

**PENGARUH KEBIASAAN SCROLLING MEDIA SOSIAL TERHADAP
KONSENTRASI BELAJAR MAHASISWA PENDIDIKAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

Heflindo Sinaga¹, Yusnadi²

^{1,2}Penmas FIP Universitas Negeri Medan

¹heflindosinaga2@gmail.com, ²yusnadi@unimed.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to determine the influence of social media scrolling habits on the learning concentration of students of Community Education at the Faculty of Education, Universitas Negeri Medan. This study employed a quantitative associative approach. The population of this study consisted of 331 students. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling, in which the population was divided into several strata or groups based on certain characteristics. The sample consisted of 77 students from the Community Education Department, with an error tolerance of 10%. Data were collected through questionnaires and analyzed using simple linear regression analysis. The results of the data analysis revealed that social media scrolling habits had a significant influence on students' learning concentration, with a t -value of 3.898 greater than the t -table value of 1.665, and an F -value of 15.195 with a significance level of $0.000 < 0.05$. Since the t -value was greater than the t -table value, it could be concluded that H_0 was rejected and H_a was accepted. Furthermore, the coefficient of determination (R^2) was 0.168, indicating that 16.8% of the variation in learning concentration could be explained by social media scrolling habits, while the remaining 83.2% was influenced by factors outside the scope of this study.

Keywords: Social media scrolling habits, learning concentration,

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebiasaan *scrolling* media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Pendekatan dalam penelitian ini adalah kuantitatif asosiatif. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 331 orang mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling* yaitu dengan cara membagi populasi ke dalam beberapa strata atau kelompok berdasarkan karakteristik tertentu. Sampel yang digunakan berjumlah 77 orang mahasiswa di jurusan Pendidikan Masyarakat dengan error tolerance 10%. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket, kemudian diolah dengan uji regresi linear sederhana. Hasil analisis data diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar, dengan t_{hitung} (3.3898) > t_{tabel} (1.665) serta F_{hitung} 15.195 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$, Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka

dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan Nilai koefisien determinansi (R^2) sebesar 0,168 yaitu 16,8% variasi konsentrasi belajar dijelaskan oleh faktor kebiasaan *scrolling* media sosial sedangkan sisanya 83,2% dipengaruhi oleh faktor di luar penelitian.

Kata Kunci: Kebiasaan *scrolling* media sosial, Konsentrasi Belajar

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital telah membawa perubahan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam bidang pendidikan. Salah satu bentuk perkembangan teknologi yang paling banyak dimanfaatkan masyarakat saat ini adalah media sosial. Media sosial merupakan platform digital yang memungkinkan individu untuk berinteraksi, berbagi informasi, serta memperoleh berbagai bentuk hiburan secara cepat dan mudah. Kemudahan akses tersebut menyebabkan media sosial menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama bagi kalangan remaja dan mahasiswa. McQuail (2010) menjelaskan bahwa media sosial merupakan sarana komunikasi massa yang memungkinkan terjadinya pertukaran informasi secara interaktif tanpa batas ruang dan waktu.

Berdasarkan data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet

Indonesia (APJII) tahun 2025, jumlah pengguna internet di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Peningkatan penggunaan internet tersebut berdampak pada semakin tingginya intensitas penggunaan media sosial oleh masyarakat, khususnya generasi muda. Sejalan dengan itu, laporan We Are Social (2025) menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna internet di Indonesia mengakses media sosial setiap hari dengan durasi penggunaan yang relatif tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi kebutuhan sekaligus bagian dari gaya hidup masyarakat modern.

Tingginya intensitas penggunaan media sosial mendorong munculnya berbagai perilaku digital baru, salah satunya adalah kebiasaan *scrolling* media sosial. *Scrolling* merupakan aktivitas menggulir layar secara terus-menerus untuk melihat berbagai konten yang tersedia pada platform media sosial. Saat ini, sebagian besar platform media sosial

seperti TikTok, Instagram, Facebook, dan X (Twitter) menerapkan sistem infinite scrolling, yaitu penyajian konten tanpa batas yang memungkinkan pengguna terus mengakses informasi tanpa henti. Christantio et al. (2025) menjelaskan bahwa fenomena tersebut menyebabkan pengguna cenderung mengalami zombie scrolling syndrome, yaitu kondisi ketika individu terus melakukan scrolling secara berulang tanpa tujuan yang jelas dan sulit menghentikan aktivitas tersebut.

