

## ABSTRAK

# PENGARUH TECHNOSTRESS SOCIAL MEDIA PADA PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA DENGAN MEDIASI PENGENDALIAN DIRI (STUDI KASUS: IT TELKOM PURWOKERTO)

Oleh

Nindi Ilmiyati Fajriyah

20103063

Penggunaan media sosial yang terus meningkat tersebut dapat menyebabkan terjadinya *technostress*. Mahasiswa sangat rentan mengalami *technostress*, hal ini disebabkan oleh tuntutan mahasiswa untuk dipaksa kreatif, inovatif, dan cepat dalam beradaptasi dengan teknologi yang ada. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengurangi kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan diri mereka sendiri, sehingga mengganggu fokus dan disiplin dalam belajar yang menyebabkan menurunnya prestasi akademik. Penelitian ini menggunakan *framework Stressor Strain Outcome* (SSO) untuk menjelaskan reaksi negatif pengguna dari sudut pandang *stressor*. Terdapat enam *stressor* yaitu *social overload*, *disclosure*, *pattern*, *complexity*, *uncertainty*, dan *invasion*. *Strain* berupa penggunaan media sosial dan *outcome* berupa *student vitality*, *satisfaction with academic life*, *study performance* dan *career development*. Populasi dalam penelitian yaitu mahasiswa IT Telkom Purwokerto dan sampel yang digunakan sebanyak 367 mahasiswa. Pengumpulan informasi untuk penelitian ini adalah melalui penggunaan kuesioner yang disebar menggunakan *platform Google Form*. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui dampak dari penggunaan media sosial terhadap hasil akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto serta mengetahui faktor yang bisa memberi dampak terjadinya *technostress* penggunaan media sosial terhadap akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto. Disebar kuesioner pengaruh *technostress* terhadap prestasi akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto yang terdiri dari 52 pernyataan yang terdiri dari variabel *social overload*, *disclosure*, *pattern*, *complexity*, *uncertainty*, *invasion*, *deficient SNS self-control*, *academic SNS use*, *student vitality*, *satisfaction with academic life*, *study performance* dan *career development*. Analisis data dilakukan menggunakan *tools SmartPLS*. Setelah dilakukan validitas terdapat 20 pernyataan yang tidak valid sehingga hanya 32 pernyataan yang digunakan sebagai instrumen penilaian. Setelah data valid dan reliabel, dilakukan *outer model* (uji multikolinearitas dan *R-square*). Setelah itu dilakukan pengujian hipotesis, dari empat hipotesis yang tersedia H1 dan H3 ditolak sedangkan H2 dan H4 diterima. Dari rekomendasi yang diberikan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media sosial harus dibatasi dan harus mengatur waktu yang seimbang antara penggunaan media sosial dan aktivitas akademik untuk tidak memicu dampak negatif dari media sosial.

**Kata kunci:** media sosial, pengendalian diri, *Stressor Strain Outcome* (SSO), *technostress*.