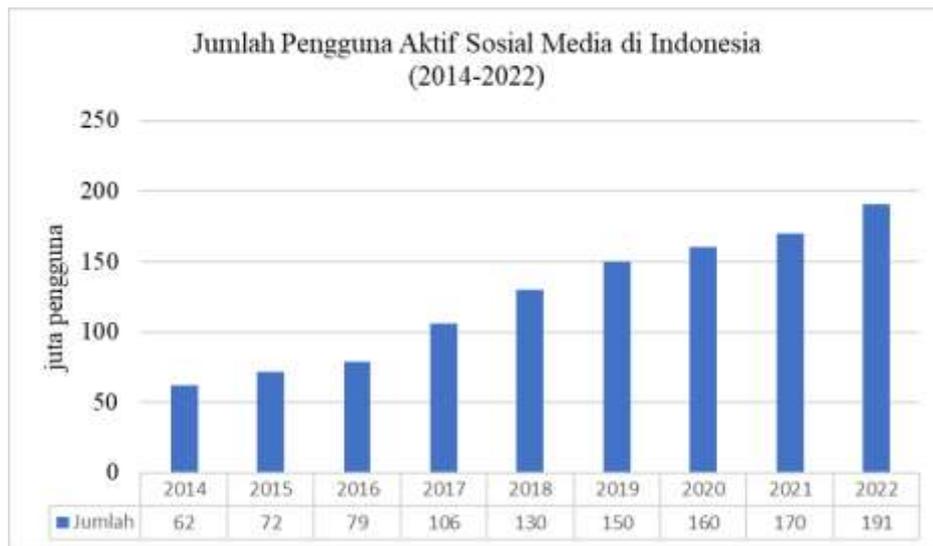


# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Aktivitas keseharian manusia tidak lepas dari media sosial, dikarenakan telah menjadi kebutuhan dalam berkomunikasi antar sesama manusia[1]. Hal tersebut tentu dapat mengubah perilaku manusia sebagai pengguna media sosial yang merupakan peralihan dari komunikasi tradisional[2]. Pengguna aktif media sosial di Indonesia dalam jangka waktu 9 tahun terakhir mengalami kenaikan dengan rata-rata yang signifikan yaitu kurang lebih 2.5% di tiap tahunnya, hal ini dapat terlihat pada Gambar 1.1 grafik jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia (2014-2022) dibawah ini [3].



**Gambar 1.1 Jumlah Pengguna Aktif Media sosial di Indonesia**  
Sumber: dataindonesia.id oleh M Ivan Mahdi, 2022 [3]

Penggunaan media sosial yang terus meningkat tersebut dapat menyebabkan terjadinya *technostress*[4][5]. *Technostress* dapat muncul dengan berbagai mekanisme seperti keadaan dimana pengguna kesulitan dalam menggunakan teknologi serta tekanan yang di dapat dari para pengguna media sosial lainnya[5]. Hal ini tentu secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap psikologis serta tingkah laku pengguna atau perilaku manusia[6][7]. Mahasiswa sangat rentan mengalami *technostress*[8], hal ini disebabkan oleh tuntutan mahasiswa untuk

dipaksa kreatif, inovatif, dan cepat dalam beradaptasi dengan teknologi yang ada[9].

