

## **DAMPAK KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA HASIL BELAJAR**

**ZELFIA**  
**DOSEN UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA**  
**Email; zelfia229@gmail.com**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini fokus pada hubungan antara tingkat kecanduan media sosial dan hasil belajar. Ketergantungan kepada media sosial dapat menimbulkan gejala seperti kecemasan dan kegelisahan ketika tidak dapat mengakses media/jejaring sosial yang tentu hal ini dapat mempengaruhi proses belajar. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen lapangan *randomized-two group post test only*, dua kondisi eksperimen diberikan kepada dua kelas perkuliahan. Kelas pertama diperbolehkan menggunakan media personal selama perkuliahan sedangkan kelas lainnya tidak. Partisipan mengikuti perkuliahan dan kemudian mendapatkan kuis mengenai materi yang diberikan. Kedua kelompok menunjukkan tingkat kecanduan media sosial yang relative tinggi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata skor kuis kelas yang diperbolehkan menggunakan media personal secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan kelas yang tidak diperbolehkan menggunakan media personal. Dapat disimpulkan bahwa tidak adanya teknologi merupakan kondisi yang cukup menekan dan menyebabkan turunnya performa belajar.

**Kata kunci** : Kecanduan media sosial, performa belajar.

### **ABSTRACT**

This study focuses on the relationship between the level of addiction to social media and learning outcomes. Dependence on social media can cause symptoms such as anxiety and nervousness when they can not access the media / social networking is of course this can influence the learning process. This study uses a randomized field experiment design-two group post-test only, two experimental conditions given to the two-class lectures. The first class is allowed to use personal media during class lectures, while others do not. Participants attended the lectures and then get a quiz on the material provided. Both groups showed a degree of social media addiction is relatively high. The findings of this study indicate that the average score of the quiz the class is allowed to use personal media is significantly higher than the class who are not allowed to use personal media. It can be concluded that the absence of technology is a sufficient condition to press and caused a decline of learning performance.

Keywords: Addiction to social media, learning performance.

## LATAR BELAKANG

Dalam dua dekade terakhir, kita tidak hanya menyaksikan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) yang sangat cepat, tetapi juga melihat terbentuknya masyarakat yang sangat saling terhubung (*hyper-connected*) dan terobsesi teknologi. Banyak para ahli yang telah memberikan perhatian akan penggunaan teknologi yang probelamatis dalam kehidupan sehari-hari (Kandell, 1998; Shaffer, 1996; Turel & Serenko, 2010; Young, 1996). Istilah ‘kecanduan teknologi’ pertama kali diperkenalkan untuk merujuk kepada penggunaan berlebih dan keinginan serta perilaku penggunaan internet dan computer tidak terkontrol (Shaw & Black, 2008) yang dapat mengganggu kondisi psikologis, performa akademis, kehidupan profesional dan interaksi sosial dari penggunaan teknologi (Beard, 2005).

Lebih jauh, kecanduan internet telah dilegitimasi sebagai kelainan media yang memerlukan pengobatan profesional. Hal ini menjelaskan mengapa semakin banyak rumah sakit dan klinik yang menyediakan pusat layanan dan rehabilitasi kecanduan teknologi di Amerika Serikat (Young, 2007). Menurut Young dan de Abreau (2010), pecandu teknologi memiliki ketergantungan psikologis atas computer/internet dan akan mengalami gejala menarik diri, termasuk diantaranya kecemasan, depresi, insomnia dan kegelisahan, apabila mereka tidak terkoneksi.