Kebiasaan scrolling media sosial yang dilakukan secara berlebihan dapat berkembang menjadi suatu kebiasaan yang melekat dalam kehidupan sehari-hari. Verplanken dan Orbell (2003) menyatakan bahwa kebiasaan merupakan perilaku yang dilakukan secara berulang dan berlangsung secara otomatis sebagai respons terhadap situasi tertentu. Wood (2019) juga menjelaskan bahwa kebiasaan yang dilakukan secara terus-menerus dapat memengaruhi pola perilaku individu, baik secara positif maupun negatif. Dalam konteks penggunaan media sosial, kebiasaan scrolling yang tidak terkontrol berpotensi mengurangi produktivitas

individu, termasuk dalam kegiatan akademik.

Mahasiswa merupakan kelompok usia yang sangat dekat dengan penggunaan media sosial. Selain dimanfaatkan sebagai sarana komunikasi dan hiburan, media sosial juga sering digunakan mahasiswa sebagai sumber informasi dan media pembelajaran. Rahman et al. (2023) menyatakan bahwa media sosial dapat memberikan manfaat dalam mendukung proses pembelajaran apabila digunakan secara tepat. Namun, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti menurunnya fokus, terganggunya manajemen waktu, serta berkurangnya konsentrasi belajar mahasiswa.

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan individu untuk memusatkan perhatian terhadap aktivitas belajar dalam jangka waktu tertentu sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Slameto (2010) menjelaskan bahwa konsentrasi belajar adalah pemusatan pikiran dan perhatian terhadap materi yang sedang dipelajari dengan

mengesampingkan hal-hal lain yang tidak berhubungan dengan proses belajar. Konsentrasi belajar memiliki peranan penting karena menentukan keberhasilan mahasiswa dalam memahami materi, menyelesaikan tugas, dan mencapai hasil belajar yang optimal. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2013), konsentrasi belajar yang baik akan mempermudah peserta didik dalam menerima, mengolah, dan menyimpan informasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Namun demikian, fenomena yang terjadi saat ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi belajar akibat tingginya penggunaan media sosial. Aktivitas scrolling media sosial yang dilakukan secara terus-menerus menyebabkan perhatian mahasiswa mudah teralihkan sehingga fokus belajar menjadi menurun. Salim dan Jannah (2026) mengemukakan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat memperpendek attention span mahasiswa sehingga individu lebih sulit memusatkan perhatian pada kegiatan akademik dalam waktu yang lama.

Berdasarkan hasil observasi awal dan pra survei yang dilakukan peneliti pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa masih sering mengakses media sosial saat kegiatan perkuliahan berlangsung maupun ketika mengerjakan tugas. Mahasiswa cenderung membuka media sosial secara berulang hanya untuk melihat konten terbaru tanpa tujuan tertentu. Kebiasaan tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus belajar, mudah terdistraksi, serta sering menunda penyelesaian tugas akademik.

Temuan tersebut didukung oleh beberapa penelitian terdahulu. Penelitian Pratiwi dan Pritanova (2017) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh terhadap menurunnya konsentrasi belajar mahasiswa. Penelitian Sahabuddin, Rahmawati, dan Firmansyah (2025) juga menemukan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Selain itu, penelitian Syafa (2025) menunjukkan bahwa semakin tinggi

penggunaan media sosial maka konsentrasi belajar mahasiswa cenderung semakin rendah. Hasil penelitian Ardiyanti et al. (2025) turut memperkuat bahwa media sosial memiliki pengaruh terhadap fokus dan konsentrasi belajar mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa kebiasaan scrolling media sosial memiliki potensi untuk memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kebiasaan scrolling media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian pendidikan, khususnya terkait perilaku digital mahasiswa serta menjadi bahan pertimbangan bagi mahasiswa dalam menggunakan media sosial secara lebih bijaksana.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif. Penelitian asosiatif bertujuan untuk mengetahui pengaruh

antara variabel bebas, yaitu kebiasaan scrolling media sosial, terhadap variabel terikat, yaitu konsentrasi belajar mahasiswa. Penelitian dilaksanakan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 77 mahasiswa Program Studi Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Mengingat jumlah populasi yang relatif kecil, maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian dengan menggunakan teknik total sampling, sehingga jumlah sampel penelitian sebanyak 77 mahasiswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Instrumen penelitian disusun berdasarkan indikator variabel kebiasaan scrolling media sosial dan konsentrasi belajar mahasiswa yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan dalam penelitian. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert dengan lima alternatif jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik data penelitian, sedangkan statistik inferensial digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan program Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versi 25.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di jurusan Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Responden dalam penelitian ini melibatkan 77 mahasiswa Pendidikan masyarakat. Pemilihan responden ini dilakukan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan cara membagi populasi ke dalam beberapa strata atau kelompok berdasarkan karakteristik tertentu, kemudian sampel diambil secara acak dari setiap strata tersebut. Data yang

dikumpulkan dalam studi ini mencakup dua variable utama, yaitu Kebiasaan scrolling media sosial (X), dan Konsentrasi belajar mahasiswa (Y).

