ini berfokus pada identifikasi pola hubungan yang ada dalam data. Variabel penelitian ini merupakan *bivariat* atau memiliki dua variabel sesuai dengan definisinya yaitu analisis data yang dilakukan untuk mencari korelasi atau pengaruh antara 2 variabel atau lebih yang diteliti meliputi variabel bebas dan terikat. Peneliti menggunakan studi korelasi karena untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu intensitas penggunaan media sosial (X) sebagai variabel bebas dan *attention span* (Y) sebagai variabel terikat. Sehingga, dari penelitian ini diharapkan dapat mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention*

span belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Berikut merupakan gambar dari keterkaitan variabel:



Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Diadopsi Dari Astuty (2024).

Gambar 3. 1 Keterkaitan Variabel

Keterangan:

X : Variabel Bebas yaitu Intensitas Penggunaan Media Sosial

Y : Variabel Terikat yaitu *Attention Span*

R_{xy} : Parameter yang menggambarkan hubungan antara variabel X terhadap variabel Y.

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Institut Pendidikan Indonesia Garut pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial. Mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini berasal dari Tingkat 1 hingga Tingkat 3, yaitu angkatan 2024, 2023, dan 2022. Program Studi Pendidikan IPS IPI Garut berada di Jl. Terusan Pahlawan No. 32, RW. 01, Sukagalih, Kecamatan Tarogong Kidul, Kabupaten Garut, Jawa Barat 44151. Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial berada di bawah Fakultas Pendidikan Ilmu Sosial, Bahasa, dan Sastra (FPISBS) yang didirikan pada 17 November 2017, sejalan dengan keputusan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Nomor 653/KPT/2017 mengenai izin perubahan status Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Garut menjadi Institut Pendidikan Indonesia (IPI). Selain itu, Program Studi Pendidikan IPS telah memperoleh akreditasi A (Unggul) berdasarkan SK LAMDIK No. 1102/SK/LAMDIK/Ak/S/XI/2023.

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Menurut Arikunto (dalam Rahmawati, 2024) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Peneliti memerlukan populasi sebagai sumber data untuk menjawab pertanyaan penelitian atau melakukan

pengujian. Tujuan penggunaan populasi adalah untuk memfasilitasi penentuan ukuran berlakunya daerah generalisasi. Populasi yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Institut Pendidikan Indonesia Garut. Namun, dalam penelitian ini, peneliti memilih mahasiswa tingkat 1 hingga 3 (angkatan 2024, 2023, dan 2022) sebagai objek penelitian, sementara mahasiswa tingkat 4 (angkatan 2021) digunakan sebagai responden untuk menguji validitas dan reliabilitas kuesioner yang akan diterapkan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial di Institut Pendidikan Indonesia Garut dari angkatan 2024, 2023, dan 2022 merupakan populasi yang diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian

Angkatan	Jumlah
2024	51
2023	38
2022	29
TOTAL	118

Sumber: Komando Kelas Pendidikan IPS (2025).

2. Sampel

Menurut Amin, Garancang, & Abunawas (2023) sampel merupakan bagian dari kelompok yang memiliki ciri-ciri yang dapat mewakili keseluruhan. Dari pengertian ini, dapat diartikan bahwa sampel adalah segmen dari populasi yang akan dianalisis. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (dalam Lenaini, 2021), *purposive sampling* adalah pendekatan yang dibuat untuk memastikan bahwa gambaran penelitian sesuai dengan kriteria tertentu agar data yang diperoleh lebih mencerminkan keadaan sebenarnya. Peneliti memilih teknik sampling ini karena mempertimbangkan tujuan penelitian yang ingin dicapai. Tidak semua sampel memenuhi syarat yang diinginkan, sehingga pemilihan informan dilakukan dengan sengaja berdasarkan kriteria atau pertimbangan tertentu..

Faktor yang dipertimbangkan dalam penentuan sampel dilihat dari kriteria, beberapa kriteria dalam sampel penelitian ini diantaranya:

- a. Mahasiswa aktif Institut Pendidikan Indonesia Garut.
- b. Mahasiswa Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) angkatan 2024, 2023 dan 2022 dan.
- c. Mahasiswa pengguna media sosial.

Kriteria ini akan digunakan oleh peneliti untuk menentukan sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan oleh peneliti mengacu pada rumus *slovin*, sebagai berikut.:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Dimana:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Persentase kelonggaran tidak telitian karena kesalahan sampel yang masih dapat ditoleransi (5%)

Berdasarkan rumus tersebut, maka dapat ditentukan perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{118}{1+118 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{118}{1+0,295}$$

$$n = \frac{118}{1,295}$$

$$n = 91,12$$

Jadi, nilai sampel yang diperoleh adalah 91,12 dibulatkan menjadi 91 mahasiswa. Sampel yang akan diambil yaitu Mahasiswa PIPS IPI Garut dari angkatan 2024, 2023 dan 2022.

Tabel 3. 2 Sampel Penelitian

Angkatan	Jumlah
2024	42
2023	31
2022	18
TOTAL	91

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

E. Definisi Operasional Variabel

1. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas dalam konteks psikologi berarti adanya energi fisik yang kuat yang muncul dari perilaku yang terlihat. Di sisi lain, seperti yang dijelaskan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016), intensitas dapat diartikan sebagai seberapa besar atau seberapa tinggi suatu aktivitas dilakukan. Selain itu, intensitas juga berkaitan erat dengan frekuensi, yang menunjukkan seberapa sering aktivitas tersebut dilaksanakan. (Sabekti, 2019). Menurut Kartono dan Gulo (dalam Bagas, 2021). mengatakan intensitas merujuk pada kekuatan perilaku dalam tingkatan energi kekuatan digunakan untuk mengeluarkan salah satu indera.

Sementara, pengguna diambil dari kata “guna” yang diartikan sebagai suatu metode atau kegiatan dalam melakukan pemakaian. Dengan begitu, intensitas penggunaan adalah besarnya kemampuan dalam perilaku berdasarkan tingkatan tertentu ketika menggunakan sesuatu (Bagas, 2021). Sedangkan menurut Putri (2012) media sosial yaitu sebuah alat yang diadakan untuk kemudahan untuk melakukan kedekatan dan berkomunikasi berbagai arah. Yang memudahkan dan juga didapatkan dari media sosial, untuk menyebarkan berita dari satu orang, orang lainnya menjadi cepat. Parker dan Solis (dalam Bagas, 2021) menyatakan bahwa suatu alat yang dikeluarkan sebagai media komunikasi dengan individu lainnya dengan menciptakan, berbagai informasi dan pengetahuan melalui kata-kata, foto dan film dalam sebuah kelompok didunia maya. Sehingga intensitas penggunaan media sosial dapat dipahami melalui dua aspek fundamental

yang perlu diperhatikan yaitu durasi atau lama penggunaan media sosial dan frekuensi atau seberapa sering digunakan (Sukmadinda, 2022).

2. *Attention Span* (Rentang Perhatian)

Sebagaimana didefinisikan dalam kamus American Psychological Association (dalam Bulut, 2023) perhatian adalah suatu kondisi di mana sumber daya kognitif diarahkan pada aspek-aspek tertentu di lingkungan, sementara aspek lainnya dikesampingkan. Dalam keadaan ini, sistem saraf pusat siap untuk merespons rangsangan yang ada. Manusia memiliki kemampuan saraf yang terbatas untuk memecah dan mengelola rangsangan yang berlebihan di sekitar mereka dan dengan demikian memiliki kemampuan kognitif untuk fokus pada satu rangsangan tertentu atau mengubah fokus mereka di antara beberapa rangsangan jika perlu (Lodge & Harrison, 2019).

Seperti yang didefinisikan oleh American Psychological Association (dalam Bulut, 2023) *attention span* atau rentang perhatian adalah durasi waktu di mana seseorang dapat fokus pada suatu tugas atau hal yang menarik lainnya. Hal ini mencakup keterampilan untuk menyeleksi rangsangan eksternal, tetap fokus pada suatu tujuan, dan mengabaikan gangguan. Sesuai pendapat yang dikemukakan oleh Herbert Simon (dalam Zhulfakar, 2024) apa yang dikonsumsi oleh seseorang dari sebuah informasi adalah perhatian dari penerimanya.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah teknik yang tidak berbasis tes (non tes). Teknik non tes berarti melaksanakan penelitian dengan tidak menggunakan tes. Menurut Riinawari (2021) teknik nontes terdiri dari skala bertingkat, kuesioner, daftar yang relevan, wawancara, pengamatan, dan riwayat hidup. Sedangkan menurut Sudijono (dalam Permata, 2024) teknik non tes biasanya dilakukan dengan cara wawancara, pengamatan secara sistematis, menyebarkan angket, ataupun menilai/mengamati dokumen-dokumen yang ada. Adapun non tes dalam penelitian ini yaitu angket atau kuesioner tertutup. Komalasari (2011) kuesioner tertutup merupakan jenis survei di mana

pertanyaan atau pernyataan yang diajukan tidak memungkinkan responden untuk memberikan jawaban berdasarkan pandangan dan pilihan pribadi mereka. Peneliti memilih menggunakan kuesioner tertutup karena pertanyaan-pertanyaannya menawarkan pilihan jawaban yang memudahkan responden dalam memberikan jawaban secara cepat. Hal ini juga membantu peneliti dalam menganalisis data dengan lebih efisien. Kuesioner jenis ini umumnya digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang diri responden, di mana jawaban-jawaban telah disiapkan oleh peneliti (Permata, 2024).

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan media yang dipakai oleh para peneliti untuk mendapatkan informasi. Sari (2013) menyatakan bahwa instrumen untuk mengumpulkan data adalah alat yang dipilih serta digunakan dalam proses pengumpulan data, sehingga pelaksanaannya menjadi lebih terstruktur dan lebih mudah. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan penelitian untuk memperoleh data yang diperlukan dalam menyelidiki suatu masalah yang sedang diteliti. Peran instrumen ini sangat penting dalam menentukan kualitas dan validitas data yang diperoleh. Adapun instrumen penelitian ini antara lain:

1. Angket

Instrumen angket atau kuesioner ini adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis yang harus dijawab. Penelitian ini memanfaatkan skala likert, yang terbukti sebagai alat yang efektif dalam mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok mengenai fenomena pendidikan tertentu. Skala ini terdiri dari empat atau lebih pernyataan yang saling terintegrasi, sehingga menghasilkan skor atau nilai yang mencerminkan karakteristik individu, seperti pengetahuan, sikap, dan perilaku. Dalam analisis data, skor komposit yang diperoleh biasanya berupa jumlah atau rata-rata dari semua pertanyaan dapat digunakan untuk menggambarkan profil individu secara lebih mendetail. Menurut Budiaji (dalam Aryani, 2021) penggunaan jumlah dari semua butir pertanyaan valid

karena setiap butir pertanyaan adalah indikator dari variabel yang direpresentasikannya. Sedangkan menurut Umar (dalam Wulandari, 2016) Skala likert berkaitan dengan pernyataan yang mencerminkan sikap seseorang terhadap berbagai hal, seperti tingkat setuju atau tidak setuju, kebahagiaan atau tidak bahagia, serta penilaian baik atau buruk.

Penelitian ini menggunakan skala likert dengan interval 1-4. Modifikasi skala ini dilakukan untuk mengatasi kelemahan yang terdapat pada skala lima tingkat. Menurut Maulana (2021), penghapusan kategori jawaban tengah pada skala likert ini didasari oleh tiga alasan: (1) Kategori tersebut memiliki makna yang ambigu, sering kali diartikan sebagai ketidakmampuan untuk mengambil keputusan, dan bisa berarti netral, setuju, tidak setuju, atau bahkan ragu-ragu. (2) Keberadaan pilihan jawaban di tengah cenderung memicu responden untuk memilih opsi tersebut. (3) Tujuan dari kategori Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju adalah untuk menggali kecenderungan pendapat para responden, baik yang setuju maupun yang tidak setuju. Dalam skala Likert, digunakan rentang nilai 1-4, di mana bobot empat diberikan untuk kategori Sangat Setuju (SS), tiga untuk Setuju (S), dua untuk Tidak Setuju (TS), dan satu untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa kelebihan menggunakan modifikasi skala likert, dimana jawaban netral dihilangkan dengan tujuan untuk memberikan kecenderungan pendapat responden ke arah setuju atau tidak setuju.

Tabel 3. 3 Kriteria Pembobotan Jawaban

Pilihan Jawaban	Bobot Skor
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis angket tertutup, di mana pernyataan yang dihadirkan telah dilengkapi dengan pilihan jawaban alternatif yang dapat dipilih oleh responden. Peneliti

memilih angket tertutup karena jenis pertanyaan ini memungkinkan responden untuk memberikan jawaban dengan cepat dan juga mempermudah peneliti dalam menganalisis data. Dengan pernyataan yang bersifat tertutup, responden dapat memberikan jawaban secara lebih efisien, sehingga data dari seluruh angket yang terkumpul bisa dianalisis dengan lebih sederhana (Nasution, 2020). Dengan demikian peneliti menganggap penggunaan angket tertutup lebih cocok digunakan dalam penelitian.

Adapun indikator penelitian serta kisi-kisi dari angket yang akan disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3. 4 Indikator Intensitas Penggunaan Media Sosial

Indikator	Teknik
1. Durasi 2. Frekuensi: a. Perhatian b. Penghayatan c. Durasi d. Frekuensi	Angket/Kuesioner

Sumber: Andarwati dan Sankarto (dalam Kilamanca, 2010).

Tabel 3. 5 Indikator Attention Span

Indikator	Teknik
1. Fragmentasi Perhatian: a. Multitasking b. Notifikasi c. Berpindah Antar Tugas 2. Pengaruh Media Sosial: a. <i>Scrolling</i> b. <i>FoMO</i> 3. Lingkungan Kerja Digital: a. Perangkat Ganda b. Pertemuan <i>Online</i>	Angket/Kuesioner

Sumber: Mark (2023).

Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan *Attention Span*

Variabel	Indikator	No. Item	Jumlah Item
Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)	1. Durasi	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
	2. Frekuensi: a. Perhatian	7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	9
	b. Penghayatan	16, 17, 18, 19, 20, 21	6
	c. Durasi	22, 23, 24, 25, 26	5
	d. Frekuensi	27, 28, 29, 30	4
<i>Attention Span</i> (Y)	1. Fragmentasi Perhatian: a. Multitasking	1, 2, 3, 4	3
	b. Notifikasi	5, 6, 7, 8, 9	5
	c. Berpindah Antar Tugas	10, 11, 12, 13, 14	5
	2. Pengaruh Media Sosial: a. <i>Scrolling</i>	15, 16, 17, 18, 19	5
	b. <i>FoMO</i>	20, 21, 22, 23	4
	3. Lingkungan Kerja Digital: a. Perangkat Ganda	24, 25, 26, 27	4
b. Pertemuan <i>Online</i>	28, 29, 30	3	

Sumber: Diolah Oleh Peneliti (2025).

2. Dokumentasi

Dokumentasi, yang berasal dari kata 'dokumen' yang berarti barang tertulis, adalah suatu metode yang digunakan dalam penelitian untuk menyelidiki beragam hal. Dalam proses ini, peneliti mengumpulkan

berbagai bentuk informasi, seperti transkrip, catatan, buku, surat, prasasti, notulen rapat, agenda, arsip, jurnal, video, dan lainnya (Arifin & Asfani, 2014). Dalam penelitian ini, dokumentasi yang digunakan oleh peneliti yaitu buku, jurnal, serta referensi yang mendukung dalam penelitian.

3. Analisis Instrumen Penelitian

Terdapat tahapan untuk menganalisis atau menguji instrumen penelitian, sebagai berikut:

a. Uji Validitas

Menurut Janna & Herianto (2021) menyatakan uji validitas merupakan proses yang bertujuan untuk menentukan kevalidan alat ukur yang digunakan. Dalam konteks ini, alat yang digunakan untuk mengukur adalah pertanyaan-pertanyaan yang ada di dalam kuesioner. Sebuah kuesioner dapat dinyatakan valid jika pertanyaan-pertanyaan yang terkandung di dalamnya dapat mengungkapkan informasi yang ingin diukur oleh kuesioner itu. Validitas konstruk merupakan cara yang digunakan untuk mengukur validitas kuesioner. Kuesioner yang bisa dikatakan valid jika memiliki hubungan yang tinggi pada setiap butir pernyataan. Sedangkan pernyataan yang memiliki hubungan yang rendah terhadap butir pernyataan yang lain maka dikatakan pernyataan tersebut tidak valid. Tingkat validitas yang tinggi atau rendah dari suatu instrumen mencerminkan sejauh mana data yang dikumpulkan mewakili variabel yang dimaksud. Untuk menguji validitas ini, digunakan korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson*, dengan rumus sebagai berikut::

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n \sum X^2 - (\sum X)^2)(n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

R_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y

X : Skor tiap butir soal X

Y : Skor tiap butir soal Y

N : Banyaknya jumlah responden

Uji validitas yang selanjutnya dapat dilakukan penghitungan dengan uji t dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

r : Koefisien korelasi hasil r hitung

n : Jumlah responden

Setelah dilakukan perhitungan, kemudian melakukan pencarian t_{tabel} dengan $t_{tabel} = t_a$ (dk = n-2) serta menyimpulkan dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dinyatakan valid, atau

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka dinyatakan tidak valid

1) Hasil Uji Coba Validitas Variabel X Dan Y

Berikut akan ditampilkan tabel mengenai hasil uji coba validitas variabel X dan variabel Y.

Tabel 3. 7 Hasil Uji Coba Validitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)

No.	R tabel	R hitung	Keterangan
1.	0,325	0,243	Tidak Valid
2.	0,325	0,370	Valid
3.	0,325	0,551	Valid
4.	0,325	0,455	Valid
5.	0,325	0,699	Valid
6.	0,325	0,616	Valid
7.	0,325	0,406	Valid
8.	0,325	0,258	Tidak Valid
9.	0,325	0,259	Tidak Valid
10.	0,325	0,516	Valid
11.	0,325	0,572	Valid

12.	0,325	0,678	Valid
13.	0,325	0,605	Valid
14.	0,325	0,659	Valid
15.	0,325	0,756	Valid
16.	0,325	0,730	Valid
17.	0,325	0,599	Valid
18.	0,325	0,695	Valid
19.	0,325	0,621	Valid
20.	0,325	0,549	Valid
21.	0,325	0,546	Valid
22.	0,325	0,759	Valid
23.	0,325	0,538	Valid
24.	0,325	0,533	Valid
25.	0,325	0,506	Valid
26.	0,325	0,728	Valid
27.	0,325	0,582	Valid
28.	0,325	0,319	Tidak Valid
29.	0,325	0,616	Valid
30.	0,325	0,489	Valid

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Tabel 3. 8 Hasil Uji Coba Validitas Variabel *Attention Span* (Y)

No.	R tabel	R hitung	Keterangan
1.	0,325	0,452	Valid
2.	0,325	0,523	Valid
3.	0,325	0,686	Valid
4.	0,325	0,731	Valid
5.	0,325	0,526	Valid
6.	0,325	0,861	Valid
7.	0,325	0,642	Valid

8.	0,325	0,654	Valid
9.	0,325	0,469	Valid
10.	0,325	0,486	Valid
11.	0,325	0,645	Valid
12.	0,325	0,670	Valid
13.	0,325	0,652	Valid
14.	0,325	0,513	Valid
15.	0,325	0,776	Valid
16.	0,325	0,577	Valid
17.	0,325	0,498	Valid
18.	0,325	0,685	Valid
19.	0,325	0,621	Valid
20.	0,325	0,729	Valid
21.	0,325	0,549	Valid
22.	0,325	0,221	Tidak Valid
23.	0,325	0,539	Valid
24.	0,325	0,477	Valid
25.	0,325	0,652	Valid
26.	0,325	0,726	Valid
27.	0,325	0,775	Valid
28.	0,325	0,748	Valid
29.	0,325	0,308	Tidak Valid
30.	0,325	0,554	Valid

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Berdasarkan hasil uji validitas yang dilakukan menggunakan SPSS 27, terdapat 30 pernyataan mengenai variabel intensitas penggunaan media sosial (X) dan ditemukan 4 pernyataan yang tidak valid, yaitu X1, X8, X9, dan X28. Kemudian untuk angket variabel *attention span* (Y) sebanyak 30 butir pernyataan terdapat 2 pernyataan yang tidak valid yaitu Y22, Y29. Menurut Raharjo, S. (2014) cara mengatasi angket yang tidak valid salah satunya dengan melakukan drop terhadap angket yang tidak valid. Drop di

sini maksudnya membuang item-item soal yang tidak valid setelah dilakukan pengujian atau dengan kata lain tidak mengikutkan nilai item angket yang tidak valid. Dengan demikian item pernyataan pada variabel X1, X8, X9, X28 dan variabel Y22, Y29 tersebut tidak akan digunakan dan akan dihapus. Dengan alasan masih terdapat pernyataan lain yang mewakili indikator pada setiap variabel, sehingga jika dihilangkan pun tidak akan mempengaruhi pada indikator penelitian. Maka dapat disimpulkan terdapat 26 pernyataan dari variabel intensitas penggunaan media sosial (X) yang valid serta terdapat 28 pernyataan dari variabel *attention span* (Y) yang valid dan akan diujikan kembali kepada responden pada sampel penelitian.

2) Hasil Rekapitulasi Uji Coba Validitas Variabel X Dan Y

Setelah dilakukan uji coba validitas variabel X dan Y, terdapat 26 pernyataan dari variabel X serta terdapat 28 pernyataan dari variabel Y yang dinyatakan valid. Adapun untuk lebih jelasnya akan ditampilkan pada tabel hasil rekapitulasi uji coba validitas variabel X dan Y sebagai berikut:

Tabel 3. 9 Hasil Rekapitulasi Uji Coba Validitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)

No.	R tabel	R hitung	Keterangan
1.	0,325	0,368	Valid
2.	0,325	0,527	Valid
3.	0,325	0,442	Valid
4.	0,325	0,694	Valid
5.	0,325	0,609	Valid
6.	0,325	0,396	Valid
7.	0,325	0,486	Valid
8.	0,325	0,589	Valid
9.	0,325	0,687	Valid
10.	0,325	0,589	Valid
11.	0,325	0,647	Valid

12.	0,325	0,759	Valid
13.	0,325	0,747	Valid
14.	0,325	0,612	Valid
15.	0,325	0,702	Valid
16.	0,325	0,639	Valid
17.	0,325	0,561	Valid
18.	0,325	0,567	Valid
19.	0,325	0,759	Valid
20.	0,325	0,537	Valid
21.	0,325	0,547	Valid
22.	0,325	0,536	Valid
23.	0,325	0,730	Valid
24.	0,325	0,598	Valid
25.	0,325	0,637	Valid
26.	0,325	0,479	Valid

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

**Tabel 3. 10 Hasil Rekapitulasi Uji Coba Validitas
Variabel *Attention Span* (Y)**

No.	R tabel	R hitung	Keterangan
1.	0,325	0,439	Valid
2.	0,325	0,524	Valid
3.	0,325	0,696	Valid
4.	0,325	0,732	Valid
5.	0,325	0,513	Valid
6.	0,325	0,861	Valid
7.	0,325	0,647	Valid
8.	0,325	0,659	Valid
9.	0,325	0,478	Valid
10.	0,325	0,472	Valid
11.	0,325	0,645	Valid
12.	0,325	0,672	Valid

13.	0,325	0,658	Valid
14.	0,325	0,518	Valid
15.	0,325	0,782	Valid
16.	0,325	0,577	Valid
17.	0,325	0,509	Valid
18.	0,325	0,687	Valid
19.	0,325	0,616	Valid
20.	0,325	0,735	Valid
21.	0,325	0,528	Valid
22.	0,325	0,542	Valid
23.	0,325	0,485	Valid
24.	0,325	0,647	Valid
25.	0,325	0,736	Valid
26.	0,325	0,779	Valid
27.	0,325	0,757	Valid
28.	0,325	0,543	Valid

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Dengan demikian, pernyataan yang valid akan digunakan dalam pengujian penelitian selanjutnya serta akan dijadikan sebagai pernyataan pada angket penelitian yang akan disebar kepada responden atau sampel penelitian.

b. Uji Reliabilitas

Menurut Notoatmodjo (dalam Janna & Herianto, 2021) reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Sehingga uji reliabilitas dapat digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah alat ukur tetap konsisten jika pengukuran tersebut diulang. Alat ukur dikatakan reliabel jika menghasilkan hasil yang sama meskipun dilakukan pengukuran berkali-kali. Suatu instrumen penelitian dinyatakan reliabel apabila instrumen penelitian tersebut memiliki hasil yang konsisten. Dengan adanya pernyataan diatas, rumus yang digunakan untuk

menguji reliabilitas instrumen penelitian menggunakan rumus *Cronbach's Alfa* (α) dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum si^2}{si^2} \right]$$

Keterangan:

- r_{11} = koefisien reliabilitas instrumen
 k = banyaknya butir pertanyaan
 1 = bilangan konstan
 si^2 = varian skor total
 $\sum si^2$ = jumlah varian skor dari tiap-tiap butir item

Instrumen angket diujikan kepada 35 responden mahasiswa PIPS IPI Garut tingkat 4 angkatan 2021. Pernyataan yang telah ditetapkan kevalidannya pada uji validitas akan diputuskan melalui tahapan berikut:

- 1) Jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,60 maka kuesioner penelitian dinyatakan reliabel.
- 2) Jika nilai *Cronbach Alpha* < 0,60 maka kuesioner penelitian dinyatakan reliabel.