Seiring perkembangan TIK, perhatian akademis kemudian tertuju pada penggunaan peralatan jinjing dan terkoneksi internet yang berlebihan, seperti computer jinjing, gawai dan telepon pintar (Bianchi & Phillips, 2005; Griffiths, 2000; Turel & Serenko, 2010). Fenomena

ini juga menggelitik kalangan umum. Sebuah studi yang dilakukan oleh majalah TIME dan Qualcomm di tahun 2012 menunjukkan bahwa kecanduan telepon pintar merupakan fenomena global. Dari 5.000 responden asal Amerika Serikat, Inggris, Korea Selatan, Tiongkok, India, Afrika Selatan, Indonesia, dan Brazil yang menjadi responden survey, 84% setuju bahwa mereka mengecek telepon genggam mereka setiap 30 menit atau kurang (TIME Mobility Poll, 2012). Penelitian lain yang dilakukan oleh Look Out terhadap 2.097 orang dewasa berusia 18 tahun dan lebih di Amerika Serikat, juga mendukung pernyataan bahwa masyarakat kini lebih terobsesi dengan telepon genggam mereka dan mengkombinasikan rutinitas harian mereka dengan hal-hal yang berbasis teknologi, seperti antara lain: 40% dari mereka mengecek telepon genggam mereka saat di kamar kecil, 30% saat sedang makan dengan orang lain, dan 24 % & lainnya pada saat mengemudi (Lookout's Mobile Mindset Study, 2012).

Penggunaan internet seringkali dikaitkan dengan makin tingginya tingkat popularitas media sosial. Istilah “media sosial” pertama kali dicetuskan pada tahun 2005 dan terkait erat dengan Web 2.0. media sosial didefinisikan sebagai sekelompok aplikasi berbasis internet yang dikembangkan di atas landasan teknologi Web 2.0 dan memungkinkan penciptaan dan pertukaran konten yang dibuat oleh pengguna (*user generated content*) (Kaplan & Haelein, 2010). Aspek sosial dalam istilah tersebut merujuk pada keberadaan media di dalam ruang sosial (Rodriguez, 2011) yang dapat digunakan oleh individu untuk tujuan profesional maupun hiburan sekaligus memperluas jaringan sosial yang telah dimilikinya. Kata ‘media’ dengan istilah tersebut menunjukkan bahwa interaksi sosial tersebut dimediasi melalui jaringan sosial,

jaringan digital dan alat teknologi digital. Keberadaan media sosial ini mengakibatkan munculnya kebutuhan untuk berinteraksi secara sosial melalui media teknologi, dimana kebutuhan ini dapat menjadi tidak terkontrol dan menimbulkan ketergantungan/kecanduan. Media sosial ini dimediasi oleh teknologi maka gejala kecanduan media sosial akan muncul pada saat akses terhadap teknologi tidak tersedia.

Berbicara mengenai perkembangan penggunaan TIK. Implikasi yang sangat menarik untuk dipelajari adalah implikasi dalam konteks pendidikan. Di satu sisi, TIK dikatakan sebagai alat yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan dasar (Tondeur et al, 2007). Penggunaan computer jinjing dan teknologi media lainnya dianggap sangat penting untuk menstimulasi proses pembelajaran aktif dan interaktif (Tinio, 2003). Hal ini menjelaskan gerakan “Satu Laptop Satu Anak” (One Laptop per Child Movement) yang bertujuan memfasilitasi penggunaan teknologi untuk meningkatkan kualitas pendidikan di negara berkembang (OLPC, 2014).

Namun disisi lain, penggunaan alat jinjing dan koneksi internet juga menjadi hal yang problematic bagi pendidikan tinggi. Di saat penggunaan computer jinjing, gawai dan telepon pintar tampak semakin meningkat, banyak studi berpendapat bahwa keberadaan teknologi telah menciptakan saluran bagi para siswa untuk melakukan aktivitas lain pada saat proses belajar. Media sosial cenderung digunakan untuk hal-hal non-akademis yang tidak berhubungan dengan proses belajar, seperti berjejaring sosial, berkirim pesan, ngobrol, belanja dalam jaringan (daring), bahkan melakukan permainan daring (Junco & Cotton, 2012). Aktivitas ini terbukti mengakibatkan menurunnya performa kemampuan kognitif dan pencapaian akademis (Sana et al,

2012; Wood et al, 2011). Hal tersebut membuat semakin banyak pengajar di Amerika Serikat, terutam di sekolah hukum, memutuskan untuk melarang penggunaan computer jinjing di dalam kelas (Foster, 2008; Morkowitz, 2010). Lebih jaugh, University of Chicago Lam School telah meniadakan akses internet di dalam kelas sejak tahun 2008. Mereka percaya bahwa kebijakan itu akan membuat siswa lebih fokus menggunakan computer jinjing untuk keperluan akademis seperti mencatat pelajaran tanpa gangguan (Chicago News, 2008).

