

---

---

## Hubungan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Mahasiswa Di Program Studi Ppkn Universitas Pamulang

Rizki Ari Mubarak<sup>1</sup>, Dewi purnama<sup>2</sup>,

<sup>a,b</sup>Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pamulang

<sup>1</sup>*rizkyrizkyarimubarak@gmail.com*; <sup>2</sup>*dosen01569@unpam.ac.id*

\*korespondensi penulis

Naskah diterima: 26-01-2026, direvisi: 10-03-2026, disetujui: 30-03-2026

---

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya penggunaan media sosial yang memengaruhi pola konsumsi dan interaksi sosial mahasiswa. Permasalahan utama terletak pada bagaimana intensitas penggunaan media sosial berkaitan dengan kecenderungan gaya hidup mahasiswa, khususnya di lingkungan akademik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterkaitan antara penggunaan media sosial dengan gaya hidup mahasiswa semester VIII Program Studi PPKn Universitas Pamulang. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Responden berjumlah 54 mahasiswa yang ditentukan melalui teknik sampling berdasarkan rumus Slovin dan instrumen berupa kuesioner skala Likert. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan, di mana semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam menggunakan media sosial, semakin besar pula kecenderungan mereka menjalani gaya hidup konsumtif dan hedonistik. Temuan ini menegaskan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai faktor yang turut membentuk pola perilaku dan pilihan hidup mahasiswa. Dengan demikian, diperlukan kesadaran kritis mahasiswa dalam memanfaatkan media sosial agar tidak terjebak pada gaya hidup yang berlebihan.

**Kata Kunci:** media sosial, gaya hidup, mahasiswa, PPKn

---

### Abstract

*This research is motivated by the growing use of social media that has influenced students' consumption patterns and social interactions. The main concern lies in how the intensity of social media use is related to the lifestyle tendencies of students in higher education. The purpose of this study is to analyze the connection between social media use and the lifestyle of eighth-semester students of the Civic Education Study Program at Pamulang University. The study applied a quantitative approach with a correlational design. A total of 54 students participated as respondents, selected through Slovin's formula, and data were collected using a Likert-scale questionnaire. The results reveal a significant positive relationship, showing that the more intensely students engage with social media, the stronger their tendency toward a consumptive and hedonistic lifestyle. These findings emphasize that social media is not only a medium for communication but also a factor that shapes students' behavior and lifestyle choices. Therefore, critical awareness in using social media is necessary so that students are able to manage its influence wisely and avoid being trapped in excessive lifestyles.*

**Keywords:** social media, lifestyle, students



## **Pendahuluan**

Khususnya pada media sosial yang perkembangannya meningkat sangat signifikan. Media sosial yang banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia belakangan ini seperti Instagram, twitter, youtube, whatsapp, dan tik-tok adalah produk teknologi media sosial baru yang sedang di gemari banyak kalangan masyarakat. Dari orang tua sampai anak – anak mengetahui dan menggunakan media sosial tersebut. Perkembangan teknologi dan arus informasi telah

menjadikan masyarakat Indonesia lebih terbuka terhadap pengetahuan global. Tak dapat disangkal bahwa kemajuan media, baik itu media elektronik, cetak, maupun online, berkontribusi signifikan dalam perubahan gaya hidup individu. Di era modern saat ini, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga telah menjadi bagian integral dari gaya hidup, terutama di kalangan anak muda, pelajar, dan mahasiswa..

Survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2022 menunjukkan bahwa hampir seluruh mahasiswa atau sekitar 98,19% menggunakan media sosial. Angka ini meningkat 3,55% dibandingkan survei pada tahun 2020 yang mencapai 94,64%. Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan mahasiswa. Penggunaan media sosial di kalangan siswa terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan data, platform yang paling sering digunakan adalah YouTube dengan persentase 96,87%, disusul Facebook sebesar 96,01%, WhatsApp 95,08%, Instagram 91,12%, dan Twitter 67,97%. YouTube menjadi pilihan utama karena menyajikan beragam konten audio-visual yang informatif dan mendukung proses belajar, sedangkan WhatsApp dan Facebook diminati berkat fitur percakapan serta kelompok diskusinya. Rata-rata mahasiswa menghabiskan waktu antara 3 hingga 5 jam setiap hari untuk mengakses media sosial. Aktivitas ini biasanya dilakukan di sela-sela perkuliahan, saat waktu istirahat, hingga menjelang tidur malam. Jenis konten yang paling banyak diakses adalah hiburan seperti video, meme, musik, vlog, dan film. Selain itu, media sosial juga dimanfaatkan untuk mencari informasi seputar perkuliahan, Pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik, pendidik, dan sumber belajar dalam lingkungan pendidikan (Suardi, 2018).