Guilford (dalam Rahmawati, 2024) mencantumkan kategori berikut untuk koefisien reliabilitas:

Tabel 3. 11 Klasifikasi Koefisien Reliabilitas

Nilai Cronbach	Kategori Nilai
1.00 - 0.80	Sangat Tinggi
0.80 - 0.60	Tinggi
0.60 - 0.40	Sedang
0.40 - 0.20	Rendah
0.20 - 0.00	Sangat Rendah

Sumber: Guilford (dalam Rahmawati, 2024).

Di bawah ini akan ditampilkan hasil uji reliabilitas variabel X dan Y, sebagai berikut:

1) Hasil Uji Reliabilitas Variabel X

Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,924	26

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Dari analisis reliabilitas variabel X yang dilakukan dengan menggunakan Cronbach's Alpha (a). Pengolahan data menggunakan SPSS 27 for Windows menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas (r) yang diperoleh untuk variabel X adalah 0,924. Mengacu pada kriteria klasifikasi koefisien reliabilitas menurut Guilford, angka 0,924 tergolong dalam kategori $0,80 < r_{11} \leq 1,00$ yang artinya bahwa tingkat reliabilitas instrumen tersebut termasuk ke dalam kategori reliabilitas yang "Sangat Tinggi" sehingga angket variabel X dinyatakan reliabel.

2) Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y

Tabel 3. 13 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,941	28

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Dari hasil analisis reliabilitas variabel Y dengan metode Cronbach's Alpha (α). Pengolahan data dengan SPSS 27 for windows menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas (r) untuk variabel Y adalah 0,941. Mengacu pada standar klasifikasi koefisien reliabilitas menurut Guilford, nilai 0,941 dikategorikan dalam rentang $0,80 < r_{11} \leq 1,00$ yang artinya bahwa tingkat reliabilitas instrumen tersebut termasuk ke dalam kategori reliabilitas yang “Sangat Tinggi” sehingga angket variabel Y dinyatakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Octaviani & Sutriani (2019) proses pengaturan dan pengkategorian data, pencarian pola atau tema, dengan tujuan untuk memahami maknanya. Mengatur data berarti mengklasifikasikannya ke dalam tema, pola, atau kategori sesuai dengan apa yang dimaksudkan. Secara metodologis, analisis data disebut dengan suatu kegiatan yang bertujuan untuk menyederhanakan data kuantitatif agar mudah dipahami. Penelitian ini menerapkan analisis kuantitatif melalui metode penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya pengaruh antara variabel X dengan variabel Y. Data akan diproses dengan menggunakan SPSS versi 27. Berikut adalah langkah-langkah dalam analisis data:

1. Analisis Data

Pengolahan data menggunakan metode statistik dari data yang telah diperoleh. Menurut Moleong (2017) Analisis data merujuk pada proses pengorganisasian dan pengelompokan data ke dalam pola, kategori, serta unit deskripsi dasar yang memungkinkan munculnya tema-tema dan hipotesis kerja yang relevan dengan data yang ada. Dalam penelitian ini, data yang telah dikumpulkan akan dianalisis dengan menggunakan

pendekatan kuantitatif. Teknik korelasi akan diterapkan untuk mengevaluasi hubungan antara dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Pengolahan data akan dilakukan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 27, dengan memanfaatkan teknik analisis deskriptif. Analisis deskriptif ini bertujuan untuk menguji generalisasi hasil penelitian berdasarkan satu sampel yang telah diteliti. Proses ini dilaksanakan melalui pengujian hipotesis deskriptif, dan hasil yang diperoleh akan menentukan apakah hipotesis penelitian tersebut dapat digeneralisasikan (Nasution, 2017).

2. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data berfungsi agar menentukan data apakah yang sedang dianalisis mengikuti distribusi normal atau tidak. Apabila data tersebut terdistribusi normal, maka kita dapat menerapkan analisis parametrik. Namun, jika data tersebut tidak mengikuti distribusi normal, analisis statistik nonparametrik akan menjadi pilihan yang tepat (Nuryadi, dkk., 2017, hlm. 80). Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* yang diolah melalui program SPSS. Dengan ini, peneliti dapat menentukan apakah data yang digunakan dalam studi ini terdistribusi secara normal atau tidak..

b. Uji Linearitas Data

Uji linearitas data dilakukan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara dua variabel, baik yang menunjukkan hubungan linier maupun non-linier. Prosedur ini menggunakan SPSS versi 27, dengan batas signifikansi yang ditetapkan pada 0,05. Uji tersebut bertujuan untuk menjelaskan apakah hubungan antara variabel independen dan dependen dalam kajian ini mengikuti pola garis lurus atau tidak (Widana dan Muliani, 2020).

3. Uji Korelasi

Analisis korelasi berasal dari kata *correlation analysis*. Uji korelasi merupakan metode statistik yang digunakan untuk memahami arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan antara dua variabel atau lebih. Kuatnya

hubungan antara variabel dinyatakan dengan ukuran statistik yang dinamakan koefisien korelasi (Roflin & Zulvia, 2021). Uji korelasi yang dimaksud yaitu untuk mengetahui hubungan dari variabel X (Intensitas Penggunaan Media Sosial) terhadap variabel Y (*Attention Span*).

I. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan serangkaian tahap yang harus dilalui dalam melakukan sebuah penelitian. Dalam tahapan penelitian, terdapat tiga langkah penting yang diterapkan, yaitu:

1. Tahap Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan agar penelitian memiliki arah yang jelas. Persiapan tersebut mencakup paradigma, latar belakang, perumusan masalah, tujuan, manfaat, metode, variabel, analisis data, anggapan dasar, hipotesis, dan angket. Tahapan persiapan pada intinya adalah menyusun instrumen penelitian yang terdiri atas angket penelitian yang akan diberikan kepada responden. Dalam hal ini angket akan terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitas dari 35 responden dari angkatan 2021. Setelah di analisis validitas dan reliabilitas angket, tahap selanjutnya akan diberikan kepada 91 orang mahasiswa PIPS angkatan 2022, 2023 dan 2024 sebagai sampel penelitian dengan penyebaran angket menggunakan *Google Forms*.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

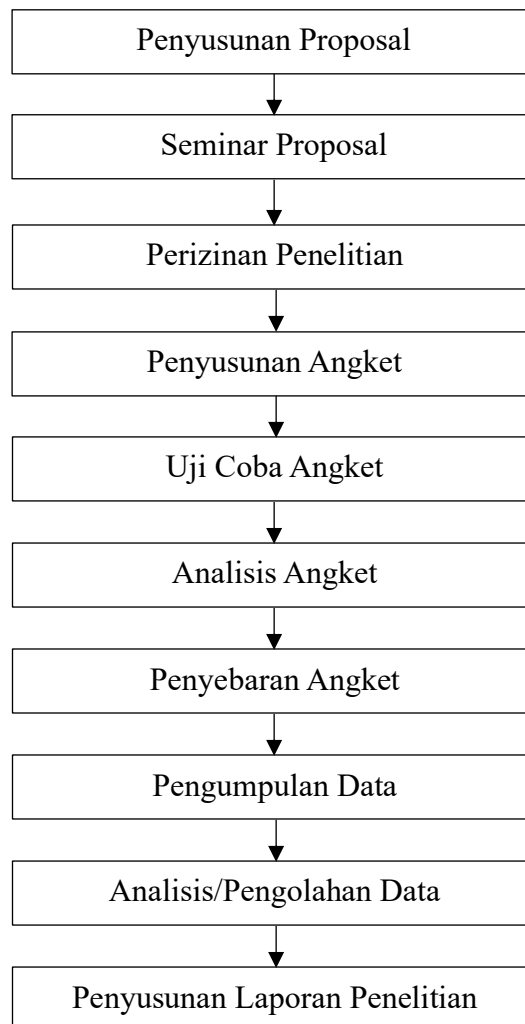
Adapun tahapan-tahapan pelaksanaan penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Mengadakan studi pendahuluan yaitu menentukan objek yang akan diteliti dan menerapkan daerah penelitian. Dalam penelitian ini ditunjukkan untuk meneliti permasalahan yang terkait.
- b. Meminta izin secara lisan dan tulisan kepada Ketua Program Studi Pendidikan IPS FPISBS IPI Garut dalam rangka melaksanakan penelitian.
- c. Penyebaran angket/kuesioner.

- d. Setelah data-data dari hasil penelitian terkumpul dengan lengkap, maka langkah yang akan dilakukan selanjutnya mengolah hasil data tersebut untuk kemudian di analisis.

3. Tahap Refleksi Dan Evaluasi

Tahap akhir peneliti adalah menyimpulkan hasil penelitian dengan mendeskripsikan temuan dari angket, mengolah data untuk menjawab rumusan masalah, menguji korelasi, dan menarik kesimpulan tentang hubungan media sosial dengan *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut berdasarkan data statistik. Untuk lebih jelasnya ditampilkan pada gambar berikut:



Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Diadopsi Dari Rahmawati, T. (2024)

Gambar 3. 2 Prosedur Penelitian

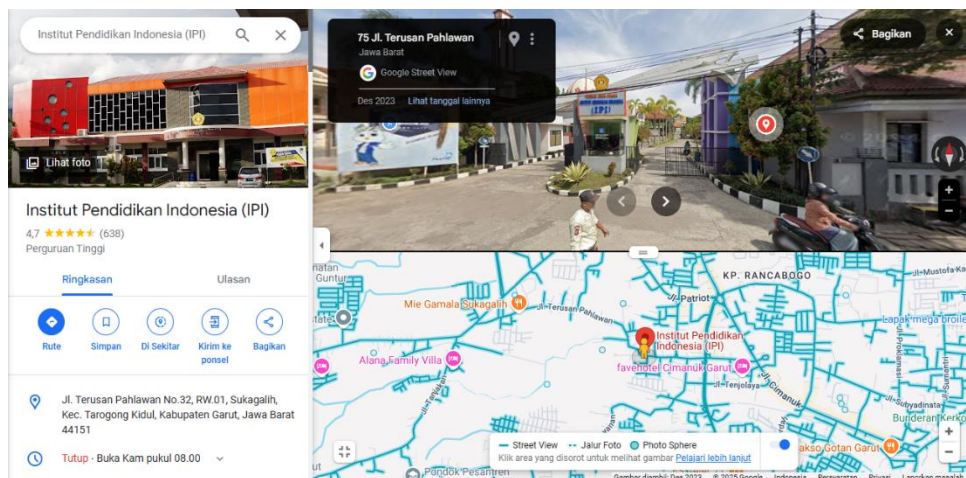
BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Umum Lokasi Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut dengan Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (Prodi PIPS). Pada penelitian ini, mahasiswa yang terlibat berasal dari Tingkat 1 hingga Tingkat 3, yaitu angkatan 2022, 2023, dan 2024. Prodi PIPS IPI Garut terletak di Jl. Terusan Pahlawan No. 32, RW. 01, Sukagalih, Kecamatan Tarogong Kidul, Kabupaten Garut, Jawa Barat 44151. Prodi PIPS merupakan bagian dari Fakultas Pendidikan Ilmu Sosial, Bahasa, dan Sastra (FPISBS) Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut, yang didirikan pada 17 November 2017, bersamaan dengan ditetapkannya Keputusan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Nomor 653/KPT/2017 mengenai Izin Perubahan Bentuk Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Garut menjadi Institut Pendidikan Indonesia (IPI) di Kabupaten Garut. Selain itu, Prodi PIPS juga memiliki akreditasi A (Unggul) berdasarkan SK LAMDIK No. 1102/SK/LAMDIK/Ak/S/XI/2023..



Sumber: Dokumentasi Pribadi, Google Maps, 2025.

Gambar 4.1 Peta Lokasi Institut Pendidikan Indonesia Garut

Disamping itu Prodi Pendidikan IPS mempunyai visi keilmuan, tujuan dan strategi program studi, antara lain sebagai berikut:

2. Visi Keilmuan

Menjadi program studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial yang unggul dan berkualitas di Tingkat nasional berdasarkan nilai sosial budaya, nilai kearifan lokal, dan berjiwa *Sociopreneurship* pada tahun 2028.

3. Tujuan Program Studi

- a. Menghasilkan calon Pendidikan IPS profesional di Tingkat SMP sederajat dan SMK sederajat yang memiliki kompetensi pedagogi IPS yang berdasarkan nilai sosial budaya dan kearifan lokal serta berjiwa *sosiopreneurship*.
- b. Menghasilkan peneliti pemula di bidang Pendidikan IPS dalam lingkup dan nasional yang berorientasi pada kualitas Pendidikan dan pembelajaran IPS di satuan Pendidikan dan mampu meneliti berbagai permasalahan yang terjadi dilingkungan masyarakat dalam konteks kajian ilmu sosial.
- c. Menghasilkan pekerja sosial pada lembaga nasional atau swasta yang bergerak di bidang pemberdayaan masyarakat terutama pada penggiat sosial yang bergerak dalam bidang kesejahteraan sosial, Pendidikan anti narkoba, Pendidikan anti korupsi, dan Pendidikan lingkungan hidup.
- d. Menghasilkan wirausahawan sosial (*sosiopreneurship*) yang menjalankan sesuatu bisnis dengan tujuan untuk membantu kehidupan sosial Masyarakat yang memiliki visi misi untuk memberikan dampak baik bagi masyarakat banyak.

4. Strategi Program Studi

- a. Meningkatkan kualitas calon lulusan mulai dari proses yang ketat dalam seleksi penerimaan mahasiswa baru dan juga pada mahasiswa berstatus transfer.
- b. Meningkatkan pengembangan kompetensi dosen tetap program studi melalui seminar, *workshop*, dan lokakarya nasional maupun internasional.

- c. Meningkatkan kerja sama dalam bidang pendidikan, bidang penelitian, bidang pengabdian kepada masyarakat, dan kerja sama dalam bidang pengembangan kelembagaan seperti sumber daya manusia, sarana/prasarana, publikasi, HKI, paten, teknologi pembelajaran dan lainnya dengan lembaga lain yang terkait keilmuan.
- d. Meningkatkan program layanan dan pembinaan minat, bakat penalaran kesejahteraan, dan keprofesian mahasiswa.
- e. Meningkatkan monitoring terkait beban kerja dosen tetap program studi.
- f. Meningkatkan monitoring terkait rasio dosen tetap program studi terhadap mahasiswa regular.
- g. Meningkatkan monitoring terhadap dosen pengampu mata kuliah terkait kegiatan proses belajar dan pembelajaran dalam perkuliahan baik semester gasal maupun genap.
- h. Meningkatkan monitoring terhadap proses bimbingan skripsi yang dilakukan dosen terhadap mahasiswa agar tepat waktu lulus.
- i. Meningkatkan prestasi dosen tetap program studi di internal kampus maupun eksternal dalam melaksanakan tridharma perguruan tinggi.
- j. Meningkatkan monitoring terhadap integrasi hasil penelitian dan pengabdian kepada masyarakat oleh dosen tetap program studi ke dalam proses pembelajaran.
- k. Meningkatkan partisipasi mahasiswa bimbingan magang kependidikan melalui monitoring terhadap frekuensi pertemuan.
- l. Meningkatkan kegiatan akademik di luar perkuliahan dengan memperkenalkan laboratorium eksternal yang relevan dengan kajian keilmuan program studi kepada mahasiswa.
- m. Meningkatkan kualitas keprodian dengan mengundang dosen tamu dan tenaga ahli yang relevan dengan keilmuan.
- n. Meningkatkan kepuasan mahasiswa terhadap layanan program studi.
- o. Meningkatkan monitoring terhadap aktivitas, relevansi, dan partisipasi mahasiswa dalam penelitian.

- p. Meningkatkan monitoring terhadap aktivitas, relevansi, dan melibatkan mahasiswa dalam pengabdian kepada masyarakat.
- q. Meningkatkan tingkat kepuasan pengguna lulusan.
- r. Meningkatkan target IPK lulusan minimal 3.25.
- s. Meningkatkan publikasi karya ilmiah dalam jurnal dan seminar prosiding antara dosen tetap program studi dan mahasiswa
- t. Meningkatkan monitoring terhadap karya ilmiah dosen tetap program studi dan mahasiswa yang disitasi.
- u. Meningkatkan kualitas produk atau jasa dosen tetap program studi yang diadopsi oleh masyarakat.
- v. Meningkatkan kualitas produk atau jasa dosen tetap dan mahasiswa yang ber-HKI atau paten.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil tahapan demi tahapan penelitian yang dilakukan maka, penelitian ini menghasilkan beberapa yang perlu di deskripsikan berdasarkan rumusan masalah penelitian yang telah dibuat, penelitian ini mencakup dua variabel, yaitu variabel independen yang berkaitan dengan intensitas penggunaan media sosial (X), dan variabel dependen berupa *attention span* (Y). Pengumpulan data dilakukan peneliti melalui kuesioner yang dibagi menjadi dua kategori sesuai dengan variabel yang menjadi fokus penelitian. Kuesioner tersebut disebarakan kepada 91 mahasiswa yang telah dipilih secara khusus melalui teknik *purposive sampling*, berdasarkan rumus *slovin* dari angkatan 1 hingga 3 (tahun 2022, 2023, dan 2024) dan terdiri dari 54 pertanyaan dalam penelitian mengenai “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut” dengan uji statistik menggunakan SPSS versi 27.

1. Data Hasil Angket Penelitian

- a. Rekapitulasi Hasil Angket Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)

Berikut ini adalah rekapitulasi hasil sebaran data angket variabel X yang telah dihitung menggunakan SPSS 27 *for windows* menggunakan analisis deskriptif persentase:

Tabel 4. 1 Rekapitulasi Hasil Angket Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)

Pernyataan 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	9	9,9	9,9	9,9
	TS	31	34,1	34,1	44,0
	S	38	41,8	41,8	85,7
	SS	13	14,3	14,3	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	5,5	5,5	5,5
	TS	15	16,5	16,5	22,0
	S	48	52,7	52,7	74,7
	SS	23	25,3	25,3	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	3	3,3	3,3	3,3
	TS	3	3,3	3,3	6,6
	S	43	47,3	47,3	53,8
	SS	42	46,2	46,2	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	4,4	4,4	4,4
	TS	10	11,0	11,0	15,4
	S	49	53,8	53,8	69,2
	SS	28	30,8	30,8	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	9	9,9	9,9	9,9
	TS	16	17,6	17,6	27,5
	S	50	54,9	54,9	82,4
	SS	16	17,6	17,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	8,8	8,8	8,8
	TS	20	22,0	22,0	30,8
	S	47	51,6	51,6	82,4
	SS	16	17,6	17,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	23	25,3	25,3	25,3
	TS	34	37,4	37,4	62,6
	S	28	30,8	30,8	93,4
	SS	6	6,6	6,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	21	23,1	23,1	23,1
	TS	34	37,4	37,4	60,4
	S	31	34,1	34,1	94,5
	SS	5	5,5	5,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	10	11,0	11,0	13,2
	S	55	60,4	60,4	73,6
	SS	24	26,4	26,4	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	10	11,0	11,0	11,0
	TS	16	17,6	17,6	28,6
	S	44	48,4	48,4	76,9
	SS	21	23,1	23,1	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	14	15,4	15,4	17,6
	S	55	60,4	60,4	78,0
	SS	20	22,0	22,0	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	9	9,9	9,9	12,1
	S	55	60,4	60,4	72,5
	SS	25	27,5	27,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	12	13,2	13,2	13,2
	TS	37	40,7	40,7	53,8
	S	28	30,8	30,8	84,6
	SS	14	15,4	15,4	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	13	14,3	14,3	14,3
	TS	20	22,0	22,0	36,3
	S	42	46,2	46,2	82,4
	SS	16	17,6	17,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	6,6	6,6	6,6
	TS	24	26,4	26,4	33,0
	S	47	51,6	51,6	84,6
	SS	14	15,4	15,4	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	16	17,6	17,6	17,6
	TS	21	23,1	23,1	40,7
	S	38	41,8	41,8	82,4
	SS	16	17,6	17,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	4,4	4,4	4,4
	TS	6	6,6	6,6	11,0
	S	46	50,5	50,5	61,5
	SS	35	38,5	38,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	8,8	8,8	8,8
	TS	36	39,6	39,6	48,4
	S	35	38,5	38,5	86,8
	SS	12	13,2	13,2	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	20	22,0	22,0	24,2
	S	57	62,6	62,6	86,8
	SS	12	13,2	13,2	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	7,7	7,7	7,7
	TS	19	20,9	20,9	28,6
	S	46	50,5	50,5	79,1
	SS	19	20,9	20,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	10	11,0	11,0	11,0
	TS	27	29,7	29,7	40,7
	S	38	41,8	41,8	82,4
	SS	16	17,6	17,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	5,5	5,5	5,5
	TS	20	22,0	22,0	27,5
	S	46	50,5	50,5	78,0
	SS	20	22,0	22,0	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	4,4	4,4	4,4
	TS	27	29,7	29,7	34,1
	S	43	47,3	47,3	81,3
	SS	17	18,7	18,7	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 24

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	1	1,1	1,1	1,1
	TS	5	5,5	5,5	6,6
	S	51	56,0	56,0	62,6
	SS	34	37,4	37,4	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 25

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	3	3,3	3,3	3,3
	TS	5	5,5	5,5	8,8
	S	44	48,4	48,4	57,1
	SS	39	42,9	42,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 26

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	10	11,0	11,0	13,2
	S	54	59,3	59,3	72,5
	SS	25	27,5	27,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Berdasarkan pernyataan 1 sampai 26 dari variabel X diperoleh jawaban dari responden yang dipilih berdasarkan apa yang responden rasakan dan sesuai sehingga dari setiap soal memiliki kecenderungan dan memiliki karakteristiknya masing-masing.

b. Rekapitulasi Hasil Angket Variabel *Attention Span* (Y)

Berikut ini adalah rekapitulasi hasil sebaran data angket variabel Y yang telah dihitung menggunakan SPSS 27 for windows menggunakan analisis deskriptif persentase:

Tabel 4. 2 Rekapitulasi Hasil Angket Variabel *Attention Span* (Y)**Pernyataan 1**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	9	9,9	9,9	9,9
	TS	20	22,0	22,0	31,9
	S	53	58,2	58,2	90,1
	SS	9	9,9	9,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	5,5	5,5	5,5
	TS	16	17,6	17,6	23,1
	S	51	56,0	56,0	79,1
	SS	19	20,9	20,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	6,6	6,6	6,6
	TS	14	15,4	15,4	22,0
	S	54	59,3	59,3	81,3
	SS	17	18,7	18,7	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	6,6	6,6	6,6
	TS	22	24,2	24,2	30,8
	S	44	48,4	48,4	79,1
	SS	19	20,9	20,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	9	9,9	9,9	9,9
	TS	33	36,3	36,3	46,2
	S	34	37,4	37,4	83,5
	SS	15	16,5	16,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	7,7	7,7	7,7
	TS	20	22,0	22,0	29,7
	S	49	53,8	53,8	83,5
	SS	15	16,5	16,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	7,7	7,7	7,7
	TS	22	24,2	24,2	31,9
	S	41	45,1	45,1	76,9
	SS	21	23,1	23,1	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	10	11,0	11,0	13,2
	S	41	45,1	45,1	58,2
	SS	38	41,8	41,8	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	10	11,0	11,0	11,0
	TS	18	19,8	19,8	30,8
	S	44	48,4	48,4	79,1
	SS	19	20,9	20,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	4	4,4	4,4	4,4
	TS	23	25,3	25,3	29,7
	S	42	46,2	46,2	75,8
	SS	22	24,2	24,2	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	8,8	8,8	8,8
	TS	18	19,8	19,8	28,6
	S	52	57,1	57,1	85,7
	SS	13	14,3	14,3	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	8,8	8,8	8,8
	TS	20	22,0	22,0	30,8
	S	52	57,1	57,1	87,9
	SS	11	12,1	12,1	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	6,6	6,6	6,6
	TS	16	17,6	17,6	24,2
	S	44	48,4	48,4	72,5
	SS	25	27,5	27,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	11	12,1	12,1	12,1
	TS	28	30,8	30,8	42,9
	S	38	41,8	41,8	84,6
	SS	14	15,4	15,4	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	8,8	8,8	8,8
	TS	24	26,4	26,4	35,2
	S	50	54,9	54,9	90,1
	SS	9	9,9	9,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	5,5	5,5	5,5
	TS	17	18,7	18,7	24,2
	S	50	54,9	54,9	79,1
	SS	19	20,9	20,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	6,6	6,6	6,6
	TS	9	9,9	9,9	16,5
	S	51	56,0	56,0	72,5
	SS	25	27,5	27,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	8	8,8	8,8	8,8
	TS	19	20,9	20,9	29,7
	S	45	49,5	49,5	79,1
	SS	19	20,9	20,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	17	18,7	18,7	18,7
	TS	34	37,4	37,4	56,0
	S	30	33,0	33,0	89,0
	SS	10	11,0	11,0	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	10	11,0	11,0	11,0
	TS	28	30,8	30,8	41,8
	S	41	45,1	45,1	86,8
	SS	12	13,2	13,2	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	15	16,5	16,5	16,5
	TS	37	40,7	40,7	57,1
	S	34	37,4	37,4	94,5
	SS	5	5,5	5,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	7,7	7,7	7,7
	TS	23	25,3	25,3	33,0
	S	47	51,6	51,6	84,6
	SS	14	15,4	15,4	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	7	7,7	7,7	7,7
	TS	27	29,7	29,7	37,4
	S	49	53,8	53,8	91,2
	SS	8	8,8	8,8	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 24

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	2	2,2	2,2	2,2
	TS	14	15,4	15,4	17,6
	S	60	65,9	65,9	83,5
	SS	15	16,5	16,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 25

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	5,5	5,5	5,5
	TS	30	33,0	33,0	38,5
	S	43	47,3	47,3	85,7
	SS	13	14,3	14,3	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 26

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	6	6,6	6,6	6,6
	TS	11	12,1	12,1	18,7
	S	47	51,6	51,6	70,3
	SS	27	29,7	29,7	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 27

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	5	5,5	5,5	5,5
	TS	15	16,5	16,5	22,0
	S	46	50,5	50,5	72,5
	SS	25	27,5	27,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Pernyataan 28

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	STS	3	3,3	3,3	3,3
	TS	4	4,4	4,4	7,7
	S	34	37,4	37,4	45,1
	SS	50	54,9	54,9	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Berdasarkan pernyataan 1 sampai 28 dari variabel Y diperoleh jawaban dari responden yang dipilih berdasarkan apa yang responden rasakan dan sesuai sehingga dari setiap soal memiliki kecenderungan dan memiliki karakteristiknya masing-masing.

c. Tabulasi Hasil Angket

Rekapitulasi hasil sebaran data angket dilakukan dengan menghitung menggunakan SPSS 27 *for windows* melalui analisis deskriptif persentase. Selain itu, data yang diperoleh dari penelitian juga dianalisis dengan cara menggunakan pedoman persentase. Data yang dikumpulkan disusun dalam bentuk tabel, di mana setiap data mentah dari angket diorganisasikan ke dalam kolom-kolom tabel. Dengan demikian, distribusi tanggapan dari seluruh responden terhadap setiap opsi dalam alternatif jawaban angket dapat dengan mudah dilihat. Pengolahan data dilakukan berdasarkan persentase dari setiap alternatif jawaban dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase jawaban

F : Jumlah frekuensi soal yang dijawab mahasiswa

N : Jumlah sampel penelitian

100% : Bilangan tetap

Selanjutnya untuk menafsirkan data yang digunakan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Kriteria Penafsiran Data Persentase

No.	Presentase	Penafsiran
1.	100%	Seluruhnya
2.	76% -99%	Pada Umumnya
3.	51% - 74%	Sebagian Besar
4.	50%	Setengahnya
5.	25% - 49%	Hampir Setengahnya
6.	1% -24%	Sebagian Kecil
7.	0%	Tidak ada

Sumber: Surakhmad (1998).