Meningkatnya trend kebijakan yang melarang penggunaan computer jinjing dan alat digital lainnya dalam kelas tampaknya didukung oleh beberapa penelitian. Beberapa literatur terkait teori kognitif dan perhatian mengindikasikan bahwa otak manusia memiliki kapasitas terbatas untuk memproses informasi (Craik et al, 1996; Foerde et al, 2006; Poltrack et al, 2005). Telah dijelaskan bahwa tingkat yang dialokasikan untuk tugas tertentu berhubungan langsung dengan kualitas dan kuantitas informasi yang dapat diproses oleh manusia (Foerde et al, 2006). Terkait penggunaan media personal yang semakin meningkat dalam proses belajar, banyak peneliti yang telah menginvestigasi aplikasi teori dan perhatian dalam konteks pendidikan sehubungan dengan aktivitas yang sering dilakukan oleh siswa, seperti berkirim pesan singkat (Bowman et al, 2010; Junco dan Cotton, 2012); Facebook dan berkirim SMS (Junco, 2012); penggunaan computer jinjing di dalam kelas (Hembrooke & Gay, 2003, Sana et al, 2012); dan penggunaan media personal (Hassoun, 2014).

Tulisan ini difokuskan pada bagaimana tingkat kecanduan media sosial mahasiswa Ilmu Komunikasi UMI ? ; dan bagaimana hubungan antara kecanduan media sosial dengan hasil pembelajaran di Kelas ?

## TEORI KOGNITIF SOSIAL

Teori Kognitif Sosial memberikan sebuah penjelasan tentang bagaimana perilaku bisa dibentuk melalui pengamatan pada model-model yang ditampilkan oleh media massa. Efek dari pemodelan ini meningkat melalui pengamatan tentang imbalan dan hukuman yang dijatuhkan pada model, melalui identifikasi dari khalayak pada model tersebut, dan melalui sejauh mana khalayak memiliki efikasi diri tentang perilaku yang dicontohkan di media. Meski berdasarkan bidang studi psikologi sosial, teori ini memiliki efek yang kuat untuk pemahaman tentang efek kekerasan melalui media baik untuk anak-anak maupun orang dewasa dan juga pada perencanaan kampanye yang ditujukan untuk mengubah perilaku masyarakat melalui media.

Asumsi dari teori kognitif sosial adalah bahwa proses belajar akan terjadi jika seseorang mengamati seorang model yang menampilkan suatu perilaku dan mendapatkan imbalan atau hukuman karena perilaku tersebut. Melalui pengamatan ini, orang tersebut akan mengembangkan harapan-harapan tentang apa yang akan terjadi jika ia melakukan perilaku yang sama dengan sang model. Harapan-harapan ini akan memengaruhi proses belajar perilaku dan jenis perilaku berikutnya yang akan muncul. Namun, proses belajar ini akan dipandu oleh sejauhmana orang tersebut mengidentifikasi dirinya dengan sang model dan sejauh mana ia merasakan efikasi diri tentang perilaku-perilaku yang dicontohkan sang model.

Melalui dasar pemikiran ini, aplikasi dari teori kognitif sosial dengan penelitian di media massa perlu diperjelas. Di dalam masyarakat masa kini, banyak model yang kita pelajari adalah model yang kita lihat, dengar, atau baca di media massa. Model-model ini bisa jadi

merupakan orang-orang yang kita amati dalam siaran berita atau program dokumenter. Mereka juga bisa saja karakter-karakter yang kita lihat dalam program-program drama/sinetron/film layar lebar atau televisi atau juga karakter dalam buku novel. Bisa juga mereka adalah para penyanyi atau penari yang kita dengar dan lihat melalui radio atau CD dan VCD musik. Singkat kata, begitu banyaknya model yang ditampilkan media akan dapat mengubah perilaku baik anak-anak maupun orang dewasa karena mereka mengamati media.