1. Tabel statistic deskriptif variable penelitian

	Kebiasaan scrolling media sosial	Konsentrasi belajar mahasiswa
N	77	77
Minimum	54	38
Maksimum	87	74
Sum	5117	4206
Mean	66,45	54,62
Mode	64	51
Std. Deviation	6.363	7.178

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa variabel kebiasaan scrolling media sosial memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 66,45 dengan nilai median sebesar 66,00 dan modus sebesar 64,00. Nilai standar deviasi sebesar 6,36 menunjukkan bahwa data pada variabel kebiasaan scrolling media sosial memiliki tingkat penyebaran yang relatif rendah. Skor terendah yang diperoleh responden adalah 54 dan skor tertinggi sebesar 87.

Sementara itu, variabel konsentrasi belajar mahasiswa memiliki nilai rata-rata sebesar 54,62

dengan median sebesar 53,00 dan modus sebesar 51,00. Nilai standar deviasi sebesar 7,18 menunjukkan bahwa data konsentrasi belajar mahasiswa memiliki variasi yang cukup beragam. Skor minimum yang diperoleh responden adalah 38 dan skor maksimum sebesar 74.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan dengan uji Kolmogorov-smirnov karena jumlah sampel diatas dari 50 responden. Hasil pengujian dapat dilihat pada table 2

Tabel 2 hasil uji normalitas Kolmogorov smirnov

One-sample Kolmogorov-smirnov Test		
Unstandardized Residual		
N		
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.54571895
	Absolute	.087
	Positive	.087
	Negative	-.055
Test Statistic		0.87
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,200 > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Dengan demikian, data penelitian memenuhi syarat untuk dilakukan analisis lebih lanjut menggunakan statistik parametrik. Selanjutnya dilakukan uji linearitas yang dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 3. Hasil uji linearitas

Sumber variasi	F	Sig.
Linearity	21,103	0,000
Deviation from linearity	2,268	0,107

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar $0,107 > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kebiasaan scrolling media

sosial dengan konsentrasi belajar mahasiswa. Oleh karena itu, kedua variabel memenuhi asumsi linearitas sehingga dapat dilanjutkan pada analisis regresi linear sederhana. Berikut adalah hasil uji regresi linear sederhana.

Tabel 4. Uji regresi Linear sederhana

Model	Nilai
R	0,410
<i>R Square</i>	0,168
<i>Adjusted R Square</i>	0,157
<i>Std. Error of Estimate</i>	6,589

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,410. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan pada kategori sedang antara kebiasaan scrolling media sosial dengan konsentrasi belajar mahasiswa. Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,168 menunjukkan bahwa kebiasaan scrolling media sosial memberikan kontribusi sebesar 16,8% terhadap konsentrasi belajar mahasiswa, sedangkan sisanya sebesar 83,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Hasil uji ANOVA menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (<

0,05), sehingga model regresi dinyatakan signifikan. Persamaan regresi yang diperoleh adalah:

$$Y = 85,395 - 0,463X$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan kebiasaan scrolling media sosial akan menyebabkan penurunan konsentrasi belajar mahasiswa sebesar 0,463 satuan.

Untuk mengetahui pengaruh kebiasaan scrolling media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa, maka dilakukan uji hipotesis. Hasil pengujian disajikan pada table 5.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Variabel	t	Sig.
Kebiasaan scrolling media sosial	-3.898	0.000

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, diperoleh nilai t hitung sebesar -3,898 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan

demikian, terdapat pengaruh yang signifikan antara kebiasaan scrolling media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Dalam analisis regresi linear sederhana, nilai R Square (R²) menunjukkan proporsi atau persentase pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Nilai koefisien determinasi diperoleh dari tabel model summary pada output SPSS. Nilai R Square disajikan pada tabel di bawah ini.

Tabel 6. Hasil uji koefisien determinasi

Model summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the estimate
1	.410	.168	.157	6.589

Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,168 menunjukkan bahwa variabel kebiasaan scrolling media sosial memberikan kontribusi sebesar 16,8% terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Negeri Medan. Sementara itu, sebesar 83,2% variasi konsentrasi belajar dipengaruhi oleh

variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

2. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan scrolling media sosial berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji regresi linear sederhana yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai t hitung sebesar -3,898. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat pengaruh kebiasaan scrolling media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa dapat diterima.