Berdasarkan hasil angket tersebut, diperoleh data-data seperti tabel-tabel berikut:

- 1) Saya menggunakan media sosial lebih dari 7 jam per hari.

Tabel 4. 4 Penggunaan Media Sosial Per Hari

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
1	Sangat Setuju	13	14,3%
	Setuju	38	41,8%
	Tidak Setuju	31	34,1%
	Sangat Tidak Setuju	9	9,9%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (14,3%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (41,8%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (34,1%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (9,9%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (41,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam menggunakan media sosial lebih dari 7 jam per hari.

- 2) Setiap kali menggunakan media sosial, saya menghabiskan lebih dari 30 menit.

Tabel 4. 5 Durasi Penggunaan Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
2	Sangat Setuju	23	25,3%
	Setuju	48	52,7%
	Tidak Setuju	15	16,5%
	Sangat Tidak Setuju	5	5,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (25,3%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (52,7%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (16,5%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa

sebagian besar atau (52,7%) responden menyatakan “Setuju” dalam setiap kali menggunakan media sosial, menghabiskan lebih dari 30 menit.

3) Saya sering membuka media sosial di waktu luang.

Tabel 4. 6 Penggunaan Media Sosial Di Waktu Luang

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
3	Sangat Setuju	42	46,2%
	Setuju	43	47,3%
	Tidak Setuju	3	3,3%
	Sangat Tidak Setuju	3	3,3%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (46,2%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (47,3%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (3,3%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (3,3%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (47,3%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering membuka media sosial di waktu luang.

4) Saya menggunakan media sosial sebelum tidur.

Tabel 4. 7 Penggunaan Media Sosial Sebelum Tidur

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
4	Sangat Setuju	28	30,8%
	Setuju	49	53,8%
	Tidak Setuju	10	11%
	Sangat Tidak Setuju	4	4,4%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (30,8%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (53,8%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (4,4%) menyatakan “Sangat Tidak

Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (53,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam menggunakan media sosial sebelum tidur.

5) Saya memulai hari saya dengan membuka media sosial.

Tabel 4. 8 Memulai Hari Dengan Membuka Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
5	Sangat Setuju	16	17,6%
	Setuju	50	54,9%
	Tidak Setuju	16	17,6%
	Sangat Tidak Setuju	9	9,9%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (17,6%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (54,9%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (17,6%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (9,9%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (54,9%) responden menyatakan “Setuju” dalam memulai hari dengan media sosial.

6) Saya sering memberikan tanda suka (*like*) pada konten di media sosial.

Tabel 4. 9 Memberi Tanda *Like* Di Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
6	Sangat Setuju	16	17,6%
	Setuju	47	51,6%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	8	8,8%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (17,6%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (51,6%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan

“Tidak Setuju”. Sebagian kecil (8,8%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (51,6%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering memberi tanda suka pada konten media sosial.

- 7) Saya secara teratur membuat konten (foto, video, atau status) di media sosial.

Tabel 4. 10 Membuat Konten Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
7	Sangat Setuju	6	6,6%
	Setuju	28	30,8%
	Tidak Setuju	34	37,4%
	Sangat Tidak Setuju	23	25,3%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (6,6%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (30,8%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (37,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Hampir setengahnya (25,3%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (37,4%) responden menyatakan “Tidak Setuju” dalam secara teratur membuat konten di media sosial.

- 8) Saya menggunakan media sosial untuk mengikuti tren terbaru.

Tabel 4. 11 Media Sosial Untuk Mengikuti Tren Terbaru

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
8	Sangat Setuju	5	5,5%
	Setuju	31	34,1%
	Tidak Setuju	34	37,4%
	Sangat Tidak Setuju	21	23,1%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (5,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya

(34,1%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (37,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (23,1%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (37,4%) responden menyatakan “Tidak Setuju” dalam menggunakan media sosial untuk mengikuti tren terbaru.

- 9) Saya sering menggunakan media sosial untuk menonton video pendek atau *reels*.

Tabel 4. 12 Media Sosial Untuk Menonton Video Pendek

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
9	Sangat Setuju	24	26,4%
	Setuju	55	60,4%
	Tidak Setuju	10	11%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (26,4%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (60,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (2,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (60,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam menggunakan media sosial untuk menonton video pendek.

- 10) Saya aktif di lebih dari dua platform media sosial setiap hari.

Tabel 4. 13 Aktif Di Lebih Dari Dua Platform Media Sosial Setiap Hari

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
10	Sangat Setuju	21	23,1%
	Setuju	44	48,4%
	Tidak Setuju	16	17,6%
	Sangat Tidak Setuju	10	11%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (23,1%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (48,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (17,6%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (48,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam aktif di lebih dari dua platform media sosial setiap hari.

11) Saya sering beralih antar platform media sosial selama menggunakannya.

Tabel 4. 14 Peralihan Platform Di Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
11	Sangat Setuju	20	22%
	Setuju	55	60,4%
	Tidak Setuju	14	15,4%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (22%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (60,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (15,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (2,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (60,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering beralih antar platform media sosial selama menggunakannya.

12) Saya merasa setiap platform media sosial memiliki tujuan yang berbeda untuk saya.

Tabel 4. 15 Setiap Media Sosial Memiliki Tujuan Yang Berbeda

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
12	Sangat Setuju	25	27,5%
	Setuju	55	60,4%
	Tidak Setuju	9	9,9%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (27,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (60,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (9,9%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (2,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (60,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa setiap platform media sosial memiliki tujuan yang berbeda.

13) Saya merasa gelisah jika tidak membuka media sosial dalam satu hari.

Tabel 4. 16 Gelisah Jika Tidak Membuka Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
13	Sangat Setuju	14	15,4%
	Setuju	28	30,8%
	Tidak Setuju	37	40,7%
	Sangat Tidak Setuju	12	13,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (15,4%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (30,8%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (40,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (13,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa

hampir setengahnya atau (40,7%) responden menyatakan “Tidak Setuju” dalam merasa gelisah ketika tidak membuka media sosial dalam satu hari.

14) Saya merasa ketinggalan informasi jika tidak menggunakan media sosial.

Tabel 4. 17 Merasa Takut Ketinggalan Informasi

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
14	Sangat Setuju	16	17,6%
	Setuju	42	46,2%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	13	14,3%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (17,6%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (46,2%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (14,3%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (46,2%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa ketinggalan informasi jika tidak menggunakan media sosial.

15) Media sosial adalah bagian penting dari kehidupan saya sehari-hari.

Tabel 4. 18 Media Sosial Bagian Penting Dari Kehidupan

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
15	Sangat Setuju	14	15,4%
	Setuju	47	51,6%
	Tidak Setuju	24	26,4%
	Sangat Tidak Setuju	6	6,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (15,4%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar

(51,6%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (26,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (51,6%) responden menyatakan “Setuju” dalam media sosial merupakan bagian terpenting bagi kehidupan.

16) Saya merasa lebih percaya diri ketika konten yang saya unggah mendapat banyak interaksi.

Tabel 4. 19 Percaya Diri Ketika Konten Mendapat Interaksi

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
16	Sangat Setuju	16	17,6%
	Setuju	38	41,8%
	Tidak Setuju	21	23,1%
	Sangat Tidak Setuju	16	17,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (17,6%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (41,8%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (23,1%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (17,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (41,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa lebih percaya diri ketika konten mendapat banyak interaksi.

17) Saya merasa terhibur ketika membuka media sosial.

Tabel 4. 20 Media Sosial Sebagai Media Hiburan

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
17	Sangat Setuju	35	38,5%
	Setuju	46	50,5%
	Tidak Setuju	6	6,6%
	Sangat Tidak Setuju	4	4,4%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (38,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Setengahnya (50,5%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (4,4%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setengahnya atau (50,5%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa terhibur ketika membuka media sosial.

18) Saya merasa stres jika media sosial saya tidak berfungsi (misalnya, karena masalah internet).

Tabel 4. 21 Perasaan Stres Jika Media Sosial Tidak Berfungsi

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
18	Sangat Setuju	12	13,2%
	Setuju	35	38,5%
	Tidak Setuju	36	39,6%
	Sangat Tidak Setuju	8	8,8%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (13,2%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (38,5%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (39,6%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (8,8%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (39,6%) responden menyatakan “Tidak Setuju” dalam merasa stres ketika media sosial tidak berfungsi.

19) Penggunaan media sosial memengaruhi produktivitas saya dalam bekerja atau belajar.

Tabel 4. 22 Media Sosial Mempengaruhi Produktivitas

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
19	Sangat Setuju	12	13,2%
	Setuju	57	62,6%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (13,2%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (62,6%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (2,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (62,6%) responden menyatakan “Setuju” dalam penggunaan media sosial mempengaruhi produktivitas dalam bekerja atau belajar.

20) Media sosial sering mengalihkan perhatian saya dari tugas-tugas penting.

Tabel 4. 23 Media Sosial Sebagai Pengalihan Perhatian

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
20	Sangat Setuju	19	20,9%
	Setuju	46	50,5%
	Tidak Setuju	19	20,9%
	Sangat Tidak Setuju	7	7,7%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (20,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Setengahnya (50,5%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (20,9%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (7,7%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setengahnya atau (50,5%)

responden menyatakan “Setuju” dalam media sosial sering mengalihkan perhatian dari tugas-tugas penting.

21) Saya sering tidur larut malam karena menggunakan media sosial.

Tabel 4. 24 Media Sosial Mengganggu Jam Tidur

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
21	Sangat Setuju	16	17,6%
	Setuju	38	41,8%
	Tidak Setuju	27	29,7%
	Sangat Tidak Setuju	10	11%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (17,6%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (41,8%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (29,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (41,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering tidur larut karena menggunakan media sosial.

22) Media sosial memengaruhi suasana hati saya (contoh: bahagia, cemas, iri, atau kecewa).

Tabel 4. 25 Media Sosial Mempengaruhi Suasana Hati

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
22	Sangat Setuju	20	22%
	Setuju	46	50,5%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	5	5,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (22%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Setengahnya (50,5%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setengahnya atau (50,5%) responden menyatakan “Setuju” dalam media sosial mempengaruhi suasana hati.

23) Saya merasa media sosial memengaruhi cara saya melihat diri sendiri dan orang lain.

Tabel 4. 26 Media Sosial Mempengaruhi Cara Pandang

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
23	Sangat Setuju	17	18,7%
	Setuju	43	47,3%
	Tidak Setuju	27	29,7%
	Sangat Tidak Setuju	4	4,4%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (18,7%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (47,3%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (29,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (4,4%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (47,3%) responden menyatakan “Setuju” dalam media sosial mempengaruhi cara melihat diri sendiri dan orang lain.

24) Saya menggunakan media sosial untuk mencari informasi atau berita terkini.

Tabel 4. 27 Media Sosial Sebagai Sumber Informasi Terkini

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
24	Sangat Setuju	34	37,4%
	Setuju	51	56%
	Tidak Setuju	5	5,5%
	Sangat Tidak Setuju	1	1,1%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (37,4%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (56%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (1,1%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (56%) responden menyatakan “Setuju” dalam penggunaan media sosial untuk mencari informasi dan berita terkini.

25) Saya menggunakan media sosial untuk hiburan, seperti menonton video atau mendengarkan musik.

Tabel 4. 28 Media Sosial Sebagai Media Hiburan, Seperti Menonton Video Atau Mendengarkan Musik

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
25	Sangat Setuju	39	42,9%
	Setuju	44	48,4%
	Tidak Setuju	5	5,5%
	Sangat Tidak Setuju	3	3,3%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (42,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (48,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (3,3%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (48,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam penggunaan media sosial untuk hiburan, seperti menonton video atau mendengarkan musik.

26) Saya menggunakan media sosial untuk tujuan profesional atau memperluas jaringan.

Tabel 4. 29 Media Sosial Untuk Tujuan Profesional

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
26	Sangat Setuju	25	27,5%
	Setuju	54	59,3%
	Tidak Setuju	10	11%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (27,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (59,3%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (2,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (59,3%) responden menyatakan “Setuju” dalam menggunakan media sosial untuk tujuan profesional atau memperluas jaringan.

27) Saya merasa perlu melakukan hal lain di tengah-tengah pengerjaan tugas.

Tabel 4. 30 Melakukan Hal Lain Di Tengah Tugas

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
27	Sangat Setuju	9	9,9%
	Setuju	53	58,2%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	9	9,9%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (9,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (58,2%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (9,9%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar

atau (58,2%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa perlu melakukan hal lain di tengah-tengah pengerjaan tugas.

28) Saya kehilangan fokus ketika mengerjakan beberapa tugas sekaligus.

Tabel 4. 31 Kehilangan Fokus Ketika Mengerjakan Beberapa Tugas

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
28	Sangat Setuju	19	20,9%
	Setuju	51	56%
	Tidak Setuju	16	17,6%
	Sangat Tidak Setuju	5	5,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (20,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (56%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (17,6%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (56%) responden menyatakan “Setuju” dalam kehilangan fokus ketika mengerjakan beberapa tugas sekaligus.

29) Saya kehilangan fokus saat mendengarkan seseorang berbicara jika terlalu panjang.

Tabel 4. 32 Kehilangan Fokus Ketika Mendengarkan Seseorang Berbicara Panjang

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
29	Sangat Setuju	17	18,7%
	Setuju	54	59,3%
	Tidak Setuju	14	15,4%
	Sangat Tidak Setuju	6	6,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (18,7%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (59,3%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (15,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (59,3%) responden menyatakan “Setuju” dalam kehilangan fokus saat mendengarkan seseorang berbicara jika terlalu panjang.

30) Saya sering lupa bagian awal dari percakapan yang panjang.

Tabel 4. 33 Lupa Bagian Awal Percakapan Panjang

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
30	Sangat Setuju	19	20,9%
	Setuju	44	48,4%
	Tidak Setuju	22	24,2%
	Sangat Tidak Setuju	6	6,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (20,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (48,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (24,2%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (48,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering lupa bagian awal dari percakapan panjang.

31) Saya mudah teralihkan oleh notifikasi di ponsel

Tabel 4. 34 Mudah Teralihkan Oleh Notifikasi Ponsel

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
31	Sangat Setuju	15	16,5%
	Setuju	34	37,4%
	Tidak Setuju	33	36,3%
	Sangat Tidak Setuju	9	9,9%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (16,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (37,4%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (36,3%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (9,9%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (37,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam mudah teralihkan oleh notifikasi di ponsel.

32) Saya sering tergoda untuk memeriksa media sosial ketika sedang bekerja atau belajar.

Tabel 4. 35 Tergoda Memeriksa Media Sosial Ketika Sedang Belajar

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
32	Sangat Setuju	15	16,5%
	Setuju	49	53,8%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	7	7,7%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (16,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (53,8%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (7,7%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (53,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering tergoda untuk memeriksa media sosial ketika sedang bekerja atau belajar.

33) Suara atau percakapan di sekitar saya membuat saya sulit berkonsentrasi.

Tabel 4. 36 Suara Di Sekitar Membuat Sulit Berkonsentrasi

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
33	Sangat Setuju	21	23,1%
	Setuju	41	45,1%
	Tidak Setuju	22	24,2%
	Sangat Tidak Setuju	7	7,7%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (23,1%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (45,1%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (24,2%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (7,7%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (45,1%) responden menyatakan “Setuju” dalam suara atau percakapan di sekitar membuat sulit berkonsentrasi.

34) Saya tidak dapat fokus ketika ada banyak gangguan di sekitar saya.

Tabel 4. 37 Tidak Fokus Ketika Banyak Gangguan

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
34	Sangat Setuju	38	41,8%
	Setuju	41	45,1%
	Tidak Setuju	10	11%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (41,8%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (45,1%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (2,2%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (45,1%) responden menyatakan “Setuju” dalam tidak dapat fokus ketika ada banyak gangguan di sekitar.

35) Saya sering memeriksa ponsel saya meskipun tidak ada notifikasi.

Tabel 4. 38 Sering Memeriksa Ponsel Meskipun Tidak Ada Notifikasi

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
35	Sangat Setuju	19	20,9%
	Setuju	44	48,5%
	Tidak Setuju	18	19,8%
	Sangat Tidak Setuju	10	11%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (20,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (48,5%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (19,8%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (48,5%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering memeriksa ponsel meskipun tidak ada notifikasi.

36) Saya dapat tetap fokus pada satu tugas tanpa terganggu selama lebih dari 30 menit.

Tabel 4. 39 Tetap Fokus Selama Lebih Dari 30 Menit

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
36	Sangat Setuju	22	24,2%
	Setuju	42	46,2%
	Tidak Setuju	23	25,3%
	Sangat Tidak Setuju	4	4,4%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (24,2%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (46,2%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (25,3%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (4,4%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (46,2%) responden menyatakan “Setuju”

dalam dapat tetap fokus pada satu tugas tanpa terganggu selama lebih dari 30 menit.

37) Saya sering kehilangan konsentrasi saat mengerjakan tugas yang panjang.

Tabel 4. 40 Kehilangan Konsentrasi Saat Mengerjakan Tugas Yang Panjang

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
37	Sangat Setuju	13	14,3%
	Setuju	52	57,1%
	Tidak Setuju	18	19,8%
	Sangat Tidak Setuju	8	8,8%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (14,3%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (57,1%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (19,8%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (8,8%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (57,1%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering kehilangan konsentrasi saat mengerjakan tugas yang panjang.

38) Saya merasa sulit untuk kembali fokus setelah terganggu.

Tabel 4. 41 Sulit Untuk Kembali Fokus

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
38	Sangat Setuju	11	12,1%
	Setuju	52	57,1%
	Tidak Setuju	20	22%
	Sangat Tidak Setuju	8	8,8%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (12,1%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (57,1%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (22%) menyatakan

“Tidak Setuju”. Sebagian kecil (8,8%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (57,1%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa sulit untuk kembali fokus setelah terganggu.

39) Saya sering merasa bosan saat mengerjakan tugas yang membutuhkan waktu lama.

Tabel 4. 42 Merasa Bosan Saat Mengerjakan Tugas

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
39	Sangat Setuju	25	27,5%
	Setuju	44	48,4%
	Tidak Setuju	16	17,6%
	Sangat Tidak Setuju	6	6,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (27,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (48,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (17,6%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (48,4%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering merasa bosan saat mengerjakan tugas yang membutuhkan waktu lama.

40) Saya cenderung meninggalkan tugas ketika ada sesuatu yang lebih menarik perhatian saya.

Tabel 4. 43 Meninggalkan Tugas Jika Ada Sesuatu Yang Lebih Menarik Perhatian

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
40	Sangat Setuju	14	15,4%
	Setuju	38	41,8%
	Tidak Setuju	28	30,8%
	Sangat Tidak Setuju	11	12,1%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (15,4%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (41,8%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (30,8%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (12,1%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (41,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam cenderung meninggalkan tugas ketika ada sesuatu yang lebih menarik perhatian.

41) Saya sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca seperti konten media sosial.

Tabel 4. 44 Terganggu Oleh Pikiran Lain Saat Membaca

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
41	Sangat Setuju	9	9,9%
	Setuju	50	54,9%
	Tidak Setuju	24	26,4%
	Sangat Tidak Setuju	8	8,8%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (9,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (54,9%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (26,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (8,8%) menyatakan “Sangat Tidak

Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (54,9%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca seperti konten media sosial.

42) Saat menggunakan media sosial, saya sering berpindah dari satu platform ke platform lain tanpa tujuan yang jelas.

Tabel 4. 45 Perpindahan Media Sosial Tanpa Tujuan Yang Jelas

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
42	Sangat Setuju	19	20,9%
	Setuju	50	54,9%
	Tidak Setuju	17	18,7%
	Sangat Tidak Setuju	5	5,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (20,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (54,9%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (18,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (54,9%) responden menyatakan “Setuju” dalam saat menggunakan media sosial, sering berpindah dari satu platform ke platform lain tanpa tujuan yang jelas.

43) Saya sering *scrolling* layar lebih lama dari yang saya rencanakan.

Tabel 4. 46 Scrolling Lebih Lama Dari Yang Direncanakan

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
43	Sangat Setuju	25	27,5%
	Setuju	51	56%
	Tidak Setuju	9	9,9%
	Sangat Tidak Setuju	6	6,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (27,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (56%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (9,9%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (56%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering *scrolling* layar lebih lama dari yang direncanakan.

44) Saya merasa kesulitan untuk fokus pada satu tugas setelah *scrolling* media sosial dalam waktu lama.

Tabel 4. 47 Kesulitan Fokus Setelah *Scrolling* Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
44	Sangat Setuju	19	20,9%
	Setuju	45	49,5%
	Tidak Setuju	19	20,9%
	Sangat Tidak Setuju	8	8,8%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (20,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (49,5%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (20,9%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (8,8%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (49,5%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa kesulitan untuk fokus pada satu tugas setelah *scrolling* media sosial dalam waktu lama.

45) Saya merasa cemas jika tidak memeriksa media sosial selama beberapa waktu.

Tabel 4. 48 Merasa Cemas Jika Tidak Membuka Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
45	Sangat Setuju	10	11%
	Setuju	30	33%
	Tidak Setuju	34	37,4%
	Sangat Tidak Setuju	17	10,7%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (11%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (33%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (37,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (10,7%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (37,4%) responden menyatakan “Tidak Setuju” dalam merasa cemas jika tidak memeriksa media sosial selama beberapa waktu.

46) Saya sering memeriksa notifikasi meskipun sedang mengerjakan tugas atau ketika sedang belajar.

Tabel 4. 49 Memeriksa Notifikasi Meskipun Sedang Mengerjakan Tugas

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
46	Sangat Setuju	12	13,2%
	Setuju	41	45,1%
	Tidak Setuju	28	30,8%
	Sangat Tidak Setuju	10	11%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (13,2%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (45,1%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (30,8%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (11%) menyatakan

“Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (45,1%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering memeriksa notifikasi meskipun sedang mengerjakan tugas atau ketika sedang belajar.

47) Saya merasa tidak nyaman jika tidak dapat segera menanggapi pesan atau informasi di media sosial.

Tabel 4. 50 Merasa Tidak Nyaman Ketika Tidak Segera Menanggapi Pesan Atau Informasi Di Media Sosial

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
47	Sangat Setuju	5	5,5%
	Setuju	34	37,4%
	Tidak Setuju	37	40,7%
	Sangat Tidak Setuju	15	16,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (5,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (37,4%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (40,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (16,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (40,7%) responden menyatakan “Tidak Setuju” dalam merasa tidak nyaman jika tidak dapat segera menanggapi pesan atau informasi di media sosial.