### **MEDIA SOSIAL**

Media Sosial adalah sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi [blog](#), [jejaring sosial](#), [wiki](#), [forum](#) dan [dunia virtual](#). Blog, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia. [Andreas Kaplan](#) dan [Michael Haenlein](#) mendefinisikan media sosial sebagai "sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0, dan yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran *user-generated content*".

### **PERILAKU ADIKTIF**

*Addictive* adalah kecanduan, *behaviors* adalah perilaku atau tindakan. Jadi *addictive behaviour* adalah perilaku kecanduan. Definisi menurut ahli hafidz, 1997 "perilaku hasil pembiasaan" atau perilaku hasil belajar. Contohnya kecanduan merokok, kecanduan minum, minuman beralkohol. Faktor stimulus perilaku adiktif dibedakan menjadi dua yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah pengaruh dari luar atau lingkungan sedangkan faktor internal adalah kecemasan, depresi, dan kebahagiaan.

Ketergantungan itu sendiri dapat berupa ketergantungan psikis (*psychological dependence*) maupun ketergantungan fisiologis (*physiological dependence*). Ketergantungan psikis merupakan kompulsi penggunaan zat untuk memenuhi kebutuhan psikologis, seperti untuk menghadapi stress. Sedangkan ketergantungan fisiologis berarti proses perubahan fungsional tubuh sedemikian rupa dikarenakan paparan rutin terhadap zat.

Sebuah model penyakit kecanduan tersebut akan membuat perilaku menjadi ketagihan karena mereka menghasilkan endorfin yang menciptakan rasa gairah dan kesenangan. Dari perspektif pembelajaran sosial, bagaimanapun, akan dikatakan bahwa perilaku ini menjadi berlebihan karena mereka diperkuat oleh faktor-faktor seperti suasana hati, interaksi sosial, perubahan bentuk tubuh dan keuntungan finansial, dan dipasangkan dengan isyarat seperti teman-teman, pub, stres dan bantuan dari stres, yang menjadi pemicu perilaku berikutnya.

### **CIRI-CIRI ORAG KECANDUAN MEDIA SOSIAL**

Mengakses media sosial setiap kali ada waktu senggang bahkan di saat sibuk dengan deadline pun pasti anda menyempatkan update status; Mengakses media sosial ketika merasakan suatu emosi tertentu, seperti lagi marah dan jatuh cinta; Merasa tertekan ketika sinyal terbatas yang mengganggu aktivitas menggunakan media sosial; Sudah terbiasa menuliskan perasaan hati di media sosial alias "curhat". Bahkan apa yang orang lain tidak selayaknya tau, menjadi tau; Kesal ketika pulsa habis dan tidak sabar untuk mengisinya kembali; Lebih mudah dihubungi melalui media sosial dibandingkan melalui sms atau telepon; Anda menggunakan media sosial untuk berkomunikasi ke rekan kerja,

teman sekolah, bahkan dengan keluarga sendiri; Dimanapun kapanpun tetap memantau media sosial, bahkan ketika berada di acara – acara formal sekalipun; Tidak lepas memegang dan terus memperhatikan layar gadget anda saat sedang pergi atau berjalan di tempat umum; Secara Reguler Memeriksa Akun-Akun Jejaring Sosial Kamu, meskipun tidak Ada Notifikasi; Lebih Bersifat Sosial Secara Online daripada nyata

### **KONTROL DIRI**

Kontrol diri, pengendalian diri atau penguasaan diri (*self regulation*) merupakan sikap, tindakan atau perilaku seseorang secara sadar baik direncanakan atau tidak untuk mematuhi nilai dan norma sosial yang berlaku di masyarakat. Pengendalian diri merupakan satu aspek penting dalam kecerdasan emosi (*emotional quotient*).

Menurut Dariyo (2014) individu yang memiliki kontrol diri yang baik dalam memanfaatkan media sosial memiliki karakteristik sebagai berikut : individu dapat mengontrol perilaku aktif menggunakan jejaring sosial, individu berusaha untuk mengontrol mengunggah status atau foto, individu dapat mengendalikan pikiran-pikiran yang membuatnya justru tertekan dan individu dapat membuat pilihan pilihan alternatif dalam hidupnya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Averill (1973) antara lain :

*Faktor Internal.* Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri adalah kondisi emosi dalam diri seorang individu, kemampuan kognitif, kepribadian, minat dan usia.