Terdapat beberapa universitas yang menerapkan teknologi di dalam pembelajarannya, salah satunya yaitu Institut Teknologi Telkom Purwokerto. Institut Teknologi Telkom Purwokerto merupakan institusi yang berlatar belakang pendidikan di bidang teknologi informasi [10] yang memungkinkan seluruh mahasiswanya selalu menggunakan teknologi informasi. Berdasarkan kuesioner pra-penelitian yang telah disebarakan pada responden mahasiswa Institut Teknologi Telkom Purwokerto dengan mayoritas usia 19 – 24 tahun menunjukkan bahwa penggunaan teknologi yang sering digunakan oleh responden yaitu berupa mencari informasi, mendengarkan musik dan menonton video, melakukan sosialisasi serta mengeposkan gambar dan juga video. Media sosial umumnya dipakai adalah WhatsApp, Instagram, YouTube, TikTok, dan Twitter. Selain itu dari penyebaran kuesioner ditemukan bahwa, terdapat jenis informasi yang dapat membuat para responden mengalami *stress* yaitu antara lain, informasi politik, kesehatan, *entertainment*, teknologi dan kecantikan. Publik figur, teman kuliah, dan keluarga dapat menjadi sumber informasi yang dapat menimbulkan stres. Responden juga merasa bahwa semua hal yang dilakukan tidak berjalan sesuai harapan dan merasa tidak dapat mengatasi semua hal, sehingga diperlukan media refleksi diri dengan menggunakan mediasi pengendalian diri melalui media sosial. Hasil kuesioner pra-penelitian yang telah dilakukan menemukan bahwa rata-rata mahasiswa menghabiskan waktunya lebih dari lima jam dalam menggunakan media sosial sedangkan menurut situs *We are Social* ([wearesocial.com](http://wearesocial.com)) rata-rata penggunaan media sosial selama 3 jam 17 menit[11]. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengganggu pengendalian diri mahasiswa[12] dikarenakan mahasiswa tergodanya untuk menghabiskan waktu berlebihan di media sosial[13]. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengurangi kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan diri mereka sendiri, sehingga mengganggu fokus dan disiplin dalam belajar[14] yang menyebabkan menyebabkan turunya prestasi akademik.

Pengendalian diri dalam penggunaan media sosial diperlukan untuk dapat mengatur penggunaan media sosial dalam kehidupan sehari-hari[15]. Mahasiswa

yang memiliki pengendalian diri yang buruk dapat menyebabkan prestasi akademik yang menurun serta gagal dalam kehidupannya[16]. Pengendalian diri dapat melibatkan pemantauan dan pengaturan waktu yang tepat seperti, pengaturan batasan penggunaan media sosial, dan kemampuan untuk tetap fokus prestasi akademik[17].

Pengaruh antara *stressor technostress* media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto melalui mediasi pengendalian diri dengan menentukan bagaimana dan kapan penggunaan media sosial dapat menurunkan prestasi akademiknya. Maka perlu dilakukan pemahaman secara lebih lanjut mengenai hubungan antara *stressor* media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa[18]. Berdasarkan pemaparan masalah, maka dilakukan sebuah penelitian yang berjudul **“Pengaruh Technostress Media sosial pada Prestasi Akademik Mahasiswa dengan Mediasi Pengendalian Diri (Studi Kasus: IT Telkom Purwokerto)”**

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, *technostress* dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari salah satunya pada bidang prestasi akademik mahasiswa. Hal ini tentu dapat membuat mahasiswa mengalami penurunan di dalam bidang prestasi akademik. Rumusan masalah dari penelitian yaitu memeriksa keterkaitan antara *stressor* media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa Institut Teknologi Telkom Purwokerto.

## **1.3. Pertanyaan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijabarkan, memunculkan pertanyaan: bagaimana dampak *technostress* dari penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto.

#### **1.4. Batasan masalah**

Berdasarkan rumusan masalah, untuk mencapai penelitian yang sesuai dengan masalah, terdapat batasan masalah penelitian yang tertera sebagai berikut:

1. Penelitian ini dikerjakan pada tahun 2023.
2. Berfokus pada enam *stressor* media sosial yaitu *social overload, disclosure, pattern, complexity, uncertainty, dan invasion*.
3. Kuesioner yang diangkat diadopsi dari penelitian yang telah ada.

#### **1.5. Tujuan**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui dampak *technostress* dari penggunaan media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto.

#### **1.6. Manfaat**

Terdapat dua manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Bagi Peneliti:

Manfaat penelitian ini yaitu untuk meningkatkan pemahaman mengenai pengaruh *stressor technostress* media sosial terhadap prestasi akademik mahasiswa IT Telkom Purwokerto dengan mediasi pengendalian diri.

2. Bagi Institut Teknologi Telkom Purwokerto:

Manfaat penelitian ini bagi Institut Teknologi Telkom Purwokerto adalah untuk memahami dampak *stressor technostress* media sosial pada pencapaian akademik mahasiswanya sehingga mengetahui mengenai masalah yang dialami mahasiswa serta memberikan saran kepada institut mengenai cara penanganan *technostress*.