48) Saya lebih mudah fokus saat bekerja tanpa menggunakan perangkat digital.

Tabel 4. 51 Fokus Bekerja Tanpa Perangkat Digital

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
48	Sangat Setuju	14	15,4%
	Setuju	47	51,6%
	Tidak Setuju	23	25,3%
	Sangat Tidak Setuju	7	7,7%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (15,4%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (51,6%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (25,3%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (7,7%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (51,6%) responden menyatakan “Setuju” dalam lebih mudah fokus saat bekerja tanpa menggunakan perangkat digital.

49) Saya merasa media sosial mengganggu fokus perhatian saya daripada membantu saya dalam mengerjakan tugas.

Tabel 4. 52 Media Sosial Mengganggu Fokus

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
49	Sangat Setuju	8	8,8%
	Setuju	49	53,8%
	Tidak Setuju	27	29,7%
	Sangat Tidak Setuju	7	7,7%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (8,8%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (53,8%) menyatakan “Setuju”. Hampir setengahnya (29,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (7,7%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (53,8%) responden menyatakan “Setuju” dalam

merasa media sosial mengganggu fokus perhatian daripada membantu dalam mengerjakan tugas.

50) Saya sering berpindah-pindah antara aplikasi atau tab saat menggunakan perangkat digital.

Tabel 4. 53 Berpindah Aplikasi Saat Menggunakan Perangkat Digital

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
50	Sangat Setuju	15	16,5%
	Setuju	60	65,9%
	Tidak Setuju	14	15,4%
	Sangat Tidak Setuju	2	2,2%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (16,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (65,9%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (18,7%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (15,4%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (65,9%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering berpindah-pindah antar aplikasi atau tab saat menggunakan perangkat digital.

51) Saya merasa teknologi modern (misalnya, ponsel atau komputer) mengurangi kemampuan saya untuk fokus.

Tabel 4. 54 Teknologi Mengurangi Kemampuan Fokus

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
51	Sangat Setuju	13	14,3%
	Setuju	43	47,3%
	Tidak Setuju	30	33%
	Sangat Tidak Setuju	5	5,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian kecil (14,3%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya

(47,3%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (33%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir setengahnya atau (47,3%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa teknologi modern mengurangi kemampuan untuk fokus.

52) Saya merasa sulit memahami materi yang disampaikan dalam pertemuan *online* karena perhatian saya mudah dialihkan.

Tabel 4. 55 Sulit Memahami Materi Ketika Pertemuan *Online*

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
52	Sangat Setuju	27	29,7%
	Setuju	47	51,6%
	Tidak Setuju	11	12,1%
	Sangat Tidak Setuju	6	6,6%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (29,7%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Sebagian besar (51,6%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (12,1%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (6,6%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (51,6%) responden menyatakan “Setuju” dalam merasa sulit memahami materi yang disampaikan dalam pertemuan *online* karena perhatian yang mudah teralihkan.

53) Saya sering merasa bosan atau lelah selama pertemuan *online*, sehingga sulit untuk tetap memperhatikan.

Tabel 4. 56 Pertemuan *Online* Membuat Sulit Untuk Tetap Memperhatikan

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
53	Sangat Setuju	25	27,5%
	Setuju	46	50,5%
	Tidak Setuju	15	16,5%
	Sangat Tidak Setuju	5	5,5%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa hampir setengahnya (27,5%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Setengahnya (50,5%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (16,5%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (5,5%) menyatakan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setengahnya atau (50,5%) responden menyatakan “Setuju” dalam sering merasa bosan atau lelah selama pertemuan *online* sehingga sulit untuk tetap memperhatikan.

54) Saya lebih fokus ketika bertemu secara langsung dibandingkan dengan pertemuan secara *online*.

Tabel 4. 57 Lebih Fokus Bertemu Secara Langsung

No. Pertanyaan Angket	Alternatif Jawaban	Frekuensi Jawaban	Persentase
54	Sangat Setuju	50	54,9%
	Setuju	34	37,4%
	Tidak Setuju	4	4,4%
	Sangat Tidak Setuju	3	3,3%
Jumlah		91	100%

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti (2025).

Data dari hasil jawaban tersebut, dapat ditafsirkan bahwa sebagian besar (54,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju”. Hampir setengahnya (37,4%) menyatakan “Setuju”. Sebagian kecil (4,4%) menyatakan “Tidak Setuju”. Sebagian kecil (3,3%) menyatakan

“Sangat Tidak Setuju”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau (54,9%) responden menyatakan “Sangat Setuju” dalam lebih fokus ketika bertemu secara langsung dibandingkan dengan pertemuan secara *online*.

2. Persentase Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan *Attention Span*

Untuk memahami seberapa besar proporsi intensitas penggunaan media sosial (X) dan *attention span* (Y), peneliti menggunakan analisis statistik deskriptif guna menentukan persentase data secara keseluruhan, termasuk nilai rata-rata, nilai tertinggi, nilai terendah, dan *standar deviasi* dari variabel intensitas penggunaan media sosial (X) dan variabel *attention span* (Y). Data berikut didapat dari hasil analisis statistik deskriptif yang telah dilakukan oleh peneliti.

Tabel 4. 58 Descriptive Statistics Variabel X Dan Y

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Media Sosial	91	29	100	74,23	11,362
Attention Span	91	47	112	78,86	12,101
Valid N (listwise)	91				

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif di atas, dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Variabel intensitas penggunaan media sosial (X) dari data tersebut dapat dideskripsikan bahwa nilai minimum sebesar 29, sedangkan nilai maksimum sebesar 100 dan rata-rata nilai intensitas penggunaan media sosial sebesar 74,23, serta *standar deviasi* sebesar 11,362.
- b. Variabel *attention span* (Y) dari data tersebut dapat dideskripsikan bahwa nilai minimum sebesar 47, sedangkan nilai maksimum sebesar 112 dan rata-rata nilai *attention span* sebesar 78,86, serta *standar deviasi* sebesar 12,101.

3. Uji Prasyarat

Uji prasyarat dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan analisis data. Data uji prasyarat pada penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* merupakan salah satu aspek penting dalam uji asumsi klasik, yang bertujuan untuk mengevaluasi apakah nilai residual terdistribusi secara normal atau tidak. Dalam penelitian ini, kami menerapkan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan tingkat signifikansi (α) sebesar 5%. Keputusan yang diambil dalam uji normalitas K-S didasarkan pada kriteria berikut::

- 1) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, maka data penelitian dapat dianggap normal.
- 2) Sebaliknya, apabila nilai signifikansi (Sig.) kurang dari 0,05, maka data penelitian tidak normal.

Pengujian normalitas dilakukan menggunakan bantuan SPSS 27 *for windows*, berikut hasil uji normalitas:

Tabel 4. 59 Uji Normalitas Data
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		91	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	10,29944282	
Most Extreme Differences	Absolute	,102	
	Positive	,102	
	Negative	-,077	
Test Statistic		,102	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		,021	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	,021	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,017
		Upper Bound	,024

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Berdasarkan informasi yang terdapat dalam tabel di atas, hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,021, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Hal ini indikatif bahwa data yang diperoleh dalam penelitian ini tidak terdistribusi secara normal. Kesesuaian distribusi data adalah aspek krusial dalam menentukan jenis statistik yang akan dipakai untuk analisis lebih lanjut (Sundayana, 2018, hlm. 82). Jika data terdistribusi normal, maka analisis yang digunakan akan mengacu pada uji statistik parametrik. Sebaliknya, apabila data tidak terdistribusi normal, analisis akan beralih pada uji statistik nonparametrik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa karena data penelitian ini dinyatakan tidak terdistribusi normal, studi ini akan menggunakan pendekatan uji statistik nonparametrik.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas ini bertujuan untuk mengenali bentuk hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Jika nilai signifikansi deviasi dari linearitas lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara kedua variabel tersebut. Sebaliknya, jika nilai signifikansi deviasi dari linearitas kurang dari 0,05, hubungan itu tidak dapat dianggap sebagai hubungan linear. Hasil dari uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 60 Uji Linearitas Data

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Attention Span * Media Sosial	Between Groups	(Combined)	10034,636	37	271,206	4,571	<,001
		Linearity	3632,076	1	3632,076	61,218	<,001
		Deviation from Linearity	6402,560	36	177,849	2,998	<,001
	Within Groups		3144,507	53	59,330		
	Total		13179,143	90			

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Dari tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi deviasi sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan linear.

Setelah melakukan uji prasyarat dimana telah mendapatkan hasil bahwasanya data penelitian yang diuji tidak berdistribusi normal dan tidak linear. Sehingga penelitian ini akan menggunakan uji statistik

nonparametrik dalam melakukan uji data selanjutnya. Dikarenakan uji statistik nonparametrik tidak memerlukan asumsi mengenai sebaran data populasi (Djarwanto 1991).

4. Pembuktian Hipotesis

Pembuktian hipotesis bertujuan menentukan kebenaran hipotesis yang diajukan. Pada dasarnya, hipotesis adalah sebuah pertanyaan yang masih memerlukan pembuktian untuk kebenarannya atau merupakan spekulasi sementara. Berikut ini adalah hipotesis yang akan diuji:

Ha : Terdapat Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.

Ho : Tidak Terdapat Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut.

Untuk membuktikan hipotesis, peneliti menggunakan Uji Rank Spearman yaitu metode yang digunakan untuk menguji hipotesis mengenai korelasi. Metode ini diperkenalkan oleh Spearman pada tahun 1904. Korelasi Rank Spearman merupakan salah satu metode dalam statistik non-parametrik. Metode ini tidak memerlukan asumsi adanya hubungan linear antara variabel-variabel yang diteliti. Apabila data yang digunakan berasal dari skala likert, penting untuk memastikan bahwa jarak antar nilai yang digunakan bersifat konsisten. Selain itu, distribusi data tidak harus mengikuti pola normal. (Raharjo, 2017).

Adapun tujuan secara umum dilakukannya analisis korelasi pada penelitian ini yaitu untuk menjawab rumusan masalah, sebagai berikut:

- a. Melihat seberapa kuat hubungan antara kedua variabel.
- b. Melihat arah hubungan yang terjalin di antara kedua variabel tersebut.
- c. Melihat apakah hubungan ini memiliki signifikansi atau tidak.

Koefisien korelasi digunakan untuk menguji hipotesis dengan cara mengamati seberapa besar hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan *attention span* belajar mahasiswa. Dalam menentukan tingkat hubungan antar variabel, menurut Raharjo (2017) dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi hasil dari *output* SPSS, dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Nilai koefisien korelasi sebesar $0,00 - 0,25$ = hubungan sangat lemah.

- b. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,26 - 0,50 = hubungan cukup.
- c. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,51 - 0,75 = hubungan kuat.
- d. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,76 - 0,99 hubungan sangat kuat.
- e. Nilai koefisien korelasi sebesar 1,00 = hubungan sempurna.

Kriteria arah korelasi dapat diidentifikasi melalui nilai koefisien korelasi, yang juga mencerminkan tingkat kekuatan hubungan antara variabel-variabel tersebut. Nilai koefisien korelasi ini berada dalam rentang antara +1 hingga -1. Ketika nilai koefisien korelasi menunjukkan angka positif, artinya terdapat hubungan searah antara kedua variabel. Menurut Raharjo (2017), hubungan searah ini berarti apabila variabel X mengalami peningkatan, maka variabel Y juga akan mengalami peningkatan. Sebaliknya, jika koefisien korelasi bernilai negatif, hubungan antara kedua variabel tersebut adalah tidak searah. Dalam hal ini, peningkatan pada variabel X justru akan diikuti dengan penurunan pada variabel Y.

Dalam konteks kriteria signifikansi korelasi, kekuatan serta arah hubungan antar variabel hanya akan bermakna jika keterkaitan di antara mereka signifikan. Menurut Raharjo (2017) suatu hubungan dinyatakan signifikan jika nilai Sig. (2-tailed) yang diperoleh dari hasil analisis berada di bawah 0,05 atau 0,01. Sebaliknya, jika nilai Sig. (2-tailed) melebihi 0,05 atau 0,01, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel tersebut tidak signifikan atau tidak berarti.

Hasil uji korelasi rank spearman dapat dilihat pada tabel, sebagai berikut:

Tabel 4. 61 Hasil Uji Korelasi Rank Spearman

		Correlations		
			KAT_MEDIAS OSIAL	KAT_ATTENTI ONSPAN
Spearman's rho	KAT_MEDIASOSIAL	Correlation Coefficient	1,000	-,655**
		Sig. (2-tailed)	.	<,001
		N	91	91
	KAT_ATTENTIONSPAN	Correlation Coefficient	-,655**	1,000
		Sig. (2-tailed)	<,001	.
		N	91	91

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Data Diolah Oleh Peneliti Melalui SPSS 27 (2025).

Dalam interpretasi *output* data uji korelasi rank spearman, agar lebih mudah dipahami peneliti bagi menjadi tiga tahap interpretasi, sebagai berikut:

a. Kekuatan Hubungan Antar Variabel

Dari hasil yang diperoleh, koefisien korelasi menunjukkan nilai -0,655, yang mengindikasikan adanya hubungan yang kuat antara variabel intensitas penggunaan media sosial dan *attention span*. Nilai ini mengisyaratkan bahwa hubungan tersebut signifikan pada tingkat signifikansi 0,01, yang ditunjukkan oleh adanya simbol bintang (**).

b. Arah Hubungan Antar Variabel

Koefisien korelasi yang terlihat dalam hasil di atas adalah -0,655. Ini mengindikasikan bahwa interaksi antara kedua variabel tidak bersifat linier atau tidak searah. Dalam istilah lain, semakin banyak mahasiswa menggunakan media sosial, semakin rendah tingkat *attention span* mereka.

c. Hubungan Tersebut Signifikan Atau Tidak

Berdasarkan *output* di atas, diperoleh nilai signifikansi atau Sig. (2-tailed) adalah 0,001, karena nilai Sig. (2-tailed) 0,001 < lebih kecil dari 0,05 atau 0,01 maka artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel intensitas penggunaan media sosial dengan *attention span*.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan dan kuat, serta hubungan yang tidak searah antara variabel intensitas penggunaan media sosial dan *attention span*. Oleh karena itu, hipotesis H_a diterima, sedangkan H_o ditolak.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah menganalisis hasil penelitian, pembahasan berikutnya akan mengkaji penelitian ini dengan mengaitkannya pada beberapa teori yang relevan tentang intensitas penggunaan media sosial serta hubungannya dengan *attention span* belajar.

1. Tingkat Intensitas Penggunaan Media Sosial Mahasiswa PIPS IPI Garut

menurut Kartono dan Gulo (dalam Sabekti, 2019) intensitas diambil dari istilah "*intensity*" yang menunjukkan ukuran atau kekuatan suatu tindakan, serta seberapa banyak energi fisik yang dipakai untuk mengaktifkan salah satu indera manusia. Sementara itu, Horrigan (dalam Sabekti, 2019) menekankan dua hal dasar yang perlu diperhatikan untuk menentukan intensitas seseorang dalam menggunakan internet, yaitu frekuensi penggunaan internet dan durasi setiap kali internet tersebut digunakan. Oleh karena itu, intensitas penggunaan media sosial bisa diartikan sebagai seberapa sering seseorang menggunakan media sosial dan seberapa teratur mereka terlibat dengan platform tersebut.

Berdasarkan temuan dari penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat pada tabel 4. 4 bahwa hampir setengahnya dari mahasiswa PIPS IPI Garut setuju menggunakan media sosial lebih dari 7 jam setiap hari. Mahasiswa juga menyatakan bahwa mereka mengakses media sosial saat memiliki waktu luang untuk menghilangkan kebosanan. Banyak di antara mahasiswa yang menikmati konten yang mereka lihat di media sosial. Namun, hanya sedikit mahasiswa yang telah mulai membuat konten di media sosial. Kebanyakan dari mahasiswa hanya sebagai konsumen dari media sosial, dimana mereka membuka media sosial untuk mengikuti tren terbaru, untuk menonton video pendek seperti di *reels* Instagram, Youtube *short* ataupun konten di Tiktok dan aplikasi media sosial lainnya, sebagai media hiburan serta tidak lupa sebagai media komunikasi jarak jauh. Hampir setengahnya setuju bahwasanya mahasiswa dapat membuka dua atau lebih platform media sosial dalam satu hari yang mana peralihan antar platform media sosial tersebut memiliki tujuannya yang berbeda. Dengan kata lain setiap platform media sosial memiliki tujuannya yang berbeda pada saat diakses.

Pada akhirnya penggunaan media sosial secara intens dapat mempengaruhi suasana hati seperti timbulnya kecemasan, rasa iri, bahagia dan kecewa seperti yang terdapat pada tabel 4. 25. Sejalan dengan pendapat

yang dikemukakan oleh Aryani (2024) bahwa Mahasiswa yang menghabiskan lebih dari tiga jam setiap hari di media sosial mengalami masalah tidur dan penurunan pada prestasi akademiknya. Mereka juga memiliki tingkat depresi, penyalahgunaan zat, stres dan bunuh diri jauh lebih tinggi. Selain itu, penggunaan media sosial secara intens dapat mengganggu jam tidur dikarenakan algoritma media sosial diatur untuk menyalurkan jenis konten kepada penggunanya agar mendorong penggunanya untuk menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial. Dengan algoritma yang digunakan oleh media sosial yang ditujukan untuk membuat penggunanya ketagihan. Keadaan tersebut membuat media sosial seperti menimbulkan efek dopamin atau kecanduan (Aryani, 2024).

Salah satu penyebab utama kecanduan media sosial adalah peningkatan kadar dopamin di otak, yang menciptakan rasa senang setelah menggunakan media sosial. Penyebab lainnya menurut Wardhana (2022) yaitu *FoMO* yang dapat diartikan sebagai keresahan dalam diri seseorang ketika tidak berada di situasi yang penting atau mengesankan tetapi dia tidak ada saat kejadian itu. Inilah yang mendorong orang-orang untuk menjelajahi media sosial, agar mereka tetap terhubung dengan berbagai informasi terkini dan tidak merasa tertinggal. Akibatnya, banyak yang terjebak dalam kecanduan media sosial. Media sosial juga menyediakan berbagai fitur menarik yang dihadirkan masing-masing platform, seperti *online chat*, *streaming*, dan *feed*. Fitur-fitur tersebut merupakan fitur yang sering digunakan oleh banyak orang di media sosial sehingga membuat mereka kecanduan menggunakan media sosial dan berdampak lupa waktu ketika sudah menggunakannya atau membuang waktu yang sebenarnya bisa digunakan untuk melakukan hal yang lebih bermanfaat (Wardhana, 2022, hlm. 11).

Berdasarkan indikator yang telah diuraikan di atas, hasil pernyataan responden menunjukkan kesimpulan yang sejalan dengan temuan di lapangan. Penggunaan media sosial secara intensif dapat mengakibatkan kecanduan pada penggunanya. Hal ini dikarenakan algoritma yang dirancang untuk memicu pelepasan dopamin di otak, yang menciptakan rasa

bahagia setelah berinteraksi dengan media sosial. Dengan berbagai kemudahan dan fitur menarik yang ditawarkan, media sosial menjadi sangat mengasyikkan, sehingga otak menganggap aktivitas ini sebagai sesuatu yang bermanfaat dan menyenangkan, yang mendorong keinginan untuk mengulangi pengalaman tersebut. Kurangnya interaksi tatap muka yang disebabkan oleh penggunaan media sosial secara *online* dapat mengakibatkan hilangnya etika dalam bermedia sosial. Hal ini tentu saja berpotensi mengurangi rasa empati dan tanggung jawab terhadap kata-kata atau pendapat yang diutarakan. Selain itu, media sosial sering kali memberikan rasa anonimitas yang membuat orang merasa lebih bebas untuk berperilaku tidak etis tanpa khawatir akan konsekuensinya. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk terlepas dari kecanduan media sosial menurut Aryani (2024) yaitu dengan melakukan *detoksifikasi dopamine* atau yang dikenal dengan puasa dopamin yaitu tidak melakukan aktivitas yang membawa kesenangan dalam media sosial. Metode ini berdasarkan terapi perilaku kognitif, dimana tidak terlalu didominasi oleh rangsangan yang tidak sehat seperti teks, notifikasi, bunyi bip, dering yang menyertai kehidupan dalam masyarakat modern yang berpusat pada teknologi.

2. **Tingkat *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut**

Menurut Murphy, *et al.* (2001) *attention span* adalah kemampuan untuk mempertahankan fokus dan kewaspadaan selama jangka waktu tertentu. *Attention span* mengacu pada kemampuan seseorang untuk memperhatikan stimulus atau objek selama periode waktu tertentu. Kemampuan ini juga dikenal sebagai perhatian berkelanjutan atau kewaspadaan (Levin & Bernier, 2019). *Attention span* dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mempertahankan fokus pada suatu tugas atau aktivitas dalam jangka waktu tertentu. Dengan kata lain, *attention span* menggambarkan seberapa lama seseorang mampu berkonsentrasi pada satu kegiatan. Seseorang yang memiliki *attention span* yang baik cenderung dapat menyelesaikan tugasnya dengan lebih efektif dan efisien.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui pada tabel 4. 31 bahwasanya sebagian besar mahasiswa PIPS IPI Garut

menyatakan setuju dengan kehilangan fokus ketika mengerjakan beberapa tugas sekaligus. Sebagian besar mahasiswa juga menyatakan setuju dengan sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca. Serta hampir setengahnya menyatakan setuju dalam kecenderungan meninggalkan tugas ketika ada sesuatu yang lebih menarik perhatian. Hal ini menandakan bahwasanya terdapat mahasiswa yang memiliki *attention span* yang rendah sehingga mudah teralihkan oleh hal lain yang dianggap lebih menarik perhatian dibandingkan tugas yang sedang dikerjakan. Terdapat beberapa alasan mengapa mahasiswa mudah teralihkan perhatiannya diantaranya yaitu merasa bosan ketika mengerjakan tugas yang membutuhkan waktu yang lama, banyaknya gangguan eksternal, rasa penasaran untuk melihat notifikasi ponsel dan merasa sulit untuk kembali fokus setelah terganggu.

Teknologi yang awalnya diciptakan untuk mempermudah pekerjaan manusia, sekarang dapat menjadi salah satu faktor mengganggu kemampuan fokus seseorang. Terlihat pada tabel 4. 54 dimana hampir setengahnya dari responden menyatakan setuju dalam merasa teknologi modern mengurangi kemampuan untuk fokus. Salah satu faktor penurunan *attention span* adalah dari paparan teknologi dan media sosial, dimana sebagian besar mahasiswa menyatakan setuju terhadap media sosial mengganggu fokus perhatian daripada membantu dalam mengerjakan tugas. Menurut Ilmiah (2024) Teknologi dan penggunaan media sosial telah dihubungkan dengan penurunan kemampuan *attention span* karena dapat menyebabkan gangguan yang menghalangi seseorang untuk tetap fokus. Terlalu sering menggunakan media sosial dapat menurunkan kapasitas perhatian dan mempercepat penurunan kemampuan kognitif. Sebagian besar mahasiswa juga menyatakan setuju dengan pernyataan lebih mudah fokus saat bekerja tanpa menggunakan perangkat digital.

Dapat dilihat pada tabel 4. 39 bahwasanya hampir setengahnya dari mahasiswa menyatakan setuju bahwasanya mereka dapat tetap fokus pada satu tugas tanpa terganggu selama 30 menit, hal ini menyatakan bahwa terdapat mahasiswa yang masih memiliki *attention span* yang cukup tinggi. Tetapi, hampir setengahnya mahasiswa menjawab tidak setuju artinya

terdapat mahasiswa yang mempunyai *short attention span*. Menurut Zauderer (2023) dalam laman crossrivertherapy.com anak berusia 16 tahun ke atas diharapkan memiliki *attention span* 32 hingga 48 menit atau lebih. Dengan demikian, sesuai dengan pendapat itu maka mahasiswa diharapkan memiliki *attention span* 32 hingga 48 menit atau lebih yang mana *attention span* ini akan mempengaruhi perhatian belajar mahasiswa di perkuliahan ataupun pada saat mengerjakan tugas.