*Faktor eksternal.* Faktor eksternal diantara adalah lingkungan. Lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat menjadi faktor yang mempengaruhi kontrol diri seorang individu.

Kajian ini dilakukan melalui dua tahap. **Pertama** menggunakan metode eksperimen lapangan dengan dua kondisi (*Treatmen varian on*) untuk menganalisis hasil belajar. Setelah ditentukan secara acak, kelas I (kelas pagi) mendapatkan kondisi eksperimen I dan kelas II (kelas siang) mendapatkan kondisi eksperimen II. Kondisi eksperimen pertama diwajibkan membawa media personal mereka dan menggunakannya dalam kelas. Sementara kondisi eksperimen kedua adalah partisipan yang dilarang membawa /menggunakan media personal mereka di dalam kelas. *Pre-test* tidak diberikan dalam eksperimen ini. Realibilitas dan validitas prosedur dalam eksperimen ini cukup tinggi karena kedua kelas mengikuti mata kuliah yang sama dengan materi identik dan diajar oleh dosen yang sama di hari yang sama sehingga memungkinkan untuk mengontrol faktor- faktor eksternal seperti pengajar dan tingkat kesulitan materi.

Semua partisipan kemudian mengikuti materi perkuliahan dalam kondisi eksperimental yang berbeda seperti dijelaskan diatas. Setelah melalui diskusi kelas dan mendapat paparan materi perkuliahan pada hari itu (kurang lebih 1 jam 45 menit) tanpa pemberitahuan sebelumnya partisipan diminta untuk mengerjakan kuis mengenai materi yang baru disampaikan tersebut.

**Kedua**, partisipan diminta untuk mengisi kuesioner untuk mengukur tingkat kecanduan penggunaan media sosial. Partisipan juga diminta untuk memberikan data demografik (contoh usia dan demografik)

## HUBUNGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL DENGAN HASIL BELAJAR

Tingkat kecanduan situs jejaring sosial *Facebook* pada mahasiswa didapatkan dengan cara menyusun item-item item berdasarkan enam kriteria kecanduan dari Griffiths (2005) yaitu *salience*, *mood modification*, *tolerance*, *withdrawal*, *conflict*, dan *relapse*.

Temuan penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan demografik diantara dua kelompok eksperimen dalam factor usia dan jenis kelamin. Untuk menguji H1 dan menganalisa perbedaan dalam dua kelompok eksperimen, pertama dilakukan uji *t-test* untuk melihat perbedaan *mean* dari dua kelompok eksperimen dilihat dari tingkat kecanduan media sosial. Kelas I (n=27, *M*=3.036, *SD*=0.72663) dan Kelas 2 (n=25, *M*=3.0278, *SD*=0.51988). Hasil analisis menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan (df=65, p=0.958, t=0.052) diantara dua kelompok eksperimen sehingga ditolak. Hal ini menunjukkan kedua kelompok eksperimen memiliki tingkat kecanduan media sosial yang relative sama. Dengan kata lain, kedua kelompok eksperimen memiliki tingkat kecanduan media sosial yang setara dan dapat dibandingkan. Jika dilihat dari *mean* kedua kelompok eksperimen ini dapat disimpulkan bahwa tingkat kecanduan media sosial dari kedua kelompok tersebut relative cukup tinggi. Hal ini mengacu pada klasifikasi yang diberikan oleh Andreassen et al (2012) mengenai interpretasi penggunaan BFAS. Berdasarkan pada pendekatan liberal yang menggunakan *polythe c scoring key* yang lazim digunakan dalam mengukur perilaku adiktif lainnya, pengguna dikatakan memiliki

tendensi adiksi yang tinggi jika mendapatkan skor 3 atau lebih pada setidaknya empat dari enam indicator yang digunakan dalam skala ini.