Persamaan regresi yang diperoleh, yaitu $Y = 85,395 - 0,463X$, menunjukkan bahwa arah pengaruh yang terjadi bersifat negatif. Artinya, semakin tinggi kebiasaan scrolling media sosial yang dilakukan mahasiswa, maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah kebiasaan scrolling media sosial, maka konsentrasi belajar mahasiswa cenderung semakin meningkat.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rizki (2025) yang

menemukan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kemampuan konsentrasi siswa. Semakin tinggi penggunaan media sosial, maka semakin rendah tingkat konsentrasi yang dimiliki individu. Hasil tersebut memperkuat temuan penelitian ini bahwa kebiasaan scrolling media sosial dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam memusatkan perhatian selama proses pembelajaran.

Selain itu koefisien determinasi sebesar 0,168 menunjukkan bahwa 16,8% variasi konsentrasi belajar mahasiswa dapat dijelaskan oleh kebiasaan scrolling media sosial. Sisanya 83,2% dijelaskan oleh faktor lain seperti lingkungan belajar, metode pembelajaran maupun waktu. Dengan demikian kebiasaan scrolling media sosial dapat dikatakan sebagai salah satu faktor penting tetapi bukan satu-satunya penentu konsentrasi belajar mahasiswa. maka dapat disimpulkan pengaruh kebiasaan scrolling media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan masyarakat FIP Universitas Negeri Medan sebesar 16,8%.

Penelitian ini sesuai dengan teori sati (2021) konsentrasi belajar merupakan kemampuan seseorang memusatkan perhatian secara maksimal terhadap aktivitas belajar yang sedang dilakukan. Konsentrasi yang baik memungkinkan mahasiswa memahami materi pembelajaran lebih mudah serta membantu mencapai hasil belajar yang lebih baik. Penelitian ini juga sejalan dengan pendapat Slameto (2010) yang menyatakan bahwa konsentrasi merupakan pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan mengesampingkan hal-hal lain yang tidak berhubungan. Dalam proses belajar, mahasiswa dituntut untuk mampu memusatkan perhatian pada materi pembelajaran sehingga proses penerimaan dan pengolahan informasi dapat berlangsung secara optimal.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Negeri Medan masih mampu mengikuti proses pembelajaran dengan cukup baik, namun masih terdapat berbagai distraksi yang menyebabkan konsentrasi belajar belum mencapai kategori tinggi. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan

kemampuan konsentrasi belajar mahasiswa agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara lebih efektif.

Dengan demikian kebiasaan scrolling yang tinggi perlu menunjukkan perlunya pengendalian penggunaan media sosial lebih efektif. Dengan pengolahan media sosial yang baik, mahasiswa diharapkan dapat lebih memusatkan perhatian pada kegiatan belajar sehingga dapat meningkat pada kategori tinggi dan optimal.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan scrolling media sosial berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Pendidikan Masyarakat Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 85,395 - 0,463X$ yang menunjukkan bahwa arah pengaruh bersifat negatif. Artinya, semakin tinggi kebiasaan scrolling

media sosial, maka semakin rendah konsentrasi belajar mahasiswa.

Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,168 menunjukkan bahwa kebiasaan scrolling media sosial memberikan kontribusi sebesar 16,8% terhadap konsentrasi belajar mahasiswa, sedangkan sisanya sebesar 83,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa disarankan untuk lebih bijak dalam menggunakan media sosial dan mampu mengatur waktu penggunaan media sosial agar tidak mengganggu konsentrasi belajar. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi konsentrasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiyanti, A., Rhamadani, M. T., Putri, R. A., Tarigan, S. W. J., & Subaedah, S. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Konsentrasi Dan Fokus Belajar Mahasiswa/I Unimed Fakultas FBS. Benefit:

- Journal of Bussiness, Economics, and Finance*, 3(1), 69-76.
- Dimiyati Mudjiono. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- McQuail, D. (2010). *McQuail's mass communication theory* (6th ed.). London: Sage Publications.
- Pratiwi, A., & Pritanova, N. (2017). Pengaruh media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*.
- Rizki, M.Y., (2025). Pengaruh media sosial terhadap konsentrasi belajar dan prestasi akademik siswa. *Jurnal Edu reseach*, 6,(1), 2242-2249.
- Salim, I. E., & Jannah, M. (2026). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Attention Span Mahasiswa Di Era Digital. *Jurnal Empati*, 15(01), 50-59.
- Slameto, 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sati, L., & Sunarti, V. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Dengan Hasil Belajar Peserta Didik Di Lkp Hazika Education Center. Spektrum: *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* (PIs), 9(4).
- Syafa, N. (2025). Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa J-PBSI Universitas Lambung Mangkurat. *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan dan Bahasa*, 4(4), 104-111.
- Verplanken, B. & Orbell, S. (2003). Reflections on Past Behavior: A Self-Report Index of Habit Strength. *Journal of Applied Social Psychology*, Vol. 33(6), pp. 1313–1330.
- Wood, W. (2019). *Good habits, bad habits: The science of making positive changes that stick*. New York: Farrar, Straus and Giroux