Menurut Abadimoksa (dalam Ilmiah, 2024) *attention span* dipengaruhi oleh beberapa penyebab; ADHD, depresi, cedera kepala, autisme, dan lainnya. Dampak buruk dari *short attention span* ialah performa akademis yang buruk, tertinggal informasi penting, komunikasi yang mengganggu. Dilansir dari laman thebrainworkshop.com *short attention span* dapat disebabkan oleh berbagai macam kondisi fisik dan psikologis, diantaranya:

a. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD)

ADHD merupakan gangguan neurobiologis yang ditandai dengan kesulitan dalam menjaga fokus, serta ditandai oleh hiperaktivitas dan perilaku impulsif. Beberapa orang yang didiagnosis dengan ADHD mungkin mengalami hiperaktivitas (kebutuhan untuk terus bergerak). Seseorang dengan ADHD mengalami kesulitan untuk fokus saat mereka terganggu oleh kebutuhan untuk terus bergerak.

b. Depresi

Depresi adalah gangguan suasana hati yang dapat berdampak serius pada hidup. Meskipun depresi dapat muncul dalam berbagai cara, depresi umumnya dikaitkan dengan perasaan sedih dan kehilangan yang terus-menerus, serta kesulitan berkonsentrasi.

c. Gangguan Belajar

Short attention span bisa jadi merupakan tanda gangguan belajar, seperti disleksia. Gangguan belajar dapat membuat seseorang sulit berkonsentrasi pada tugas membaca, menulis, atau berbicara.

d. *Sensory Processing Disorder* (SPD)

Bila *attention span* yang pendek dikaitkan dengan gangguan penglihatan, suara, sentuhan, bau, atau rasa, mungkin mengalami gangguan SPD. Dimana SPD menyebabkan seseorang menjadi sangat sensitif terhadap simulasi yang biasa saja, yang dapat membuatnya sulit untuk fokus dalam lingkungan yang tidak terkendali.

e. Trauma

Post-traumatic stress disorder (PTSD) juga dapat menyebabkan *short attention span*. PTSD mengaktifkan mode bertahan hidup dalam tubuh atau mode "lawan atau lari", yang membuat otak sulit untuk fokus pada tugas-tugas tertentu dalam jangka waktu yang lama.

Berdasarkan definisi dan teori yang telah dipaparkan oleh para ahli, maka dapat diambil kesimpulan bahwa penurunan *attention span* salah satunya diakibatkan oleh teknologi dan juga media sosial. Dimana teknologi dan media sosial memiliki peranan dalam memberikan gangguan serta distraksi sehingga fokus dan konsentrasi dapat terganggu. Penurunan *attention span* ini akan memicu penurunan kognitif juga, ketika seseorang terus-menerus dihadapkan pada arus informasi yang cepat dan beragam, seperti yang sering terjadi di media sosial hal ini dapat mengakibatkan kelelahan kognitif yang selanjutnya akan mempengaruhi *attention span*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengelolaan waktu dalam menggunakan media sosial, terutama yang menawarkan konten berdurasi pendek, sangat penting untuk menjaga kesehatan kognitif, seperti *attention span*.

3. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut

Menurut hasil analisis data pada kuesioner mengenai hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut yang telah dilakukan diperoleh angka koefisien korelasi yang dapat ditafsirkan dengan tingkat kekuatan hubungan (korelasi) antara variabel intensitas penggunaan media sosial dengan *attention span* memiliki hubungan kuat. Terdapat hasil uji normalitas dari kedua variabel

tersebut berdistribusikan tidak normal, sehingga penelitian ini menggunakan metode penelitian nonparametrik. Karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, penelitian ini menggunakan uji korelasi Rank Spearman untuk analisis korelasi.

Uji korelasi rank spearman menghasilkan *output* untuk mengetahui kekuatan hubungan, arah hubungan serta hubungan tersebut signifikan atau tidak. Dari *output* yang dihasilkan (dapat dilihat pada tabel 4. 61) diperoleh tingkat kekuatan hubungan (korelasi) ada hubungan yang kuat antara intensitas penggunaan media sosial dan *attention span*. Hubungan antara kedua variabel ini bersifat tidak searah, yang ditunjukkan oleh nilai koefisien negatif. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin rendah perhatian belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Tidak hanya menunjukkan adanya hubungan yang tergolong kuat, penelitian ini juga mengungkapkan hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial digunakan dan *attention span*. Dengan demikian, hipotesis H_a (Terdapat Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut) diterima, sedangkan H_o (Tidak Terdapat Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut) ditolak.

Banyak mahasiswa yang menggunakan media sosial karena faktor memiliki waktu luang dan untuk mengikuti tren terbaru sehingga meninggalkan tugas yang seharusnya lebih di prioritaskan. Faktor lain yang menjadi penyebab utama kecanduan media sosial adalah peningkatan kadar dopamin di otak, yang menciptakan rasa senang setelah menggunakan media sosial serta perasaan takut ketinggalan informasi (*FoMO*). Ketakutan akan tertinggal informasi atau merasa tidak update mendorong individu untuk meningkatkan durasi penggunaan internet, demi memastikan mereka selalu mendapatkan informasi terkini (Azizah & Baharuddin, 2021). Peningkatan durasi penggunaan internet atau media sosial dapat menjadi salah satu tanda kecanduan terhadap platform tersebut. Ketika seseorang menggunakan media sosial secara berlebihan, hal ini dapat menimbulkan

dampak negatif, seperti menurunnya kemampuan perhatian dan kognitif pengguna. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Yunus (dalam Ilmiyah, 2024) mengatakan bahwa dengan mengonsumsi informasi dengan cepat itu juga dapat menurunkan *attention span* seseorang.

Pendidikan IPS memainkan peran penting dalam memahami dinamika yang muncul akibat media sosial, terutama melalui kajian sosiologi dan psikologi yang menjadi salah satu bidang keilmuan dalam IPS. Penelitian yang mengaitkan penggunaan media sosial dengan *attention span* dan pendidikan IPS sangat relevan dalam konteks pendidikan masa kini. Kedua aspek tersebut memiliki hubungan yang erat dan berpengaruh signifikan terhadap proses belajar mengajar. Materi IPS sering kali bersifat kompleks dan memerlukan konsentrasi yang tinggi. Namun, jika *attention span* menurun akibat penggunaan media sosial yang berlebihan, pemahaman terhadap konsep-konsep IPS pun dapat terganggu. Karena itu, sangat penting bagi pendidikan IPS untuk meneliti masalah sosial yang berhubungan dengan kondisi terkini, di mana media sosial telah menjadi elemen yang krusial dalam aktivitas sehari-hari.

Penurunan *attention span* dapat mengurangi kemampuan kognitif yang nantinya akan berpengaruh pada penurunan prestasi akademik. Ketidakmampuan untuk mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama membuat mahasiswa kesulitan untuk terlibat secara mendalam dengan bahan akademik saat mengikuti kelas atau membaca buku pelajaran yang sulit. Hal ini sejalan dengan pernyataan yang disampaikan oleh Oaten (2024) penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan *attention span* yang lebih singkat biasanya memperoleh hasil ujian yang kurang memuaskan. Mereka juga sering kesulitan dalam mengingat informasi untuk jangka panjang dan menghubungkan berbagai ide menjadi pemahaman yang utuh. Dampak dari kondisi ini tidak hanya terlihat pada nilai akademis mereka, tetapi juga pada pemahaman dan keterampilan nyata yang mereka miliki dalam berbagai mata pelajaran.

Selain dari penurunan prestasi akademik, penurunan *attention span* juga dapat mempengaruhi terhadap hubungan *interpersonal*, yang mana

hubungan *interpersonal* ini merupakan nilai sosial yang harus dimiliki oleh manusia sebagai makhluk sosial. Akibat dari penurunan *attention span*, komunikasi menjadi dangkal dan interaksi menjadi lebih singkat serta kurang mendalam karena seseorang yang memiliki *attention span* yang rendah akan kurang bisa memperhatikan dengan baik sehingga mengurangi pemahaman dan empati antar individu. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Cecchetto (2024) gangguan digital dapat mengganggu kemampuan mendengar aktif, sehingga lebih sulit untuk terlibat sepenuhnya dan memahami apa yang dikatakan orang lain, sehingga memengaruhi kualitas komunikasi *interpersonal*. Dengan demikian, sangat krusial untuk merawat dan memperpanjang *attention span* supaya dapat menciptakan hubungan *interpersonal* yang baik dan bermakna.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini mengidentifikasi adanya hubungan yang signifikan antara variabel intensitas penggunaan media sosial dan *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Oleh karena itu, intensitas penggunaan media sosial bisa dipandang sebagai variabel yang dipengaruhi (terikat), sedangkan *attention span* belajar mahasiswa berperan sebagai variabel yang mempengaruhi (bebas). Temuan dari penelitian ini menunjukkan hubungan yang negatif, yang berarti bahwa semakin intens mahasiswa menggunakan media sosial, semakin rendah *attention span* yang mereka miliki saat belajar. Krisis *attention span* menjadi ancaman serius bagi kesehatan mental, perkembangan kognitif, prestasi akademik, serta hubungan *interpersonal* mahasiswa. Dengan menyadari betapa seriusnya masalah ini, pendidikan IPS diharapkan dapat memberikan peran dalam membantu memulihkan kemampuan fokus dan konsentrasi mereka. Dengan pembelajaran IPS yang bermakna (*meaningful learning*) dan dikemas berbasis nilai (*value based*). Pembelajaran IPS yang bermakna adalah apabila berbasis nilai yang sumber belajarnya dapat digali dari lingkungan sosial budaya terdekat peserta didik yang potensial terhadap pembentukan jati diri bangsa untuk menghadapi tantangan global (Syaharuddin, 2015).

D. Temuan Dan Keterbatasan Hasil Penelitian

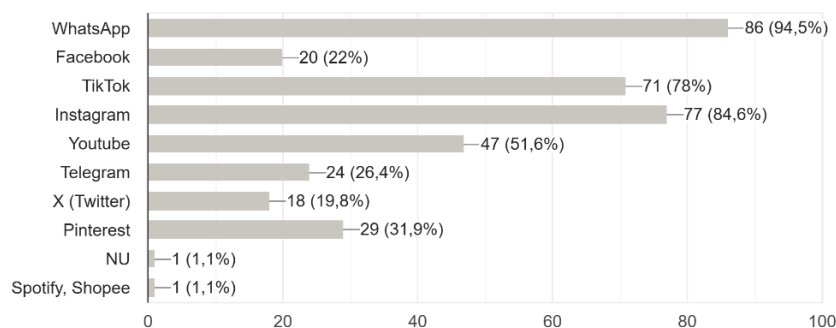
Setelah membahas penelitian ini dengan beberapa teori yang relevan, berikut akan diuraikan temuan serta keterbatasan dari hasil penelitian ini:

1. Temuan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil data yang diperoleh di lapangan, peneliti menemukan beberapa temuan mengenai media sosial yang sering diakses atau dimiliki oleh responden. Berikut akan ditampilkan gambar terkait dengan media sosial yang dimiliki atau digunakan.

Media sosial yang dimiliki/digunakan (Bisa memilih lebih dari satu)

91 jawaban



Sumber: Hasil Angket Melalui Google Form. (2025) .

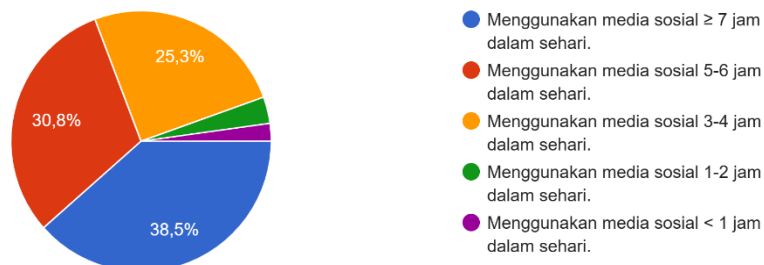
Gambar 4. 2 Media Sosial Yang Dimiliki/Digunakan

Dari gambar tersebut maka dapat dikatakan bahwa *Whatsapp* menjadi platform media sosial yang banyak digunakan oleh mahasiswa PIPS IPI Garut dengan pengguna sebanyak 86 responden dengan persentase 94,5% dari total sampel penelitian sebanyak 91 mahasiswa, disusul dengan Instagram dengan pengguna sebanyak 77 responden dengan persentase 84,6%, TikTok menjadi platform media sosial peringkat ke tiga dengan pengguna sebanyak 71 responden dengan persentase 78%. Selanjutnya adalah YouTube dengan pengguna sebanyak 47 responden dengan persentase 51,6%. Serta media sosial lainnya yang dimiliki atau digunakan oleh kurang dari setengah responden atau kurang dari 50%.

Peneliti juga menemukan terkait dengan durasi penggunaan media sosial dalam satu hari, untuk lebih jelasnya dapat dilihat gambar berikut ini.

Durasi penggunaan media sosial dalam satu hari

91 jawaban



Sumber: Hasil Angket Melalui Google Form. (2025) .

Gambar 4. 3 Durasi Penggunaan Media Sosial Dalam Satu Hari

Durasi mengacu pada seberapa lama media sosial digunakan dalam periode waktu tertentu, baik itu per menit maupun per jam. Berdasarkan gambar di atas, dapat disimpulkan bahwa 38,5% responden menghabiskan waktu di media sosial selama 7 jam atau lebih setiap harinya. Selain itu, 30,8% responden menggunakan media sosial antara 5 hingga 6 jam, 25,3% responden menggunakan media sosial selama 3 hingga 4 jam, sementara 5,4% responden menggunakan media sosial dalam durasi yang lebih singkat. Menurut Syamsuudin (2015) durasi penggunaan media sosial digolongkan, sebagai berikut:

- a. Sangat lama : Penggunaan media sosial selama 7 jam atau lebih dalam sehari, yang menunjukkan adanya kecenderungan ketergantungan.
- b. Lama : Penggunaan media sosial antara 5-6 jam.
- c. Sedang : Penggunaan media sosial antara 3-4 jam.
- d. Singkat : Penggunaan media sosial 1-2 Jam.
- e. Sangat Singkat : Penggunaan media sosial kurang dari 1 jam.

Berdasarkan pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 38,5% responden digolongkan ke dalam kategori sangat lama atau dapat disebut mencapai ketergantungan, 30,8% responden digolongkan ke

dalam kategori lama, 25,3% responden digolongkan ke dalam kategori sedang dan 5,4% responden digolongkan ke dalam kategori singkat atau sangat singkat.

2. Keterbatasan Hasil Penelitian

Berdasarkan temuan dari penelitian yang telah dilaksanakan, ada beberapa batasan yang harus diperhatikan sebagai elemen penting untuk penelitian-penelitian di masa mendatang. Keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian ini meliputi:

- a. Salah satu kelemahan yang dihadapi penulis dalam teknik pengolahan data adalah penggunaan kuesioner atau angket. Terkadang, jawaban yang diberikan oleh sampel atau responden tidak sepenuhnya mencerminkan keadaan yang sebenarnya. Fenomena ini bisa terjadi akibat perbedaan pemikiran, anggapan, dan pemahaman yang dimiliki oleh masing-masing responden. Selain itu, faktor kejujuran dalam pengisian kuesioner juga turut memengaruhi akurasi data yang diperoleh.
- b. Jumlah responden yang tercatat hanya 91 orang, tentu masih belum cukup untuk mencerminkan keadaan yang sebenarnya.
- c. Penelitian ini dapat diperluas jangkauannya atau diperdalam, sehingga dapat menghasilkan penemuan-penemuan yang lebih beragam.

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan secara keseluruhan terhadap data penelitian mengenai hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Maka sesuai rumusan masalah penelitian memperoleh kesimpulan berupa hasil data analisis penelitian statistik yang menunjukkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya mahasiswa PIPS IPI Garut menggunakan media sosial lebih dari 7 jam dalam sehari, utamanya untuk mengusir kebosanan di waktu senggang. Meskipun banyak mahasiswa bereaksi terhadap konten dengan memberikan *like*, hanya sedikit yang membuat konten mereka sendiri. Sebagian besar bertindak sebagai konsumen, mengikuti tren dan menikmati video di platform seperti *Instagram* dan *TikTok*, juga menggunakan media sosial untuk hiburan dan komunikasi. Penggunaan media sosial secara intensif dapat mengakibatkan perubahan suasana hati, kecemasan, dan menurunnya prestasi akademik. Faktor-faktor seperti meningkatnya kadar dopamin dan *Fear of Missing Out (FoMO)* berkontribusi terhadap kecanduan media sosial. Metode seperti detoksifikasi dopamin dapat membantu mengurangi kecanduan ini.
2. Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa PIPS IPI Garut mengalami kesulitan untuk tetap fokus ketika mengerjakan banyak tugas sekaligus dan sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca. Banyak mahasiswa juga cenderung meninggalkan tugas demi kegiatan yang lebih menarik, yang menunjukkan *attention span* rendah. Faktor-faktor yang menyebabkan gangguan ini meliputi kebosanan, gangguan eksternal, rasa ingin tahu tentang notifikasi ponsel, dan kesulitan untuk kembali fokus setelah gangguan. Teknologi modern, terutama media sosial, mengurangi fokus, karena banyak mahasiswa setuju hal itu mengganggu daripada membantu pekerjaan mereka. Berbagai kondisi, seperti ADHD dan depresi, juga dapat memengaruhi *attention span*. Mengelola waktu yang dihabiskan

di media sosial sangat penting untuk menjaga kesehatan kognitif dan *attention span*.

3. Penelitian tentang penggunaan media sosial dan *attention span* di kalangan mahasiswa PIPS IPI Garut menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat serta signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang lebih tinggi menyebabkan *attention span* yang lebih rendah. Faktor yang menyebabkan kecanduan media sosial antara lain waktu luang dan rasa takut ketinggalan tren atau informasi, yang selanjutnya menurunkan kemampuan kognitif dan pemahaman terhadap mata pelajaran kompleks yang diajarkan dalam pendidikan IPS. Secara keseluruhan, hasil tersebut mengonfirmasi dampak signifikan media sosial terhadap *attention span* mahasiswa.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan yang telah diperoleh, diketahui bahwa implikasi pada penelitian ini yaitu memperluas wawasan serta pengetahuan mengenai intensitas penggunaan media sosial terhadap *attention span* belajar. Implikasi lain dari penelitian ini yaitu pentingnya mengatur waktu dalam penggunaan media sosial dengan seimbang, memikirkan apa yang harus diprioritaskan. Pentingnya menyadari rasa kecanduan terhadap media sosial agar mengantisipasi dampak yang akan muncul seperti perasaan *Fear of Missing Out* serta penurunan kognitif akibat dari rendahnya *attention span* yang diakibatkan oleh penggunaan media sosial secara intens.

C. Rekomendasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara intensitas penggunaan media sosial dan *attention span* belajar mahasiswa PIPS IPI Garut. Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang diperoleh, peneliti ingin memberikan beberapa saran terkait temuan penelitian ini. Harapannya, saran-saran ini dapat memberikan kontribusi pemikiran bagi para pelaksana pendidikan dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan. Saran tersebut ditujukan kepada berbagai pihak yang berkepentingan, termasuk

responden dan peneliti selanjutnya. Berikut adalah saran-saran yang disampaikan oleh peneliti:

1. Bagi Responden

Rekomendasi yang diberikan kepada responden dalam mengisi kuesioner sebaiknya mengisi dengan keadaan yang sesungguhnya karena hal tersebut dapat berpengaruh pada hasil penelitian. Diharapkan juga responden dapat memahami bahwasanya penggunaan media sosial secara intens akan mengakibatkan kecanduan untuk penggunaanya yang nantinya akan memunculkan berbagai dampak seperti kecemasan, terganggunya jam tidur serta penurunan kognitif karena *attention span* yang juga menurun. Salah satu cara untuk terhindar dari kecanduan media sosial yaitu dengan kontrol diri serta *dopamine detox* terhadap media sosial.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar peneliti selanjutnya dapat memperbaiki dan mengembangkan penelitian yang telah dilakukan dengan mencari lebih banyak sumber yang relevan serta menambahkan referensi yang berkaitan dengan *attention span* dari berbagai latar belakang. Dengan cara ini, peneliti berikutnya diharapkan dapat melaksanakan studi yang lebih komprehensif. Selain itu, penting bagi peneliti selanjutnya untuk melibatkan lebih banyak narasumber dari beragam bidang agar hasil penelitian yang diperoleh mencakup isu yang lebih luas.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat disampaikan oleh peneliti semoga memberikan manfaat bagi dan masukan serta motivasi yang baik bagi seluruh pihak khususnya peneliti sendiri sehingga menjadi acuan terhindarnya dari kecanduan media sosial yang akan mengakibatkan penurunan *attention span*, selain itu dapat menjadi rekomendasi untuk seluruh yang berdedikasi dan ikut andil untuk ke depannya.

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Jurnal

- Aini, Q., Husnawati & Suhaili. (2023). Hubungan Media Sosial TikTok Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. Vol. 2, No. 1. <https://jurnal.iainwpancor.ac.id/index.php/taujih/article/view/1212>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Pilar*. Vol. 14, No. 1, Hal. 15-31. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/pilar/article/view/10624>
- Anggara, D. (2024). Pembelajaran IPS Dengan Memanfaatkan Youtube. *Orbit: Jurnal Ilmu Multidisiplin Nusantara*. Vol. 1, No. 1. <https://inovanpublisher.org/index.php/orbit/article/view/1/30>
- Arifin, M., & Asfani, K. (2014). Instrumen Penelitian. *Applied Microbiology And Biotechnolog*. Vol. 85, No. 1, Hal. 2071-2079. https://www.academia.edu/download/37228344/Muhamad_Arifin_UM_Paper5.pdf
- Asyari, A. & Mirannisa. (2022). Pengaruh Media Sosial TikTok Terhadap Minat Belajar Siswa MA Miftahul Ishlah Tembelok. *Islamika Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan*. Vol. 4, No. 3. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/islamika/article/view/1977>
- Azizah, E. & Baharuddin, F. (2021). Hubungan Antara Fear Of Missing Out (FoMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Remaja. *Universitas 45 Surabaya*. <https://univ45sby.ac.id/ejournal/index.php/humanistik/article/download/197/177>
- Bennett, Murphy, L., Murphy, E. C., & Laurie Rose, C. (2001). Sustained Attention And Unintentional Injury Among Preschool-Aged Children. *Child Neuropsychology*. Vol. 7, No. 2, Hal. 72-83. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11935415/>
- Bulut, D. (2023). The Association between Attention Impairments and the Internet and Social Media Usage among Adolescents and Young Adults with Potential

- Consequences: A Review of Literature. *Scientific Research An Academic Publisher*. Vol. 14, No. 8.
<https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=126948>
- Carr, C. T., & Hayes, R. A. (2015). Social media: Defining, developing, and divining. *Atlantic journal of communication*. Vol. 23, No. 1, Hal. 46-65.
<https://doi.org/10.1080/15456870.2015.972282>
- Fitriansyah, F., & Aryadillah. (2020). Penggunaan Telegram Sebagai Media Komunikasi Dalam Pembelajaran Online. *CAKRAWALA: Jurnal Humaniora Universitas Bina Sarana Informatika*. Vol. 20, No. 2.
<https://ejournal.bsi.ac.id/ejournal/index.php/cakrawala/article/view/8935/pdf>
- Gani, R., & Adam, A. (2024). Pengaruh media sosial terhadap rendahnya minat baca siswa MAN 1 Ternate. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran (JPP)*. Vol. 6, No. 3.
<https://journalpedia.com/1/index.php/jpp/article/download/3126/3167>
- Hafipa, S. (2024). Analisis Pembelajaran IPS Di SD/MI Dalam Kurikulum 2013. *International Journal of Education, Social Studies and Conseling (IJEDUCA)*. Vol. 2, No.1.
<https://multieducatif.org/index.php/ijeduca/article/view/18/20>
- Ilmiyah, N. (2024). The Impact of Communication Patterns on Attention Span. *Journal: Neolectura*. Vol. 4, No. 1. Hal. 34-37.
<https://journal.neolectura.com/index.php/propaganda/article/download/1604/1328>
- Janna, N. M., & Herianto, H. (2021). Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS. *Osf Preprints*. <https://osf.io/preprints/osf/v9j52>
- Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. *Historis: Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Sejarah*. Vol. 6, No. 1, Hal. 33-39.
<https://journal.ummat.ac.id/index.php/historis/article/view/4075>
- Lestari, A. S., & Safitri, D. (2024). Pengaruh Aplikasi Tiktok Terhadap Sosial Budayamasyarakat Ditinjau Dari Perspektif IPS. *Jurnal Intelek Dan*

- Cendekiawan* *Nusantara*, 1(2), 2757-2763.
<https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/298>
- Levin, E., & Bernier, J. (2011). Attention Span. *Encyclopedia of Child Behavior and Development*. Hal. 163.
https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-0-387-79061-9_226
- Lodge, J. M., & Harrison, W. J. (2019). The Role of Attention in Learning in the Digital Age. *The Yale Journal of Biology and Medicine*.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30923470/>
- Nayla, M. R. (2024). Memahami Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan*. Vol. 2, No. 1.
<https://jurnal.tiga-mutiara.com/index.php/jimad/article/view/165/95>
- Nasution, A. A. (2020). Pengaruh Persepsi Harga, Desain Produk, Dan Preferensi Konsumen Terhadap Keputusan Pembelian Mobil Mitsubishi Xpander (Studi Kasus Pt. Nusantara Berlian Motor Medan). *Jurnal Ilmiah Simantek*. Vol. 4, No. 3. Hal. 158-166.
<https://simantek.sciencemakarioz.org/index.php/JIK/article/download/175/153>
- Nasution, L. M. (2017). Statistik Deskriptif. *Jurnal Hikmah*. Volume 14, No. 1
<https://e-jurnal.staisumatera-medan.ac.id/index.php/hikmah/article/view/16/13>
- Nikmah, S. & Hartati, M. T. S. (2022). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa. *Pedagogik*. Vol. 13, No. 01. <https://ejournal-fip-ung.ac.id/ojs/index.php/pedagogika/article/view/1291>
- Octaviani, R., & Sutriani, E. (2019). Analisis Data Dan Pengecekan Keabsahan Data. *Makalah INA-Rxiv*. <https://osf.io/preprints/inarxiv/3w6qs>
- Purwanto, A. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Fear Of Missing Out (Fomo) di Kalangan Siswa Sma Negeri 1 Wajo. *Precise Journal of Economic*. Vol. 3, No. 1, Hal. 105-111.
<https://jurnal.lamaddukelleng.ac.id/index.php/precise/article/download/104/104>