Untuk menguji H2, dilakukan uji *t-test* untuk melihat adanya perbedaan antara kedua kelompok eksperimen dilihat dari hasil kuis mengenai materi pembelajaran. Hasil analisis menunjukkan bahwa Kelas I ( $n=27$ ,  $M=7.1081$ ,  $SD=1.34239$ ) dan Kelas II ( $n=20$ ,  $M=5.8667$ ,  $SD=1.74286$ ) memiliki perbedaan yang signifikan ( $df=47.235$ ,  $p=0.002$ ,  $t=3.033$ ,  $r=0.404$ ). Hal ini menunjukkan bahwa Kelas I yang diperbolehkan menggunakan media personal memiliki *mean* skor yang secara signifikan lebih tinggi bila dibandingkan dengan Kelas II yang tidak diperbolehkan menggunakan media personal. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa H2 diterima. Selain itu, dapat dilihat bahwa *effect size* ( $r=0.404$ ) berdasarkan klasifikasi Cohen (1988) dapat dikategorikan diatas menengah menuju besar.

## **DISKUSI**

Penelitian ini berusaha mengeksplorasi hasil belajar di dalam ruang kelas dalam kondisi yang berbeda dengan memasukkan factor tingkat kecanduan media sosial sebagai factor yang dapat memengaruhi hasil proses belajar. Dilihat dari pendekatan metodologi, penelitian ini menggunakan eksperimen lapangan dengan prosedur yang telah banyak diterapkan dalam penelitian-penelitian dalam perspektif teori kognitif dan perhatian (Hembrooke & Gay, 2003; Sana at al, 2012). Melalui dua kondisi eksperimen, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam hasil belajar diantara kelompok eksperimen yang memperbolehkan penggunaan media personal dalam kelas dan yang tidak, dimana kelompok eksperimen yang memperbolehkan

penggunaan media personal dalam kegiatan belajar mengajar memberikan hasil belajar yang secara signifikan lebih tinggi.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan hasil yang kontradiktif bila dibandingkan dengan penelitian-penelitian dalam perspektif kognitif dan perhatian. Dalam perspektif teoritis ini, berbagai penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang konsisten dan menyimpulkan bahwa keberadaan media personal seperti computer jinjing dan akses terhadap internet di dalam kelas mendorong mahasiswa untuk melakukan kegiatan-kegiatan non-akademis seperti kegiatan berjejaring sosial yang berdampak buruk pada proses pembelajaran dan performa akademis (Hembrooke Gay, 2003; Junco, 2012; Juncio Cotton, 2012; Sana et al, 2012). Rekomendasi praktis dari penelitian-penelitian ini diantaranya adalah pembatasan penggunaan media personal di dalam kelas (seperti computer jinjing dan telepon genggam/pintar) serta akses terhadap internet.

Temuan dari eksperimen yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rekomendasi yang diberikan dalam penelitian-penelitian tersebut belum tentu merupakan solusi yang efektif untuk meningkatkan kualitas proses belajar dan performa akademis. Dengan berdasarkan pada perspektif teoritis di area kognitif-behavioral yang melakukan studi terhadap perilaku kecanduan terhadap TIK khususnya dalam media sosial, penelitian ini berusaha memperkaya kajian literature mengenai penggunaan media personal di dalam kelas dengan mempertimbangkan faktor tingkat kecanduan media sosial mahasiswa dan bagaimana ada atau tidaknya akses terhadap media personal akan memengaruhi proses belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecanduan media sosial dari kedua kelompok eksperimen yang cenderung tinggi

mempunyai dampak terhadap hasil proses belajar dalam kondisi yang berbeda. Di dalam kondisi eksperimen dimana penggunaan media personal tidak diperbolehkan, hasil belajar secara signifikan lebih rendah bila dibandingkan dengan kondisi dimana penggunaan media personal diperbolehkan.