- Putri, J., Bule, K. D., Soares, V., Wea, M. P., Mau, K. D., & Lian, Y. P. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Minat Belajar Siswa. *Innovative: Journal Of Social Science Research*. Vol. 4, No. 4, Hal. 635-641. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/12736/8706>
- Ramadhan, D. F., Janarwiguna, I. D., Al Karimi, Z. H., & Rakhmawati, N. A. (2024). Analisis Hasil Asesmen Pribadi Rentang Perhatian Mahasiswa Sistem Informasi ITS Pengonsumsi Konten Video Pendek Di Media Sosial. *Researchgate.net*.
https://www.researchgate.net/profile/Dimas-Ramadhan-5/publication/381832027_ANALISIS_HASIL_ASESMEN_PRIBADI_RENTANG_PERHATIAN_MAHASISWA_SISTEM_INFORMASI_ITS_PENGONSUMSI_KONTEN_VIDEO_PENDEK_DI_MEDIA_SOSIAL/links/6681317b2aa57f3b8260bd24/ANALISIS-HASIL-ASESMEN-PRIBADI-RENTANG-PERHATIAN-MAHASISWA-SISTEM-INFORMASI-ITS-PENGONSUMSI-KONTEN-VIDEO-PENDEK-DI-MEDIA-SOSIAL.pdf
- Ramly, R. A., & Ayu, S. (2022). Pengaruh Media Sosial Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Kependidikan Media*. Vol. 11, No. 3, Hal. 107-119. <https://pdfs.semanticscholar.org/3786/fb7a9796606a3308fe8ea441d338314d7374.pdf>
- Rohman, F. (2016). Analisis Meningkatnya Kejahatan Cyberbullying Dan Hatespeech Menggunakan Berbagai Media Sosial Dan Metode Pencegahannya. *Seminar Nasional Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Komputer*. 383-INF. 388. https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=BbOOIaMAAAAJ&citation_for_view=BbOOIaMAAAAJ:u5HHmVD_uO8C
- Ryan, G. (2018). Introduction To Positivism, Interpretivism And Critical Theory. *Nurse Researcher*. Vol. 25, No. 4. Hal. 41-49. <https://doi.org/10.7748/nr.2018.e1562>
- Safni, L. H., Febriyani, N., Izzatunnisa, Y., & Saragi, M. P. D. (2022). Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok terhadap Konsentrasi dan Prestasi Belajar

- Mahasiswa/I Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, Vol. 4, No. 6, Hal. 4462-4465.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/download/8967/6763>
- Sari, M. (2013). Instrumen Penelitian. *Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan. UIN IB Padang*. https://www.academia.edu/61146162/Instrumen_penelitian
- Schoenfeld, A, H. (1999). Looking Toward the 21st Century: Challenges of Educational Theory and Practice. *Sage Journals*. Vol. 28, No. 7. <https://doi.org/10.3102/0013189X028007004>
- Syamsuudin, W. K. P., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2015). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan*. Vol. 3, No.1. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/6691/6211>
- Willoughby, M. (2019). A Review Of The Risks Associated With Children And Young People's Social Media Use And The Implications For Social Work Practice. *Journal of Social Work Practice*. Vol. 33, No. 2, Hal. 127-140. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02650533.2018.1460587?needAccess=true>
- Wulandari, A. T. Y. (2016). Pengaruh Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Guru Di SMK Negeri 2 Ngawi Tahun 2014. *EQUILIBRIUM: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembelajarannya*. Vol. 4, No. 2. Hal. 144-155. <https://doi.org/10.25273/equilibrium.v4i2.655>
- Wulandari, R., & Netrawati, N. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*. Vol. 5, No. 2. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2117437>
- Zubir, Z., & Yuhafliza, Y. (2019). Pengaruh Media Sosial terhadap Anak Dan Remaja. *Jurnal Pendidikan Almuslim*. Vol. 7, No. 1. <http://jfkkip.umuslim.ac.id/index.php/jupa/article/view/418/286>

Sumber Buku

- Aryani, K. (2024). *Sejenak Menepi Dari Hiruk Pikuk Media Sosial*. Yogyakarta: Klik Media.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=_MWswTMAAAAJ&citation_for_view=_MWswTMAAAAJ:f2IySw72cVMC
- Dakir, (1993). *Dasar-dasar Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dimiyati dan Mudjiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djarwanto. (1991). *Statistik Non Parametrik. Edisi 2*. Yogyakarta: BPFE. 113 pp.
- Komalasari, K. (2011). *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi*. Bandung: Refika Aditama.
- Mark, G. (2023). *Attention Span: A Groundbreaking Way To Restore Balance, Happiness and Productivity*. Canada: Hanover Square Press.
- Moleong, L. J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nurlan, F. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif*. CV. Pilar Nusantara.
https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=OXYqEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Metodologi+penelitian+kuantitatif&ots=-fCLMbpYns&sig=Wibr7sGGOqbwYOgXQCBecet_0ek
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: Sibuku Media.
- Riinawati, R. (2021). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Yogyakarta: Thema Publishing.
<https://perpustakaan.iaiskjmalang.ac.id/wp-content/uploads/2023/11/18.-Pengantar-Evaluasi-Pendidikan-ISI.pdf>
- Roflin, E., & Zulvia, F. E. (2021). *Kupas Tuntas Analisis Korelasi*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management (Penerbit NEM – Anggota IKAPI).
<https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=SAc7EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=menggunakan+uji+korelasi&ots=P1ofHk13bd&sig=82ADyIEE4JyO3Yp9TM6oi02J6ys>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sundayana, H. R. (2018). *Statistika Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabet
- Surakhmad, W. (1998). *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT. Remadja Rosdakarya.
- Susanti, E., & Endayani, H. (2018). *Konsep Dasar IPS*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Tim Pusat Humas Kementerian Perdagangan RI. (2014). *Panduan Optimalisasi Media Sosial Untuk Kementerian Perdagangan RI*. Jakarta: Pusat Hubungan Masyarakat.
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Lumajang: Klik Media. <https://core.ac.uk/download/pdf/386635802.pdf>
- Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: KENCANA.
- Zulhawati, I. R. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. https://eprints.uty.ac.id/12665/1/Buku_Metode%20Penelitian%20Kuantitatif%20Kualitatif%20dan%20Campuran_Bu%20Ifah.pdf

Sumber Skripsi/Tesis

- Aryani, D. (2021). *Strategi Pengembangan Ekowisata Berkelanjutan Di Situ Bagendit Kabupaten Garut*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. http://repository.upi.edu/65423/4/S_BIO_1700778_Chapter3.pdf
- Astuty, H. (2024). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial)*. (Skripsi). Institut Pendidikan Indonesia, Garut.
- Bagas, M. A. D. (2021). *Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Perilaku Kenakalan Siswa SMAN 3 Tualang*. (Skripsi). Universitas Islam Riau, Pekanbaru. <https://repository.uir.ac.id/16245/>
- Handikasari, R. H. (2017). *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Depresi Mahasiswa Kedokteran (Studi Pada Mahasiswa Kedokteran Tingkat Akhir Yang Menggunakan Kurikulum Modul Terintegrasi)*. (Karya Tulis Ilmiah). Universitas Diponegoro, Semarang. <http://eprints.undip.ac.id/62419/>

- Indah, R. N. (2017). *Desain Penelitian Korelasional Kebahasaan*. MK Quantitative Research Methodology (Semester 5). Sastra Inggris. Fakultas Humaniora. UIN Maliki Malang. <https://api.core.ac.uk/oai/oai:repository.uin-malang.ac.id:2126>
- Kilamanca, D. F. (2010). *Hubungan Antara Kebutuhan Afiliasi Dan Keterbukaan Diri Dengan Intensitas Mengakses Situs Jejaring Sosial Pada Remaja*. (Skripsi). Universitas Sebelas Maret, Surakarta. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/18739>
- Laila, Y. N. (2014). *Korelasi Antara Kebutuhan Afilasi dan Keterbukaan Diri dengan Intensitas Menggunakan Jejaring Sosial pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Yogyakarta*. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/13661>
- Maulana, A. L. (2022). *Pengaruh Beban Kerja Dan Pengembangan Karir Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Pt. Sarana Utama Adimandiri (SUA) Divisi Engineering*. (Skripsi). Universitas Negeri Jakarta, Jakarta. <http://repository.fe.unj.ac.id/10312/>
- Permata, S. D. (2024). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Minta Belajar Peserta Didik Pada Mata Pelajaran IPS (Studi Korelasi Pada Kelas VII Di SMP Negeri 1 Tarogong Kidul Garut)*. (Skripsi). Institut Pendidikan Indonesia, Garut.
- Putri, A. F. (2022). *Korelasi Prestasi Akademik Dan Prestasi Olahraga Pada Student-Athlete Di Universitas Pendidikan Indonesia*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. http://repository.upi.edu/84728/11/S_JKR_1703173_Chapter3.pdf
- Putri, C. P. R. (2012). *Analisis Faktor Pengaruh Promosi Berbasis Sosial Media Terhadap Keputusan Pembelian Pelanggan Dalam Bidang Kuliner (Studi Kasus : Pt. Xyz)*. (Skripsi). Universitas Bina Nusantara. http://library.binus.ac.id/Collections/ethesis_detail.aspx?ethesisid=2012-1-00408-MN
- Rahmawati, T. (2024). *Pengaruh E-Commerce Shopee Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Pendidikan IPS IPI Garut*. (Skripsi). Institut Pendidikan Indonesia, Garut.

- Sabekti, R. (2019). *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) Dengan Kecenderungan Narsisme Dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir*. (Skripsi). Universitas Airlangga, Surabaya. <https://repository.unair.ac.id/84034/4/FKP.N.%2041-19%20Sab%20h.pdf>
- Sari, M, P. (2024). *Pengembangan Media Pembelajaran Pop Up Book Berbantuan Aplikasi Pinterest Pada Mata Pelajaran IPAS Siswa Kelas IV SD Negeri 14 Bengkulu Selatan*. (Skripsi). UIN Fatmawari Sukarno, Bengkulu. <http://repository.uinfabengkulu.ac.id/2839/>
- Sukmadinda, R. A. (2022). *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur Pada Siswa Kelas X MIPA Di SMAN 4 Madiun*. STIKES Bhakti Husada Mulia, Madiun. <https://repository.stikes-bhm.ac.id/1686/>
- Syahrudin. (2015). *Transformasi Nilai-Nilai Kejuangan Masyarakat Banjar Pada Periode Revolusi Fisik (1945-1950) Di Kalimantan Selatan (Studi Etnopedagogi Dalam Pengembangan Kurikulum Pendidikan IPS)*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia. http://repository.upi.edu/19217/4/D_IPS_1103466_Chapter1.pdf
- Wardhana, A. W. (2022). *Identifikasi Penyebab Kecanduan Dalam Penggunaan Media Sosial*. (Skripsi). Universitas Atma Jaya Yogyakarta, Yogyakarta. <https://e-journal.uajy.ac.id/27422/>
- Zhulfakar. (2024). *Eksplorasi Proses Attention Span Generasi Z Di Era Tiktok*. (Skripsi). Universitas Pelita Harapan, Tangerang. <http://repository.uph.edu/61392/>

Sumber Internet/Website

- Annur, C. M. (2024). *Indonesia Masuk Top 10 Negara Paling Betah Medsos Utama*. Diakses pada 5 September 2024. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/02/16/indonesia-masuk-top-10-negara-paling-betah-main-medsos>
- Aurelia, J. (2019). *Benarkah Durasi Fokus Manusia Kini Lebih Pendek Dari Ikan Mas Koki?*. Diakses pada 5 September 2024. <https://tirto.id/benarkah-durasi-fokus-manusia-kini-lebih-pendek-dari-ikan-mas-koki-de4J>

- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Media Sosial*. Tersedia dalam KBBI Daring. Diakses pada 5 September 2024.
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/media%20sosial>
- Cecchetto, M. (2024). *The Impact of Short Attention Spans on Communication and Relationships*. Diakses pada 12 Februari 2025.
<https://medium.com/@matteocecchetto/the-impact-of-short-attention-spans-on-communication-and-relationships-5cd79696aef>
- Fitriani, A. N. (2024). *5 Hal Yang Membuat Attention Span Makin Turun, Bikin Gak Fokus!*. Diakses pada 9 September 2024.
<https://www.idntimes.com/life/inspiration/annisa-nur-fitriani-1/hal-yang-membuat-attention-span-makin-turun-clc2?page=all>
- Gil, P. (2023). *What Is X (Formerly Twitter)?*. Diakses pada 25 Oktober 2024.
<https://www.lifewire.com/what-exactly-is-twitter-2483331>
- Hollander, A. (2023). *Average Human Attention Span By Age: 60 Statistics*. Diakses pada 5 September 2024. <https://www.bridgcareaba.com/blog/average-human-attention-span>
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Intensitas*. Tersedia dalam KBBI Daring. Diakses pada 5 September 2024.
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/intensitas>
- Kholisa, N. (2023). *Waspada Penurunan Attention Span, Ketahui Penyebab dan Dampaknya Disini*. Diakses pada 9 September 2024.
<https://www.kompasiana.com/nida01969/64e1bec118333e699818eb54/waspada-penurunan-attention-span-ketahui-penyebab-dan-dampaknya?page=all>
- Kominfo. (2018). *Kecanduan Gawai Ancam Anak-Anak. Tersedia dalam Kementerian Komunikasi dan Informatika*. Diakses pada 11 September 2024.
https://kominfo.go.id/content/detail/13547/kecanduan-gawal-ancam-anak-anak/0/sorotan_media
- Metivier, A. (2024). *Focused Attention: 5 Fun Ways To Experience It And Boost Your Memory*. Diakses pada 8 September 2024.
<https://www.magneticmemorymethod.com/focused-attention/>

- Oaten, J. (2024). *Combating The Attention Span Crisis In Our Students*. Diakses pada 12 Februari 2025. <https://santamaria.wa.edu.au/decreasing-attention-spans-jennifer-oaten/>
- Putranto, M. A. (2024). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Rentang Perhatian Generasi Muda Masa Kini*. Diakses pada 9 September 2024. https://www.kompasiana.com/afrialdi5292/66501036c925c42fd45ce712/pen-garuh-media-sosial-terhadap-rentang-perhatian-generasi-masa-kini?page=2&page_images=1
- Raharjo, S. (2014). *Cara Mengatasi Soal Angket Yang Tidak Valid*. Diakses pada 10 Januari 2025. <https://www.konsistensi.com/2014/03/mengatasi-angkettidak-valid.html?commentPage=1>
- Raharjo, S. (2017). *Tutorial Analisis Korelasi Rank Spearman dengan SPSS*. Diakses pada 20 Januari 2025. <https://www.spssindonesia.com/2017/04/analisis-korelasi-rank-spearman.html>
- Rainer, P. (2023). *Sensus BPS: Saat Ini Indonesia Didominasi Oleh Gen Z*. Diakses pada 26 November 2024. <https://data.goodstats.id/statistic/sensus-bps-saat-ini-indonesia-didominasi-oleh-gen-z-n9kqv>
- Riyanto, A. D. (2024). *Hootsuite (We are Social): Data Digital Indonesia 2024*. Diakses pada 5 September 2024. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-data-digital-indonesia-2024/>
- Surya, Y. (2024). *Penyebab Remaja Memiliki Short Attention Span?*. Diakses pada 9 September 2024. <https://kumparan.com/kingu/penyebab-remaja-memiliki-short-attention-span-21vsy8ilPiM>
- We Are Social. (2024). *Special Report Digital 2024 Your Ultimate Guide To The Evolving Digital World*. Diakses pada 5 September 2024. <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024/>
- Zauderer, S. (2023). *Average Human Attention Span By Age: 47 Statistics*. Diakses pada 5 September 2024. <https://www.crossrivertherapy.com/average-human-attention-span>

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

Lampiran 1. 1 Kisi-Kisi Instrumen

Konsep	Variabel	Indikator	Instrumen
Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan penggunaanya untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan membangun komunitas <i>online</i> .	(X)	1. Durasi (Pernyataan No. 1, 2, 3, 4, 5, 6)	1. Saya membuka media sosial lebih dari 10 kali dalam sehari. 2. Saya menggunakan media sosial lebih dari 7 jam per hari. 3. Setiap kali menggunakan media sosial, saya menghabiskan lebih dari 30 menit. 4. Saya sering membuka media sosial di waktu luang. 5. Saya menggunakan media sosial sebelum tidur hampir setiap hari. 6. Saya memulai hari saya dengan membuka media sosial.
		2. Frekuensi: a. Perhatian (Pernyataan No. 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15)	7. Saya sering memberikan tanda suka (like) pada konten di media sosial. 8. Saya rutin meninggalkan komentar pada postingan teman atau akun tertentu. 9. Saya sering membagikan ulang konten yang saya sukai di media sosial. 10. Saya secara teratur membuat konten (foto, video, atau status) di media sosial. 11. Saya menggunakan media sosial untuk mengikuti tren terbaru. 12. Saya sering menggunakan media sosial untuk menonton video pendek atau reels. 13. Saya aktif di lebih dari dua platform media sosial setiap hari.

			<p>14. Saya sering beralih antar platform media sosial selama menggunakannya.</p> <p>15. Saya merasa setiap platform media sosial memiliki tujuan yang berbeda untuk saya.</p>
		<p>b. Penghayatan (Pernyataan No. 16, 17, 18, 19, 20, 21)</p>	<p>16. Saya merasa gelisah jika tidak membuka media sosial dalam satu hari.</p> <p>17. Saya merasa ketinggalan informasi jika tidak menggunakan media sosial.</p> <p>18. Media sosial adalah bagian penting dari kehidupan saya sehari-hari.</p> <p>19. Saya merasa lebih percaya diri ketika konten yang saya unggah mendapat banyak interaksi.</p> <p>20. Saya merasa terhibur ketika membuka media sosial.</p> <p>21. Saya merasa stres jika media sosial saya tidak berfungsi (misalnya, karena masalah internet).</p>
		<p>c. Durasi (Pernyataan No. 22, 23, 24, 25, 26)</p>	<p>22. Penggunaan media sosial memengaruhi produktivitas saya dalam bekerja atau belajar.</p> <p>23. Media sosial sering mengalihkan perhatian saya dari tugas-tugas penting.</p> <p>24. Saya sering tidur larut malam karena menggunakan media sosial.</p> <p>25. Media sosial memengaruhi suasana hati saya (contoh: bahagia, cemas, iri, atau kecewa).</p>

			26. Saya merasa media sosial memengaruhi cara saya melihat diri sendiri dan orang lain.
		d. Frekuensi (Pernyataan No. 27, 28, 29, 30)	27. Saya menggunakan media sosial untuk mencari informasi atau berita terkini. 28. Saya menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman. 29. Saya menggunakan media sosial untuk hiburan, seperti menonton video atau mendengarkan musik. 30. Saya menggunakan media sosial untuk tujuan profesional atau memperluas jaringan kerja.
<i>Attention span</i> mengacu pada kemampuan seseorang untuk memperhatikan stimulus atau objek selama periode waktu tertentu. Kemampuan ini juga dikenal sebagai perhatian berkelanjutan atau kewaspadaan (Levin & Bernier, 2019).	(Y)	1. Fragmentasi Perhatian: a. Multitasking (Pernyataan No. 1, 2, 3, 4)	1. Saya merasa perlu melakukan hal lain di tengah-tengah pengerjaan tugas. 2. Saya kehilangan fokus ketika mengerjakan beberapa tugas sekaligus. 3. Saya kehilangan fokus saat mendengarkan seseorang berbicara jika terlalu panjang. 4. Saya sering lupa bagian awal dari percakapan yang panjang.
		b. Notifikasi (Pernyataan No. 5, 6, 7, 8, 9)	5. Saya mudah teralihkan oleh notifikasi di ponsel 6. Saya sering tergoda untuk memeriksa media sosial ketika sedang bekerja atau belajar. 7. Suara atau percakapan di sekitar saya membuat saya sulit berkonsentrasi. 8. Saya tidak dapat fokus

			<p>ketika ada banyak gangguan di sekitar saya.</p> <p>9. Saya sering memeriksa ponsel saya meskipun tidak ada notifikasi.</p>
		<p>c. Berpindah Antar Tugas (Pernyataan No. 10, 11, 12, 13, 14)</p>	<p>10. Saya dapat tetap fokus pada satu tugas tanpa terganggu selama lebih dari 30 menit.</p> <p>11. Saya sering kehilangan konsentrasi saat mengerjakan tugas yang panjang.</p> <p>12. Saya merasa sulit untuk kembali fokus setelah terganggu.</p> <p>13. Saya sering merasa bosan saat mengerjakan tugas yang membutuhkan waktu lama.</p> <p>14. Saya cenderung meninggalkan tugas ketika ada sesuatu yang lebih menarik perhatian saya.</p>
		<p>2. Pengaruh Media Sosial: a. <i>Scrolling</i> (Pernyataan No. 15, 16, 17, 18, 19)</p>	<p>15. Saya sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca seperti konten media sosial.</p> <p>16. Saat menggunakan media sosial, saya sering berpindah dari satu platform ke platform lain tanpa tujuan yang jelas.</p> <p>17. Saya sering <i>scrolling</i> layar lebih lama dari yang saya rencanakan.</p> <p>18. Saya merasa kesulitan untuk fokus pada satu tugas setelah <i>scrolling</i> media sosial dalam waktu lama.</p> <p>19. Saya merasa cemas jika tidak memeriksa media sosial selama beberapa waktu.</p>

		<p>b. <i>FoMO</i> (Pernyataan No. 20, 21, 22, 23, 24)</p>	<p>20. Saya merasa cemas jika tidak memeriksa media sosial selama beberapa waktu.</p> <p>21. Saya sering memeriksa notifikasi meskipun sedang mengerjakan tugas atau ketika sedang belajar.</p> <p>22. Saya merasa tidak nyaman jika tidak dapat segera menanggapi pesan atau informasi di media sosial.</p> <p>23. Saya merasa perlu mengetahui apa yang sedang dilakukan oleh orang lain melalui media sosial.</p> <p>24. Saya lebih mudah fokus saat bekerja tanpa menggunakan perangkat digital.</p>
		<p>3. Lingkungan Kerja Digital: a. Perangkat Ganda (Pernyataan No. 25, 26, 27)</p>	<p>25. Saya merasa media sosial mengganggu fokus perhatian saya daripada membantu saya dalam mengerjakan tugas.</p> <p>26. Saya sering berpindah-pindah antara aplikasi atau tab saat menggunakan perangkat digital.</p> <p>27. Saya merasa teknologi modern (misalnya, ponsel atau komputer) mengurangi kemampuan saya untuk fokus. Saya merasa sulit memahami materi yang disampaikan dalam pertemuan <i>online</i> karena perhatian saya mudah dialihkan.</p>
		<p>b. Pertemuan <i>Online</i></p>	<p>28. Saya sering merasa bosan atau lelah selama pertemuan <i>online</i>,</p>

		(Pernyataan No. 28, 29, 30)	sehingga sulit untuk tetap memperhatikan. 29. Saya lebih menyukai pertemuan secara langsung dibanding dengan pertemuan secara <i>online</i> . 30. Saya lebih fokus ketika bertemu secara langsung dibandingkan dengan pertemuan secara <i>online</i> .
--	--	-----------------------------	--

Lampiran 1.2 Angket Uji Coba Instrumen Penelitian

KUESIONER PENELITIAN "HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP *ATTENTION SPAN* BELAJAR MAHASISWA PIPS IPI GARUT"

Responden yang terhormat,

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Salam sejahtera bagi kita semua,

Perkenalkan nama saya Dede Suprianto Mahasiswa Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Angkatan 2021 Institut Pendidikan Indonesia Garut. Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir di Institut Pendidikan Indonesia, dengan itu saya akan melaksanakan penelitian mengenai "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut".

Sehubungan dengan itu, dimohon kesediaan akang dan teteh untuk dapat mengisi kuesioner ini dengan sejujur-jujurnya yang dirasakan oleh responden. Atas partisipasi dan kesediaannya dalam mengisi kuesioner ini saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
Dede Suprianto

Nama Samaran :
Program Studi :
Jenis Kelamin :
Angkatan :

Sosial media yang sering digunakan :

- a. *WhatsApp*
- b. *Facebook*
- c. *TikTok*
- d. *Instagram*
- e. *Youtube*

- f. *Telegram*
- g. *X (Twitter)*
- h. *Pinterest*
- i. Media sosial lainnya

Durasi penggunaan media sosial dalam sehari :

- a. Menggunakan media sosial ≥ 7 jam dalam sehari.
- b. Menggunakan media sosial 5-6 jam dalam sehari.
- c. Menggunakan media sosial 3-4 jam dalam sehari.
- d. Menggunakan media sosial 1-2 jam dalam sehari.
- e. Menggunakan media sosial < 1 jam dalam sehari.

A. KUESIONER INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Intensitas penggunaan media sosial adalah tingkat ke seringan dan durasi waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial.

Petunjuk Pengisian:

- Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah.
- Isilah dengan jujur sesuai kepribadian atau keadaan responden.
- Keterangan pengisian, pilih salah satu diantara:
 - 1 : Sangat Tidak Setuju (STS)
 - 2 : Tidak Setuju (TS)
 - 3 : Setuju (S)
 - 4 : Sangat Setuju (SS)
- Selamat mengerjakan.

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya membuka media sosial lebih dari 10 kali dalam sehari.				
2.	Saya menggunakan media sosial lebih dari 7 jam per hari.				
3.	Setiap kali menggunakan media sosial, saya menghabiskan lebih dari 30 menit.				
4.	Saya sering membuka media sosial di waktu luang.				
5.	Saya menggunakan media sosial sebelum tidur hampir setiap hari.				
6.	Saya memulai hari saya dengan membuka media sosial.				
7.	Saya sering memberikan tanda suka (<i>like</i>) pada konten di media sosial.				
8.	Saya rutin meninggalkan komentar pada <i>postingan</i> teman atau akun tertentu.				
9.	Saya sering membagikan ulang konten yang saya sukai di media sosial.				
10.	Saya secara teratur membuat konten (foto, video, atau status) di media sosial.				
11.	Saya menggunakan media sosial untuk mengikuti tren terbaru.				

12.	Saya sering menggunakan media sosial untuk menonton video pendek atau <i>reels</i> .				
13.	Saya aktif di lebih dari dua platform media sosial setiap hari.				
14.	Saya sering beralih antar platform media sosial selama menggunakannya.				
15.	Saya merasa setiap platform media sosial memiliki tujuan yang berbeda untuk saya.				
16.	Saya merasa gelisah jika tidak membuka media sosial dalam satu hari.				
17.	Saya merasa ketinggalan informasi jika tidak menggunakan media sosial.				
18.	Media sosial adalah bagian penting dari kehidupan saya sehari-hari.				
19.	Saya merasa lebih percaya diri ketika konten yang saya unggah mendapat banyak interaksi.				
20.	Saya merasa terhibur ketika membuka media sosial.				
21.	Saya merasa stres jika media sosial saya tidak berfungsi (misalnya, karena masalah internet).				
22.	Penggunaan media sosial memengaruhi produktivitas saya dalam bekerja atau belajar.				
23.	Media sosial sering mengalihkan perhatian saya dari tugas-tugas penting.				
24.	Saya sering tidur larut malam karena menggunakan media sosial.				
25.	Media sosial memengaruhi suasana hati saya (contoh: bahagia, cemas, iri, atau kecewa).				
26.	Saya merasa media sosial memengaruhi cara saya melihat diri sendiri dan orang lain.				
27.	Saya menggunakan media sosial untuk mencari informasi atau berita terkini.				
28.	Saya menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman.				
29.	Saya menggunakan media sosial untuk hiburan, seperti menonton video atau mendengarkan musik.				
30.	Saya menggunakan media sosial untuk tujuan profesional atau memperluas jaringan kerja.				

B. KUESIONER *ATTENTION SPAN*

Attention span atau rentang perhatian adalah jumlah waktu yang dapat dihabiskan seseorang untuk berkonsentrasi pada suatu tugas tanpa terganggu oleh hal lain.

Petunjuk Pengisian:

- Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah.
- Isilah dengan jujur sesuai kepribadian atau keadaan responden.
- Keterangan pengisian, pilih salah satu diantara:

1 : Sangat Tidak Setuju (STS)

2 : Tidak Setuju (TS)

3 : Setuju (S)

4 : Sangat Setuju (SS)

- Selamat mengerjakan.

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa perlu melakukan hal lain di tengah-tengah pengerjaan tugas.				
2.	Saya kehilangan fokus ketika mengerjakan beberapa tugas sekaligus.				
3.	Saya kehilangan fokus saat mendengarkan seseorang berbicara jika terlalu panjang.				
4.	Saya sering lupa bagian awal dari percakapan yang panjang.				
5.	Saya mudah teralihkan oleh notifikasi di ponsel				
6.	Saya sering tergoda untuk memeriksa media sosial ketika sedang bekerja atau belajar.				
7.	Suara atau percakapan di sekitar saya membuat saya sulit berkonsentrasi.				
8.	Saya tidak dapat fokus ketika ada banyak gangguan di sekitar saya.				
9.	Saya sering memeriksa ponsel saya meskipun tidak ada notifikasi.				
10.	Saya dapat tetap fokus pada satu tugas tanpa terganggu selama lebih dari 30 menit.				
11.	Saya sering kehilangan konsentrasi saat mengerjakan tugas yang panjang.				
12.	Saya merasa sulit untuk kembali fokus setelah terganggu.				
13.	Saya sering merasa bosan saat mengerjakan tugas yang membutuhkan waktu lama.				
14.	Saya cenderung meninggalkan tugas ketika ada sesuatu yang lebih menarik perhatian saya.				
15.	Saya sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca seperti konten media sosial.				
16.	Saat menggunakan media sosial, saya sering berpindah dari satu platform ke platform lain tanpa tujuan yang jelas.				
17.	Saya sering <i>scrolling</i> layar lebih lama dari yang saya rencanakan.				
18.	Saya merasa kesulitan untuk fokus pada satu tugas setelah <i>scrolling</i> media sosial dalam waktu lama.				
19.	Saya merasa cemas jika tidak memeriksa media sosial selama beberapa waktu.				

20.	Saya sering memeriksa notifikasi meskipun sedang mengerjakan tugas atau ketika sedang belajar.				
21.	Saya merasa tidak nyaman jika tidak dapat segera menanggapi pesan atau informasi di media sosial.				
22.	Saya merasa perlu mengetahui apa yang sedang dilakukan oleh orang lain melalui media sosial.				
23.	Saya lebih mudah fokus saat bekerja tanpa menggunakan perangkat digital.				
24.	Saya merasa media sosial mengganggu fokus perhatian saya daripada membantu saya dalam mengerjakan tugas.				
25.	Saya sering berpindah-pindah antara aplikasi atau tab saat menggunakan perangkat digital.				
26.	Saya merasa teknologi modern (misalnya, ponsel atau komputer) mengurangi kemampuan saya untuk fokus.				
27.	Saya merasa sulit memahami materi yang disampaikan dalam pertemuan <i>online</i> karena perhatian saya mudah dialihkan.				
28.	Saya sering merasa bosan atau lelah selama pertemuan <i>online</i> , sehingga sulit untuk tetap memperhatikan.				
29.	Saya lebih menyukai pertemuan secara langsung dibanding dengan pertemuan secara <i>online</i> .				
30.	Saya lebih fokus ketika bertemu secara langsung dibandingkan dengan pertemuan secara <i>online</i> .				

Lampiran 1. 3 Hasil Uji Validitas Variabel X

AF42		UJI VALIDITAS VARIABEL X																															
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	
1	Responden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	Jumlah	
2	SD	2	3	4	2	3	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	104
3	MAH	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	109
4	SK	2	3	3	3	2	2	4	1	3	1	1	2	3	3	4	2	1	2	1	4	3	3	2	1	4	2	4	4	4	4	4	78
5	SP	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	74
6	NNS	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	71	
7	KH	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	4	1	3	3	2	3	1	4	3	1	3	3	3	4	3	3	83	
8	IR	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	104	
9	YGR	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91	
10	AH	4	1	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	2	58	
11	SN	4	4	2	2	4	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	
12	AR	4	3	2	3	2	2	3	1	1	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	2	69	
13	AJ	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76	
14	R	4	3	2	4	4	4	3	2	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	103	
15	SNL	2	2	3	4	4	2	2	2	1	2	1	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	3	81	
16	NL	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	4	4	4	2	2	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	4	4	4	98	
17	SA	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	89	
18	AKN	3	4	4	4	4	4	3	1	1	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	104	
19	RSM	4	1	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	108	
20	DR	2	2	3	2	3	4	2	2	3	4	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	4	2	2	2	2	2	2	4	4	2	75	
21	WNA	2	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	2	3	2	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	99	
22	NAR	4	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	89
23	AN	4	3	4	4	4	4	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	79	
24	ANF	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	4	4	4	3	3	2	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	103	
25	WN	2	1	3	4	2	2	1	1	3	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1	3	2	2	3	1	2	2	2	4	3	2	61	
26	RF	4	4	4	4	4	3	2	1	2	2	1	4	4	4	4	2	2	3	1	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	4	91	
27	ASR	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	2	4	1	2	3	3	4	3	2	3	2	4	4	4	1	3	3	2	3	1	89	
28	RM	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	81	
29	FN	3	2	4	4	3	1	1	4	1	3	1	3	3	4	4	1	1	2	1	4	1	3	3	2	3	3	3	4	4	4	80	
30	NN	2	3	4	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	95	
31	AN	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	2	2	3	3	3	3	77	
32	SM	3	2	2	4	4	3	2	1	2	2	2	4	3	3	3	2	1	2	1	4	3	3	3	4	2	2	4	4	4	4	83	
33	SO	2	2	3	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	4	3	3	4	4	4	3	93	
34	LW	3	4	4	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	84		
35	HH	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	106	
36	VN	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	1	1	2	3	3	1	2	2	1	3	3	3	4	3	3	74	
37	Total	110	98	114	120	116	111	96	71	90	88	75	108	100	104	113	86	88	95	86	115	88	104	99	89	103	96	114	125	118	110	3030	
38	rhitung	0,243	0,370	0,551	0,455	0,699	0,616	0,406	0,258	0,259	0,516	0,572	0,678	0,605	0,659	0,756	0,730	0,599	0,695	0,621	0,549	0,546	0,759	0,538	0,533	0,506	0,728	0,582	0,319	0,616	0,489		
39	rtabel	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325		
40	V/I	Invalid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Invalid	Invalid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Invalid	Valid	Valid		

Lampiran 1. 5 Hasil Uji Validitas Variabel Y

AF42		UJI VALIDITAS VARIABEL Y																															
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	
1	Responden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	Jumlah	
2	SD	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	110	
3	MAH	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	110	
4	SK	2	3	4	4	2	3	4	4	3	2	4	2	4	2	2	1	4	2	3	2	1	1	2	2	2	3	4	4	4	4	84	
5	SP	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	85	
6	NNS	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	55	
7	KH	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	1	2	3	3	2	3	4	4	80	
8	IR	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4	4	90	
9	YGR	4	2	2	2	2	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86	
10	AH	2	2	2	2	2	1	2	4	1	4	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	4	3	1	2	1	1	4	4	63	
11	SN	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	66
12	AR	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	4	4	68	
13	AJ	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	68	
14	R	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	4	2	59	
15	SNL	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	70	
16	NL	2	1	2	2	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	4	4	70	
17	SA	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
18	AKN	3	4	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	4	4	4	95	
19	RSM	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	2	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	102	
20	DR	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64
21	WNA	2	2	4	2	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	99
22	NAR	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	91
23	AN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60
24	ANF	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	4	102
25	WN	2	2	2	2	2	3	4	4	3	3	2	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	4	80	
26	RF	3	2	2	2	3	3	4	4	2	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3	3	2	2	1	3	2	4	4	4	4	88	
27	ASR	2	3	3	1	1	2	4	4	2	3	3	4	2	2	1	1	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	2	2	3	4	77	
28	RM	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89	
29	FN	3	4	4	4	1	3	4	4	1	4	3	4	3	1	3	3	4	3	1	2	1	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	92
30	NN	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	4	4	89	
31	AN	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	83	
32	SM	2	2	2	1	2	2	3	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	70	
33	SO	3	2	3	3	4	3	2	2	4	2	1	2	2	1	3	4	4	3	3	3	4	3	2	2	3	2	4	4	4	4	86	
34	LW	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	76	
35	HH	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	1	4	2	1	3	4	4	4	102	
36	VN	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86	
37	Total	96	91	95	88	91	96	104	112	100	100	92	99	99	84	93	90	105	93	86	94	83	76	93	92	96	92	107	105	118	121	2891	
38	rhitung	0,45169	0,52257	0,68643	0,73082	0,52564	0,86084	0,64159	0,65402	0,4691	0,48574	0,64518	0,66968	0,65165	0,51281	0,77598	0,57747	0,4956	0,68477	0,62088	0,72868	0,54919	0,22147	0,53875	0,47747	0,65233	0,72649	0,775	0,7478	0,30798	0,55407		
39	rtabel	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325	0,325		
40	V/I	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Invalid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Invalid	Valid		

Lampiran 1. 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,735	27

Lampiran 1. 8 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,746	29

LAMPIRAN 2

Lampiran 2. 1 Angket Penelitian

KUESIONER PENELITIAN "HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP *ATTENTION SPAN* BELAJAR MAHASISWA PIPS IPI GARUT"

Responden yang terhormat,

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Salam sejahtera bagi kita semua,

Perkenalkan nama saya Dede Suprianto Mahasiswa Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Angkatan 2021 Institut Pendidikan Indonesia Garut. Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir di Institut Pendidikan Indonesia, dengan itu saya akan melaksanakan penelitian mengenai "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Attention Span* Belajar Mahasiswa PIPS IPI Garut".

Sehubungan dengan itu, dimohon kesediaan akang dan teteh untuk dapat mengisi kuesioner ini dengan sejujur-jujurnya yang dirasakan oleh responden. Atas partisipasi dan kesediaannya dalam mengisi kuesioner ini saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
Dede Suprianto

Nama Samaran :

Program Studi :

Jenis Kelamin :

Angkatan :

Sosial media yang sering digunakan :

j. *WhatsApp*

k. *Facebook*

l. *TikTok*

m. *Instagram*

n. *Youtube*

o. *Telegram*

p. *X (Twitter)*

q. *Pinterest*

r. Media sosial lainnya

Durasi penggunaan media sosial dalam sehari :

f. Menggunakan media sosial ≥ 7 jam dalam sehari.

g. Menggunakan media sosial 5-6 jam dalam sehari.

h. Menggunakan media sosial 3-4 jam dalam sehari.

i. Menggunakan media sosial 1-2 jam dalam sehari.

j. Menggunakan media sosial < 1 jam dalam sehari.

A. KUESIONER INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL

Intensitas penggunaan media sosial adalah tingkat ke seringan dan durasi waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial.

Petunjuk Pengisian:

- Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah.
- Isilah dengan jujur sesuai kepribadian atau keadaan responden.
- Keterangan pengisian, pilih salah satu diantara:
 - 1 : Sangat Tidak Setuju (STS)
 - 2 : Tidak Setuju (TS)
 - 3 : Setuju (S)
 - 4 : Sangat Setuju (SS)
- Selamat mengerjakan.

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya menggunakan media sosial lebih dari 7 jam per hari.				
2.	Setiap kali menggunakan media sosial, saya menghabiskan lebih dari 30 menit.				
3.	Saya sering membuka media sosial di waktu luang.				
4.	Saya menggunakan media sosial sebelum tidur hampir setiap hari.				
5.	Saya memulai hari saya dengan membuka media sosial.				
6.	Saya sering memberikan tanda suka (<i>like</i>) pada konten di media sosial.				
7.	Saya secara teratur membuat konten (foto, video, atau status) di media sosial.				
8.	Saya menggunakan media sosial untuk mengikuti tren terbaru.				
9.	Saya sering menggunakan media sosial untuk menonton video pendek atau <i>reels</i> .				
10.	Saya aktif di lebih dari dua platform media sosial setiap hari.				
11.	Saya sering beralih antar platform media sosial selama menggunakannya.				
12.	Saya merasa setiap platform media sosial memiliki tujuan yang berbeda untuk saya.				
13.	Saya merasa gelisah jika tidak membuka media sosial dalam satu hari.				
14.	Saya merasa ketinggalan informasi jika tidak menggunakan media sosial.				
15.	Media sosial adalah bagian penting dari kehidupan saya sehari-hari.				
16.	Saya merasa lebih percaya diri ketika konten yang saya unggah mendapat banyak interaksi.				

17.	Saya merasa terhibur ketika membuka media sosial.				
18.	Saya merasa stres jika media sosial saya tidak berfungsi (misalnya, karena masalah internet).				
19.	Penggunaan media sosial memengaruhi produktivitas saya dalam bekerja atau belajar.				
20.	Media sosial sering mengalihkan perhatian saya dari tugas-tugas penting.				
21.	Saya sering tidur larut malam karena menggunakan media sosial.				
22.	Media sosial memengaruhi suasana hati saya (contoh: bahagia, cemas, iri, atau kecewa).				
23.	Saya merasa media sosial memengaruhi cara saya melihat diri sendiri dan orang lain.				
24.	Saya menggunakan media sosial untuk mencari informasi atau berita terkini.				
25.	Saya menggunakan media sosial untuk hiburan, seperti menonton video atau mendengarkan musik.				
26.	Saya menggunakan media sosial untuk tujuan profesional atau memperluas jaringan kerja.				

B. KUESIONER *ATTENTION SPAN*

Attention span atau rentang perhatian adalah jumlah waktu yang dapat dihabiskan seseorang untuk berkonsentrasi pada suatu tugas tanpa terganggu oleh hal lain.

Petunjuk Pengisian:

- Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah.
- Isilah dengan jujur sesuai kepribadian atau keadaan responden.
- Keterangan pengisian, pilih salah satu diantara:
 - 1 : Sangat Tidak Setuju (STS)
 - 2 : Tidak Setuju (TS)
 - 3 : Setuju (S)
 - 4 : Sangat Setuju (SS)
- Selamat mengerjakan.

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa perlu melakukan hal lain di tengah-tengah pengerjaan tugas.				
2.	Saya kehilangan fokus ketika mengerjakan beberapa tugas sekaligus.				
3.	Saya kehilangan fokus saat mendengarkan seseorang berbicara jika terlalu panjang.				
4.	Saya sering lupa bagian awal dari percakapan yang panjang.				
5.	Saya mudah teralih oleh notifikasi di ponsel				
6.	Saya sering tergoda untuk memeriksa media sosial ketika sedang bekerja atau belajar.				

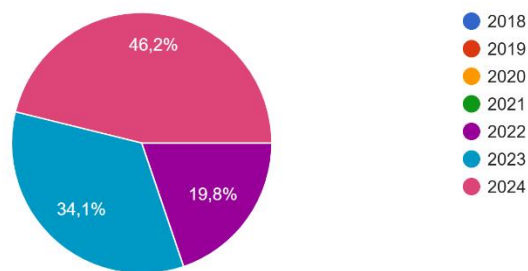
7.	Suara atau percakapan di sekitar saya membuat saya sulit berkonsentrasi.				
8.	Saya tidak dapat fokus ketika ada banyak gangguan di sekitar saya.				
9.	Saya sering memeriksa ponsel saya meskipun tidak ada notifikasi.				
10.	Saya dapat tetap fokus pada satu tugas tanpa terganggu selama lebih dari 30 menit.				
11.	Saya sering kehilangan konsentrasi saat mengerjakan tugas yang panjang.				
12.	Saya merasa sulit untuk kembali fokus setelah terganggu.				
13.	Saya sering merasa bosan saat mengerjakan tugas yang membutuhkan waktu lama.				
14.	Saya cenderung meninggalkan tugas ketika ada sesuatu yang lebih menarik perhatian saya.				
15.	Saya sering terganggu oleh pikiran lain saat membaca seperti konten media sosial.				
16.	Saat menggunakan media sosial, saya sering berpindah dari satu platform ke platform lain tanpa tujuan yang jelas.				
17.	Saya sering <i>scrolling</i> layar lebih lama dari yang saya rencanakan.				
18.	Saya merasa kesulitan untuk fokus pada satu tugas setelah <i>scrolling</i> media sosial dalam waktu lama.				
19.	Saya merasa cemas jika tidak memeriksa media sosial selama beberapa waktu.				
20.	Saya sering memeriksa notifikasi meskipun sedang mengerjakan tugas atau ketika sedang belajar.				
21.	Saya merasa tidak nyaman jika tidak dapat segera menanggapi pesan atau informasi di media sosial.				
22.	Saya lebih mudah fokus saat bekerja tanpa menggunakan perangkat digital.				
23.	Saya merasa media sosial mengganggu fokus perhatian saya daripada membantu saya dalam mengerjakan tugas.				
24.	Saya sering berpindah-pindah antara aplikasi atau tab saat menggunakan perangkat digital.				
25.	Saya merasa teknologi modern (misalnya, ponsel atau komputer) mengurangi kemampuan saya untuk fokus.				
26.	Saya merasa sulit memahami materi yang disampaikan dalam pertemuan <i>online</i> karena perhatian saya mudah dialihkan.				

27.	Saya sering merasa bosan atau lelah selama pertemuan <i>online</i> , sehingga sulit untuk tetap memperhatikan.				
28.	Saya lebih fokus ketika bertemu secara langsung dibandingkan dengan pertemuan secara <i>online</i> .				

Lampiran 2. 2 Sampel Jawaban Angket

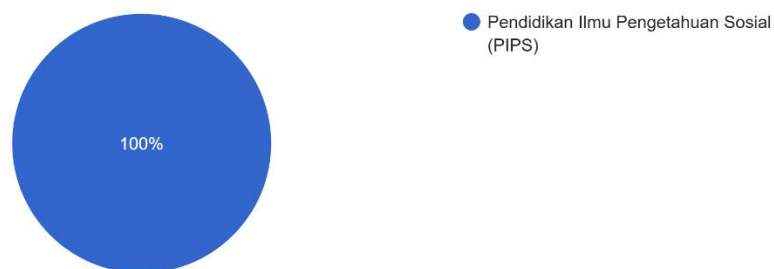
Agkatan

91 jawaban



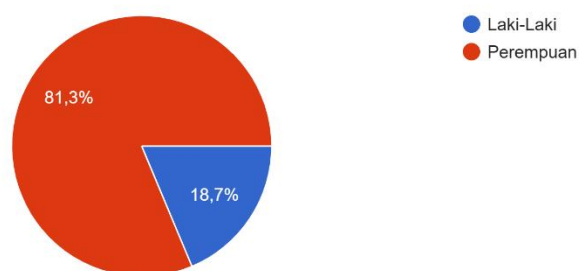
Program Studi

91 jawaban



Jenis Kelamin

91 jawaban



Lampiran 2. 3 Hasil Rekapitulasi Variabel X

AA103		REKAVITULASI HASIL DATA VARIABEL X																										
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB
1	Nama	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	Total
2	Apasi	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	71
3	DIH KEPO	2	3	3	4	1	1	1	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	69
4	AN	2	4	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	3	2	3	2	4	2	3	3	4	2	3	3	3	79	
5	oihot	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	66	
6	Ripa RN	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79	
7	RL	2	2	3	3	3	2	2	1	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	2	1	2	3	4	4	72	
8	AF	2	1	1	1	1	4	3	3	2	1	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	4	3	2	2	2	57	
9	Dawn	3	1	4	2	3	4	1	3	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	84	
10	RTA	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	68	
11	ZA	2	2	4	3	3	2	2	2	3	4	3	4	1	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	71	
12	jeprut	3	4	4	4	3	2	1	1	3	4	4	4	3	2	3	3	1	4	1	2	2	2	1	2	4	70	
13	Sf	2	3	3	3	2	2	1	1	4	3	3	3	4	4	3	1	4	3	3	3	3	3	3	4	2	73	
14	Mutza	2	4	4	4	3	3	2	1	4	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	79	
15	AF	2	2	3	3	1	2	1	3	2	2	3	3	1	3	3	4	3	3	2	1	2	1	4	3	4	64	
16	Sa	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	2	4	3	2	3	2	3	3	69	
17	AB	1	2	3	3	2	4	1	3	2	2	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	78	
18	lib	2	4	4	3	3	1	3	4	4	1	2	4	4	1	4	4	4	4	2	3	4	2	3	4	2	80	
19	AUJ	3	3	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	3	1	3	1	4	2	3	3	2	4	3	4	4	81	
20	abodefg	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	99	
21	pnfa	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	91	
22	ANS	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	85	
23	Afathiatul	3	1	2	1	1	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	1	1	3	2	3	3	3	3	1	62	
24	CRA	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	73	
25	RNF	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	79	
26	Hh	3	3	3	2	2	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	1	1	3	3	3	58	
27	ysta	3	4	4	2	3	3	1	1	2	3	3	4	1	1	1	1	3	1	3	1	1	3	2	3	4	61	
28	DA	4	2	3	2	4	4	1	1	4	1	1	2	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	81	
29	Veldn	2	3	4	3	2	1	3	1	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	68	
30	ANR	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79	
31	AMS	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	4	74	
32	YN	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	60	
33	Mm	2	4	4	3	3	2	1	2	3	4	4	3	2	2	2	2	4	2	4	4	3	2	4	4	3	75	
34	SSRP	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	1	1	3	1	3	3	3	3	2	4	3	3	3	68	
35	Sian	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	69	
36	NP	1	3	4	1	1	1	1	2	4	4	4	4	1	3	1	1	4	1	2	3	2	3	4	4	4	67	
37	Kdsnoh210	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	75	
38	RAP	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	90	
39	SM anna	1	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	43	
40	SM	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	87	
41	Sri Wulandi	2	2	4	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	2	2	2	3	3	3	4	74	
42	Nr	3	3	4	2	2	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	74	
43	AN	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	3	4	4	80	
44	AN	1	2	4	4	3	3	2	1	2	2	2	3	3	1	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	76	
45	ANK	3	2	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	4	1	2	4	3	4	4	83	