Penjelasan mengenai lebih tingginya performa akademis di dalam kondisi dimana penggunaan media personal diperbolehkan menguatkan hasil penelitian dalam perpektif teori kognitif behavioral yang menyatakan bahwa tingkat kecanduan terhadap teknologi dapat menyebabkan dampak psikologis (*withdrawal symptoms*) seperti kegelisahan, kecemasan, bahkan depresi yang dialami oleh pengguna ketika tidak dapat mengakses teknologi/media personal mereka (Caplan, 2002; 2003; Davis, 2001, Young & de Abreu, 2010). Jika dikaitkan dengan kemampuan kognitif, temuan dalam penelitian ini juga mendukung hasil penelitian-penelitian psikologi dan sosiologi klasik yang menyimpulkan kondisi psikologis mempunyai dampak yang signifikan terhadap proses belajar (Miller, 1964; Rosenfeld, 1978; Sarason et al, 1952). Jika melihat perkembangan penelitian yang berusaha menggabungkan kondisi psikologi dan ketergantungan teknologi secara khusus, temuan penelitian ini juga mendukung hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Clayton et al (2015). Dalam penelitiannya, Clayton et al (2015) menyimpulkan bahwa penggunaan yang ‘dipisahkan’ dari telepon pintarnya merasa cemas dan gelisah dimana hal tersebut mempunyai dampak negative dalam kemampuan mereka melakukan aktivitas kognitif.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini memberikan ilustrasi awal dalam penggunaan eksperimen untuk melihat dampak kecanduan media sosial dalam hasil pembelajaran dalam konteks kegiatan belajar-mengajar di dalam kelas. Temuan penelitian menunjukkan bahwa penelitian lanjutan akan sangat penting untuk melihat dampak penggunaan media sosial dalam pembelajaran khususnya jika penggunaan media sosial memiliki tingkat kecanduan terhadap kegiatan berjejaring sosial. Implikasi praktis dari temuan penelitian ini adalah larangan untuk menggunakan media personal dalam kelas belum tentu memberikan efek positif untuk mendukung performa akademik dari siswa karena hal ini justru dapat menimbulkan kegelisahan dan kecemasan yang dapat mengganggu proses belajar.

Peneliti menyadari beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, penelitian tidak melihat catatan akademik mahasiswa sebelumnya, karena itu ada kemungkinan bahwa hasil kuis dipengaruhi oleh kualitas akademik partisipan yang berbeda di kedua kelas. Walaupun demikian dapat diingat bahwa kuis dibuat berdasarkan materi perkuliahan yang diberikan pada hari itu sehingga partisipan diasumsikan memiliki pengetahuan setara mengenai materi tersebut. Kedua, penelitian ini tidak melakukan control terhadap factor demografik seperti jenis kelamin. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, jenis kelamin merupakan salah satu factor yang dapat memengaruhi hasil pembelajaran. Terakhir, karena kuis dilakukan pada kelas parallel di hari yang sama namun di waktu berbeda, ada kemungkinan hasil kuis dipengaruhi oleh waktu tes tersebut dilakukan. Contohnya, mungkin saja konsentrasi mahasiswa pada kelas siang

secara alami menjadi lebih rendah daripada kelas pagi karena stamina yang sudah menurun setelah mengikuti kelas sebelumnya.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian-penelitian selanjutnya. Contohnya, temuan penelitian menunjukkan tingkat kecanduan teknologi yang setara diantara kedua kelas, penelitian yang melihat hasil belajar diantara mahasiswa yang memiliki tingkat kecanduan teknologi yang berbeda akan sangat menarik untuk dilakukan terutama mengingat bahwa penelitian-penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa terbaginya perhatian ketika belajar juga mengganggu proses belajar. Sebagai tambahan, penelitian yang mengeksplorasi faktor-faktor individual lain seperti jenis kelamin, umur, dan pola perilaku penggunaan media sosial secara umum sebagai factor anteseden akan sangat menarik untuk memperkaya penelitian terkait kecanduan teknologi dan/atau jejaring sosial.

Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memberikan temuan yang cukup provokatif terkait kecanduan teknologi dan proses pembelajaran di dalam kelas, terutama terkait dengan temuan dari penelitian-penelitian yang menunjukkan dampak negative dari penggunaan teknologi/media personal di dalam kelas. Mengingat pelarangan penggunaan media personal yang semakin marak, temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa, pengajar dan pemangku kepentingan lainnya dalam institusi pendidikan mengenai kebijakan dan peraturan dalam kegiatan belajar mengajar. Tidak dapat dipungkiri bahwa penggunaan TIK memiliki banyak manfaat di dalam dunia pendidikan, walaupun demikian, pemahaman mengenai penggunaan yang efektif serta pola penggunaan media individu menjadi factor krusial yang dipertimbangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

Aufderheide, P., ed. 1993. *Media Literacy. A report of the national leadership conference on media literacy*. Aspen, CO: Aspen Institute.

Brunner, Cornelia, and Tally, William. 1999. *The New Media Literacy Handbook*. New York: Anchor Books.

Buckingham, D. 2003. *Media Education, Literacy, Learning and Contemporary Culture*. Cambridge: Polity Press.

Guntarto, B. 2007. *Pendidikan Media – Buku Pegangan Untuk Guru Sekolah Dasar*. Jakarta: Yayasan Pengembangan Media Anak dan UNICEF.

Jenkins, Henry. 2007. *Confronting the Challenges of Participatory Culture: Media Education for the 21<sup>st</sup> Century*. Chicago: MacArthur Foundation.

Kaiser Family Foundation. 2006. *The Media Family: Electronic Media in the Lives of Infants, Toddlers, Preschoolers and Their Parents*. California: Kaiser Family Foundation.

Palfrey, John. dan Gasser, Urs. 2008. *Born Digital: Understanding the First Generation of Digital Natives*. New York.

Potter, James W. 2008. *Media Literacy 4th ed*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Tyner, Kathleen. 1998. *Literacy in a Digital World: Teaching and Learning in the Age of Information*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Yayasan Pengembangan Media Anak. 2010. *Media Dalam Kehidupan Anak–Lembar Fakta 2006–2010*. Jakarta: YPMA.

Al-Munzir Vol. 9. No. 2 November 2016      Dampak Kecanduan.....

Brown, J. A. 1998. Media literacy perspectives. Dalam *The Journal of Communication* 48 (1):44-57.

Buckingham, D. 2007. Media education goes digital: an introduction. Dalam *Learning, Media and Technology*, 32 (2):111-119.

Hobbs, R. 2004. A review of school-based initiatives in media literacy education. *American Guntarto, B. 2001. Internet and the New Media: Challenges for Indonesian Children. Behavioral Scientist* 48 (1):42-59.

Marten, Hans. 2010. Evaluating Media Literacy Education: Concepts, Theories and Future Directions. *Journal of Media Literacy Education* Vol 2(1), 1-22.

Guntarto (ed). 2011. *Kumpulan Makalah Workshop Nasional: Konsep dan Implementasi Media Literacy di Indonesia*. Jakarta: YPMA.

Guntarto, et.al. 2011. *Memahami Interaksi Remaja Dengan Internet: Referensi Untuk Guru dan Orangtua*. Jakarta: Tim Kajian YPMA

Literat, Ioana. 2011. Measuring New Media Literacies: Towards the Development of a Comprehensive Assessment Tool. Project New Media Literacies.

Martin, Allan. 2009. *Digital Literacy fot the Third Age: Sustaining Identity in an Uncertain World*. [www.elearningpapers.eu](http://www.elearningpapers.eu).

<http://ictwatch.com/internetsehat/2011/05/13/75-juta-pengguna-facebook-masih-di-bawah-umur/>

<http://www.asepz.com/2010/02/komnas-anak-ada-36-kasus-kejahatan-anak-remaja-dari-facebook/>

[http://www.mediaawareness.ca/english/corporate/media\\_kit/digital\\_literacy\\_paper\\_pdf/digitalliteracypaper\\_part1.pdf](http://www.mediaawareness.ca/english/corporate/media_kit/digital_literacy_paper_pdf/digitalliteracypaper_part1.pdf)

[http://lib.uin-malang.ac.id/thesis/chapter\\_ii/06410129-dahlia.ps](http://lib.uin-malang.ac.id/thesis/chapter_ii/06410129-dahlia.ps) <http://indraqqa11.blogspot.com/2012/12/pembentukan-konsep-remaja.html>

<http://www.psychologymania.com/2012/09/perkembangan-konsep-diri-remaja.html>