AA103		REKAVITULASI HASIL DATA VARIABEL X																											
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	
1	Nama	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	Total	
46	AZ	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
47	SF	3	3	3	4	4	3	1	1	4	3	3	2	2	2	3	1	4	3	4	3	3	2	3	2	4	4	3	73
48	rf	3	3	4	4	3	4	3	1	3	4	4	4	1	3	1	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	4	3	81
49	azn	3	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	4	4	2	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	3	3	69
50	Riska Sri M	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	71
51	HNS	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	91
52	NA	3	2	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	72
53	AST	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	99
54	NS	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	74
55	SN	2	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	70
56	RM	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	69
57	ASi	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
58	Hs	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
59	ss	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	77
60	ANA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	75
61	SA	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	4	4	3	3	69
62	NS	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	97
63	NZ	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	100
64	A	4	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	2	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
65	Agil zainury	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	70
66	Nurlaila Ror	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	78
67	SK	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	87
68	Hakim	2	3	4	2	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	3	1	1	2	3	1	4	4	3	4	1	2	55	
69	Rpv	2	3	4	3	3	3	1	3	4	4	4	4	3	4	3	1	4	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	82
70	AFH	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	75	
71	DNM	3	3	3	3	3	3	1	1	3	4	4	3	1	1	3	3	4	1	3	3	4	4	1	4	4	3	73	
72	RD	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29
73	SN	2	4	4	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	4	2	2	2	4	3	4	3	77
74	Imelda natal	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	2	2	4	3	3	3	79
75	SRN	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	75
76	VA	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	91
77	ast	2	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	81
78	ADAN	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
79	MFA	3	4	4	3	1	2	1	1	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	72
80	Caca	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	70
81	AV	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
82	di	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	71
83	Afh	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	63
84	HN	1	4	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	71	
85	winda	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	70
86	Sania Andria	1	1	3	2	1	3	3	1	3	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	1	1	2	1	4	3	3	3	55
87	SNH	1	2	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	68
88	DV	2	2	3	1	3	4	1	3	3	1	4	4	2	4	3	1	3	1	2	2	2	1	4	4	2	4	4	66
89	Nlb	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	71
90	WNF	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	96
91	AR	2	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	69	
92	FD	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	76	

Lampiran 2. 4 Hasil Rekapitulasi Variabel Y

AB106		REKAVITULASI HASIL DATA VARIABEL Y																													
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	
1	Nama	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27	Y28	Total	
2	Apasi	3	3	2	2	2	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	74	
3	DIH KE	3	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	3	4	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	74
4	AN	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81	
5	cihot	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	68	
6	Ripa RI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	83	
7	RL	3	2	2	2	1	2	3	4	1	2	3	2	2	1	3	3	3	3	4	3	1	2	3	2	3	2	3	4	70	
8	AF	3	3	3	3	3	2	2	1	3	1	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	2	1	1	1	68	
9	Dawn	1	2	1	3	4	3	4	4	2	4	2	2	4	1	1	2	1	1	3	1	1	3	1	3	3	4	4	4	69	
10	RTA	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	71	
11	ZA	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	3	1	2	1	2	3	3	3	1	2	2	3	1	3	1	1	3	4	62	
12	jeprut	3	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	4	71	
13	Sf	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	3	2	4	4	76	
14	Mutza	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	101	
15	AF	4	1	1	1	1	2	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	2	4	3	2	4	4	4	4	63	
16	Ss	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	76	
17	AB	2	3	3	4	2	1	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	79	
18	lib	1	1	1	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	1	1	4	4	4	3	4	4	63	
19	AJJ	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	4	2	2	3	4	2	4	2	4	90	
20	abcdefg	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	2	4	3	4	3	4	92
21	pnfa	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	64	
22	ANS	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
23	Afathia	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	3	3	3	1	47	
24	CRA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	62	
25	RNF	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	4	84	
26	Hh	3	3	1	1	3	1	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	66	
27	ysta	1	3	3	3	1	1	2	3	2	3	3	1	1	2	2	4	3	3	3	1	1	1	3	3	3	2	3	4	64	
28	DA	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	4	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	4	81	
29	Veldn	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	4	3	92	
30	ANR	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	62	
31	AMS	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	74	
32	YN	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	66	
33	Mm	3	2	3	4	1	4	2	4	2	4	2	3	4	3	3	3	4	1	3	2	1	3	4	4	2	4	2	4	81	
34	SSRP	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	2	2	4	2	2	2	2	2	4	72	
35	Sian	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	4	4	4	4	78	
36	NP	1	4	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	4	3	3	2	2	2	4	69	
37	Kdsnch	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	1	2	3	1	1	3	3	1	4	70	
38	RAP	2	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	4	3	85	
39	SM ann	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	4	51
40	SM	2	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	2	4	3	4	92	
41	Sri Wul	3	4	4	2	2	2	2	2	3	4	2	2	4	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	79
42	Nr	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	
43	AN	3	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	4	4	4	81	
44	AN	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	96	
45	ANK	1	2	2	2	3	1	1	4	2	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	65	

AB106		REKAVITULASI HASIL DATA VARIABEL Y																												
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD
46	AZ	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
47	SF	3	4	3	2	2	3	2	4	4	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	4	4
48	rf	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	1	1	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	1	1	4
49	azni	3	1	3	1	4	3	3	2	1	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	4	1	2	
50	Riska S	3	3	2	2	2	4	4	4	3	4	2	4	4	2	2	4	4	4	1	4	1	2	2	4	4	2	4	4	
51	HNS	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	
52	NA	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	
53	AST	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
54	NS	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	
55	SN	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	
56	RM	3	3	3	4	2	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	
57	ASI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
58	His	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	
59	ss	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
60	ANA	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
61	SA	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	
62	NS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
63	NZ	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	2	4	4	
64	A	4	1	1	4	1	3	1	4	1	4	3	1	4	1	2	4	4	4	1	1	2	4	1	4	1	1	2	4	
65	Agil zair	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	
66	Nurfaiza	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	
67	SK	3	3	3	2	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	4	
68	Hakim	1	2	3	4	4	2	1	3	1	2	3	3	1	4	4	2	1	1	2	1	1	1	1	2	4	1	1	1	
69	Rpv	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	2	3	2	3	4	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	
70	AFH	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	4	3	4	
71	DNM	3	3	4	1	1	4	1	4	1	3	1	1	4	1	1	3	4	1	1	3	1	3	3	3	3	4	4	3	
72	RD	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
73	SN	2	3	3	3	2	1	3	3	1	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	
74	irnelida r	3	3	3	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	4	2	2	3	1	2	2	3	1	
75	SRN	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	4	
76	VA	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	4	
77	zaf	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	
78	ADAN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
79	MFA	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	
80	Caca	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
81	AV	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
82	di	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	
83	Ath	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	
84	HN	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	4	
85	winda	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	
86	Sania A	2	1	2	2	1	1	2	3	1	4	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	4	
87	SNH	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
88	DV	2	4	3	2	2	3	2	3	3	4	3	1	3	2	2	2	3	4	1	3	1	1	1	2	2	4	3	4	
89	Nib	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	
90	WNF	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	
91	AR	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	4	3	4	
92	FD	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4

Lampiran 2. 5 Hasil Deskriptif Variabel X

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Soal1	91	1	4	2,60	,855
Soal2	91	1	4	2,98	,802
Soal3	91	1	4	3,36	,707
Soal4	91	1	4	3,11	,767
Soal5	91	1	4	2,80	,846
Soal6	91	1	4	2,78	,841
Soal7	91	1	4	2,19	,893
Soal8	91	1	4	2,22	,867
Soal9	91	1	4	3,11	,674
Soal10	91	1	4	2,84	,910
Soal11	91	1	4	3,02	,683
Soal12	91	1	4	3,13	,670
Soal13	91	1	4	2,48	,911
Soal14	91	1	4	2,67	,932
Soal15	91	1	4	2,76	,794
Soal16	91	1	4	2,59	,977
Soal17	91	1	4	3,23	,761
Soal18	91	1	4	2,56	,833
Soal19	91	1	4	2,87	,653
Soal20	91	1	4	2,85	,842
Soal21	91	1	4	2,66	,897
Soal22	91	1	4	2,89	,809
Soal23	91	1	4	2,80	,792
Soal24	91	1	4	3,30	,624
Soal25	91	1	4	3,31	,726
Soal26	91	1	4	3,12	,680
Valid N (listwise)	91				

Lampiran 2. 6 Hasil Deskriptif Variabel Y

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Soal1	91	1	4	2,68	,787
Soal2	91	1	4	2,92	,778
Soal3	91	1	4	2,90	,775
Soal4	91	1	4	2,84	,834
Soal5	91	1	4	2,60	,880
Soal6	91	1	4	2,79	,810
Soal7	91	1	4	2,84	,873
Soal8	91	1	4	3,26	,743
Soal9	91	1	4	2,79	,901
Soal10	91	1	4	2,90	,817
Soal11	91	1	4	2,77	,804
Soal12	91	1	4	2,73	,790
Soal13	91	1	4	2,97	,849
Soal14	91	1	4	2,60	,893
Soal15	91	1	4	2,66	,778
Soal16	91	1	4	2,91	,784
Soal17	91	1	4	3,04	,802
Soal18	91	1	4	2,82	,864
Soal19	91	1	4	2,36	,913
Soal20	91	1	4	2,60	,855
Soal21	91	1	4	2,32	,815
Soal022	91	1	4	2,75	,811
Soal23	91	1	4	2,64	,753
Soal24	91	1	4	2,97	,640
Soal25	91	1	4	2,70	,782
Soal026	91	1	4	3,04	,829
Soal27	91	1	4	3,00	,816
Soal28	91	1	4	3,44	,733
Valid N (listwise)	91				

Lampiran 2. 7 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	
N		91	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	10,29944282	
Most Extreme Differences	Absolute	,102	
	Positive	,102	
	Negative	-,077	
Test Statistic		,102	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		,021	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	,021	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,017
		Upper Bound	,024

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Lampiran 2. 8 Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Attention Span * Media Sosial	Between Groups	(Combined)	10034,636	37	271,206	4,571	<,001
		Linearity	3632,076	1	3632,076	61,218	<,001
		Deviation from Linearity	6402,560	36	177,849	2,998	<,001
	Within Groups		3144,507	53	59,330		
	Total		13179,143	90			

Lampiran 2. 9 Uji Korelasi Rank Spearman

	A	B	C	D	E	F	G	H
1		VARIABEL X MEDIA SOSIAL				VARIABEL Y ATTENTION SPAN		
2		INTENS = 53 · 104				RENDAH = 57 · 112		
3		NORMAL = 1 · 52				TINGGI = 1 · 56		
4	RESPONDEN	TOTAL	KATEGORI		RESPONDEN	TOTAL	KATEGORI	
5	1	71	INTENS		1	74	RENDAH	
6	2	69	INTENS		2	74	RENDAH	
7	3	79	INTENS		3	81	RENDAH	
8	4	66	INTENS		4	66	RENDAH	
9	5	79	INTENS		5	83	RENDAH	
10	6	72	INTENS		6	70	RENDAH	
11	7	57	INTENS		7	68	RENDAH	
12	8	84	INTENS		8	69	RENDAH	
13	9	68	INTENS		9	71	RENDAH	
14	10	71	INTENS		10	62	RENDAH	
15	11	70	INTENS		11	71	RENDAH	
16	12	73	INTENS		12	76	RENDAH	
17	13	79	INTENS		13	101	RENDAH	
18	14	64	INTENS		14	63	RENDAH	
19	15	69	INTENS		15	76	RENDAH	
20	16	78	INTENS		16	79	RENDAH	
21	17	80	INTENS		17	83	RENDAH	
22	18	81	INTENS		18	90	RENDAH	
23	19	99	INTENS		19	92	RENDAH	
24	20	91	INTENS		20	84	RENDAH	
25	21	85	INTENS		21	96	RENDAH	
26	22	52	NORMAL		22	47	TINGGI	
27	23	73	INTENS		23	82	RENDAH	
28	24	79	INTENS		24	84	RENDAH	
29	25	58	INTENS		25	68	RENDAH	
30	26	61	INTENS		26	64	RENDAH	
31	27	81	INTENS		27	81	RENDAH	
32	28	68	INTENS		28	92	RENDAH	
33	29	79	INTENS		29	82	RENDAH	
34	30	74	INTENS		30	74	RENDAH	
35	31	60	INTENS		31	66	RENDAH	
36	32	75	INTENS		32	81	RENDAH	
37	33	68	INTENS		33	72	RENDAH	
38	34	69	INTENS		34	78	RENDAH	
39	35	67	INTENS		35	69	RENDAH	
40	36	75	INTENS		36	70	RENDAH	
41	37	90	INTENS		37	85	RENDAH	
42	38	43	NORMAL		38	51	TINGGI	
43	39	87	INTENS		39	92	RENDAH	
44	40	74	INTENS		40	79	RENDAH	
45	41	74	INTENS		41	84	RENDAH	
46	42	80	INTENS		42	81	RENDAH	
47	43	76	INTENS		43	96	RENDAH	
48	44	83	INTENS		44	65	RENDAH	
49	45	73	INTENS		45	84	RENDAH	

	A	B	C	D	E	F	G	H
50	46	73	INTENS		46	81	RENDAH	
51	47	81	INTENS		47	73	RENDAH	
52	48	69	INTENS		48	66	RENDAH	
53	49	71	INTENS		49	85	RENDAH	
54	50	91	INTENS		50	103	RENDAH	
55	51	72	INTENS		51	86	RENDAH	
56	52	99	INTENS		52	110	RENDAH	
57	53	74	INTENS		53	81	RENDAH	
58	54	70	INTENS		54	76	RENDAH	
59	55	69	INTENS		55	91	RENDAH	
60	56	77	INTENS		56	84	RENDAH	
61	57	82	INTENS		57	64	RENDAH	
62	58	77	INTENS		58	82	RENDAH	
63	59	75	INTENS		59	78	RENDAH	
64	60	69	INTENS		60	73	RENDAH	
65	61	97	INTENS		61	112	RENDAH	
66	62	100	INTENS		62	99	RENDAH	
67	63	89	INTENS		63	68	RENDAH	
68	64	70	INTENS		64	85	RENDAH	
69	65	78	INTENS		65	77	RENDAH	
70	66	87	INTENS		66	88	RENDAH	
71	67	55	INTENS		67	57	RENDAH	
72	68	82	INTENS		68	82	RENDAH	
73	69	75	INTENS		69	82	RENDAH	
74	70	73	INTENS		70	69	RENDAH	
75	71	29	NORMAL		71	106	RENDAH	
76	72	77	INTENS		72	68	RENDAH	
77	73	79	INTENS		73	72	RENDAH	
78	74	75	INTENS		74	89	RENDAH	
79	75	91	INTENS		75	95	RENDAH	
80	76	81	INTENS		76	82	RENDAH	
81	77	70	INTENS		77	83	RENDAH	
82	78	72	INTENS		78	75	RENDAH	
83	79	70	INTENS		79	82	RENDAH	
84	80	74	INTENS		80	85	RENDAH	
85	81	71	INTENS		81	86	RENDAH	
86	82	63	INTENS		82	67	RENDAH	
87	83	71	INTENS		83	76	RENDAH	
88	84	70	INTENS		84	78	RENDAH	
89	85	55	INTENS		85	48	RENDAH	
90	86	68	INTENS		86	82	RENDAH	
91	87	66	INTENS		87	72	RENDAH	
92	88	71	INTENS		88	80	RENDAH	
93	89	98	INTENS		89	88	RENDAH	
94	90	69	INTENS		90	73	RENDAH	
95	91	76	INTENS		91	81	RENDAH	

Nonparametric Correlations

Correlations

			KAT_MEDIASOSIAL	KAT_ATTENTIONSPAN
Spearman's rho	KAT_MEDIASOSIAL	Correlation Coefficient	1,000	-,655**
		Sig. (2-tailed)	.	<,001
		N	91	91
	KAT_ATTENTIONSPAN	Correlation Coefficient	-,655**	1,000
		Sig. (2-tailed)	<,001	.
		N	91	91

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN 3


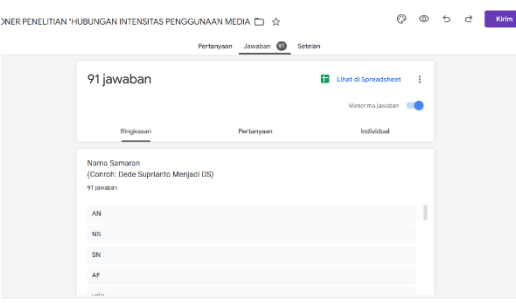





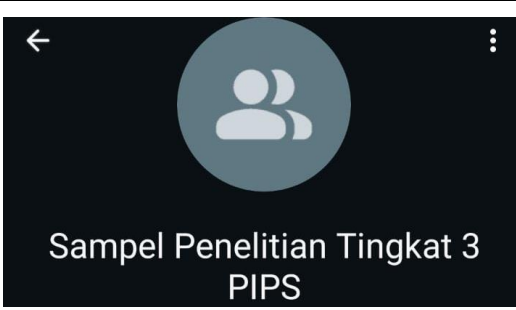
Lampiran 3. 1 Surat Izin Penelitian

	YAYASAN GRIYA WINAYA GARUT INSTITUT PENDIDIKAN INDONESIA FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU SOSIAL, BAHASA DAN SASTRA Jalan Terusan Pahlawan No. 32 Sukagalih - Tarogong Kidul, Garut Telp. (0262) 233556 Fax. (0262) 540469 Kode Pos : 44151 email : fpisbs@institutpendidikan.ac.id web : www.institutpendidikan.ac.id
	Nomor : 1867/IPI.D1/AKM/xii/2024 Lampiran : - Perihal : Permohonan Izin Penelitian
Yth. Bapak/Ibu Pimpinan Institut Pendidikan Indonesia di Tempat	
Disampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami:	
Nama : Dede Suprianto Nomor Induk Mahasiswa : 21813005 Program Studi : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial/ S-1 Tingkat/ Semester : IV/ VII Alamat : Kp. Kudang. Desa Wanajaya. Kec. Wanaraja. Kab. Garut.	
bermaksud memohon izin melakukan pengambilan data melalui wawancara dan observasi di tempat Bapak/ Ibu memimpin untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Kuliah.	
Kami berharap Bapak/ Ibu berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa tersebut. Demikian surat ini dibuat, atas perhatian dan kerjasama Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.	
Garut, 21 Desember 2024	
Dekan,  Dr. Lina Siti Nurwahidah, M.Pd. NIP. 196805271993032001	
	
	

Lampiran 3. 2 Surat Balasan Izin Penelitian

	<p>YAYASAN GRIYA WINAYA GARUT INSTITUT PENDIDIKAN INDONESIA FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU SOSIAL, BAHASA DAN SAstra Jalan Terusan Pahlawan No. 32 Sukagalih - Tarogong Kidul, Garut Telp. (0262) 233556 Fax. (0262) 540469 Kode Pos : 44151 email : fpisbs@institutpendidikan.ac.id web : www.institutpendidikan.ac.id</p>
	<p>Nomor : 363/IPI.D1/AKD/II/2025 Lampiran : - Hal : Surat Balasan Izin Penelitian</p>
<p>Kepada YTH. Dosen Pembimbing dan Penguji Skripsi Di Tempat</p>	
<p>Assalamu'alaikum Wr. Wb.,</p>	
<p>Berdasarkan surat permohonan izin penelitian nomor 1867/IPI.D1/AKM/XII/2024 yang dikirimkan pada tanggal 21 Desember 2024 kepada S1 Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, atas nama:</p>	
<p>Nama : Dede Suprianto NPM : 21813005 Program Studi : S1 Pendidikan IPS Tingkat/Semester : IV/VII Alamat : Kp. Kudang Desa Wanajaya Kec. Wanaraja Kabupaten Garut</p>	
<p>Kami nyatakan yang bersangkutan telah SELESAI melaksanakan observasi dan wawancara terkait pengambilan data untuk penelitiannya. Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Terima kasih atas perhatian dan kerjasamanya.</p>	
<p>Wassalamu'alaikum wr wb.</p>	
<p>Garut, 20 Januari 2025 Ketua Program Studi Pendidikan IPS  Erdi Mulyana, M.Pd. NIDN 0430118507</p>	

Lampiran 3. 3 Dokumentasi Penelitian

<p>Kuesioner <i>Google Form</i>.</p>	<p>Sampel Penelitian 91 Mahasiswa</p>
	
<p>Pengisian Kuesioner PIPS 2A 2023</p>	<p>Foto Bersama Kelas PIPS 2A 2023</p>
	
<p>Pengisian Kuesioner PIPS 1A 2024</p>	<p>Foto Bersama Kelas PIPS 1A 2024</p>
	
<p>Grup Koordinasi Kelas PIPS 1B & 2B</p>	<p>Grup Koordinasi PIPS Tingkat 3 2022</p>
 <p>Sampel Penelitian Kelas 1B & 2B</p>	 <p>Sampel Penelitian Tingkat 3 PIPS</p>

RIWAYAT HIDUP



Perkenalkan nama penulis Dede Suprianto. Lahir di Majalengka, 27 Februari 2001 tetapi besar dan menempuh pendidikan di Garut. Bertempat tinggal Kp. Kudang, RT 02, RW 05, Desa Wanajaya, Kecamatan Wanaraja, Kabupaten Garut. Penulis adalah anak kedua laki-laki satu-satunya dari empat bersaudara. Penulis memulai Pendidikan taman kanak di TK RA Nabila Azzahra pada tahun 2006 lulus tahun 2007 melanjutkan ke pendidikan dasar di SD Negeri 3 Wanaraja pada tahun 2007 dan lulus pada tahun 2013, melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMP Negeri 1 Wanaraja pada tahun 2013 lulus pada tahun 2016. Melanjutkan pendidikan menengah kejuruan di SMK Negeri 2 Garut pada tahun 2016 lulus tahun 2019 mengambil jurusan otomotif dan sempat bekerja selama 2 tahun di PT. Yamaha Indonesia Motor Manufacturing, setelah kontraknya selesai penulis memilih untuk melanjutkan pendidikan tinggi di Institut Pendidikan Indonesia Garut pada tahun 2021 mengambil Program Studi S-1 Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Pendidikan Ilmu Sosial Bahasa dan Sastra. Memang dapat dikatakan tidak sejalan yang awalnya jurusan otomotif tetapi memilih melanjutkan pendidikan tinggi di jurusan PIPS, tetapi ini memang pilihan penulis sendiri. Dari mulai sekolah dasar sampai di kampus penulis aktif minimal mengikuti satu organisasi. Di tingkat SD penulis menjadi anggota Pramuka SDN 3 Wanaraja, di tingkat SMP penulis menjadi anggota PASKIBRA SMPN 1 Wanaraja (PASRAJA'38) dan menjadi penggerak bendera Kecamatan Wanaraja pada HUT RI Ke-69 17 Agustus 2014, di tingkat SMK penulis menjadi anggota PASKIBRA SMKN 2 Garut (PASHEMAN'90) dan diamanahkan menjadi Koordinator Umum periode 2018-2019, serta di Kampus penulis mengikuti Himpunan Mahasiswa Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (HIMADIKSOS) serta diberikan amanah untuk menjadi Ketua Departemen Pengembangan Organisasi (DPO) periode 2023-2024. Penulis juga telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata di Kecamatan Limbangan, Kab. Garut pada bulan Juli sampai bulan Agustus 2023. Setelah

melaksanakan KKN Penulis pernah mengikuti Kampus Mengajar Batch 7, ditugaskan di SDN 3 Bagendit selama 4 bulan terhitung dari tanggal 28 Februari – 16 Juni 2024. Dengan pengalaman organisasi serta pengalaman mengajar yang dimiliki penulis, selama masa perkuliahan penulis mengabdikan diri menjadi pelatih PASKIBRA SMPN 1 Wanaraja serta PASKIBRA Kecamatan Wanaraja. Penulis selalu berusaha menjadi orang yang dapat bermanfaat untuk orang lain, berusaha menjadi salah satu orang yang baik di dunia ini. Sesuai dengan ayat favorit penulis yaitu Q.S. Ar-Rahman Ayat 60 yang artinya “Tidak ada balasan kebaikan kecuali kebaikan (pula)”. Ayat itu sesuai dengan motto hidup penulis “Ada dua hal yang harus diingat dan dua hal yang harus dilupakan. Dua hal yang harus diingat adalah keburukan diri sendiri dan kebaikan orang lain. Sedangkan dua hal yang harus dilupakan adalah keburukan orang lain dan kebaikan diri sendiri”. Penulis percaya bahwa tidak ada perbuatan baik yang sia-sia, semuanya pasti akan digantikan dengan kebaikan yang akan didapatkan. Salah satu lagu favorit yang menurut penulis sesuai dengan motto hidup penulis yaitu lagu dari band ‘Hindia’ yang berjudul ‘Membasuh’. Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT atas terselesaikannya skripsi ini. Terima kasih kepada orang tua dan orang-orang terdekat penulis yang membersamai dalam proses ini. Teruntuk pembaca yang merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dapat untuk menghubungi laman berikut:

WhatsApp : 089692726513

Instagram : @dedesuprianto_

Email : dedesuprianto.27@gmail.com