Dampak positif media sosial bagi mahasiswa diantaranya yaitu memudahkan mereka dalam berkomunikasi jarak jauh dengan dosen, teman kuliah, ataupun keluarga; sarana promosi dan pertukaran informasi terkait kegiatan kampus; serta wadah untuk menunjukkan eksistensi dan prestasi. Namun penggunaan media sosial yang berlebihan juga berdampak negatif seperti menurunnya konsentrasi saat kuliah dan fokus mengerjakan tugas; hoaks dan informasi yang berputar; hingga kecanduan yang mengganggu produktivitas.

Gaya hidup ini sering kali dijadikan panutan bagi banyak orang, apalagi orang tersebut mempunyai banyak pengikut di akun media sosial nya maka makin banyak pula orang yang akan meniru gaya hidup mereka, karena kehidupan mereka mencerminkan cara hidup yang sesuai kebutuhan pribadi. Hal seperti ini juga dirasakan oleh beberapa siswa yang mengikuti perkembangan trend-trend gaya hidup sekarang maupun masa depan atau lebih sering disebut dengan gaya hidup modern.



Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada analisis hubungan antara penggunaan media sosial dengan gaya hidup mahasiswa Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Pamulang.

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak kampus, khususnya Program Studi PPKn Universitas Pamulang, dalam memahami pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup mahasiswa. Dengan adanya informasi ini, kampus dapat mengambil langkah yang lebih tepat dalam merancang program literasi digital dan pembinaan mahasiswa agar penggunaan media sosial dapat lebih kritis, seimbang, serta mendukung perkembangan akademik dan sosial mereka

## **Metode**

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Pamulang pada semester genap tahun akademik 2024/2025. Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian mencakup 122 mahasiswa semester VIII, dengan sampel sebanyak 54 mahasiswa yang ditentukan melalui rumus Slovin. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, serta dilengkapi dengan dokumentasi sebagai data pendukung. Analisis data dilakukan melalui uji prasyarat yang mencakup normalitas dan linearitas, kemudian dilanjutkan dengan analisis deskriptif dan korelasi sederhana untuk menguji keterkaitan antara variable.

## **Hasil dan Pembahasan**

Hasil uji validitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh 30 butir pertanyaan memiliki nilai signifikansi  $< 0,05$ , yang berarti seluruhnya valid. Secara teoritis, validitas yang tinggi mengindikasikan bahwa instrumen mampu mengukur konsep yang seharusnya diukur sesuai konstruk teoritis yang telah ditetapkan (Ghozali, 2018). Keberhasilan mempertahankan semua butir sebagai instrumen valid mengimplikasikan bahwa indikator yang dirumuskan peneliti sesuai dengan realitas fenomena yang dihadapi responden.

Reliabilitas instrumen juga berada pada tingkat yang sangat baik, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,928 untuk variabel media sosial dan 0,969 untuk variabel gaya hidup, keduanya jauh di atas batas minimal 0,70 yang disarankan oleh Sekaran & Bougie (2016). Tingkat reliabilitas yang tinggi ini menandakan bahwa antarbutir pernyataan memiliki konsistensi internal yang kuat dalam mengukur konstruk yang sama. Secara praktis, hal ini berarti jika instrumen yang sama digunakan pada waktu atau sampel yang berbeda dengan kondisi serupa, hasilnya akan relatif konsisten, sehingga dapat diandalkan untuk pengambilan kesimpulan.

Uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov–Smirnov menghasilkan nilai signifikansi 0,200 ( $> 0,05$ ), yang menandakan bahwa data residual terdistribusi normal. Distribusi normal sangat krusial dalam analisis statistik parametrik, seperti korelasi dan regresi, karena menjamin bahwa hasil estimasi parameter dan uji hipotesis tidak mengalami bias yang disebabkan oleh distribusi data yang menyimpang. Dengan asumsi normalitas terpenuhi, interpretasi hasil menjadi lebih akurat dan dapat digeneralisasikan.

Uji linearitas menghasilkan nilai signifikansi linearitas 0,000 dan deviation from linearity 0,540 ( $> 0,05$ ), yang mengindikasikan hubungan yang linear dan tidak menyimpang secara

signifikan dari model linear. Temuan ini konsisten dengan teori Santoso (2010) yang menyatakan bahwa hubungan linear antara variabel independen dan dependen merupakan syarat penting dalam regresi, karena model yang tidak linear dapat menghasilkan koefisien yang bias dan interpretasi yang keliru. Linearitas yang ditemukan dalam penelitian ini memperkuat validitas penggunaan analisis korelasi sederhana untuk menguji hipotesis yang diajukan.

Hasil uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara gaya hidup mahasiswa dan penggunaan media sosial. Korelasi positif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan gaya hidup konsumtif atau aktif, semakin intens pula penggunaan media sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian Suryani & Hendryadi (2021) yang menemukan bahwa gaya hidup merupakan determinan penting dalam perilaku digital individu, baik secara langsung melalui kebiasaan konsumsi konten, maupun secara tidak langsung melalui pengaruh kelompok referensi dan tren sosial.

Fenomena ini dapat dijelaskan melalui perspektif teori Uses and Gratifications, yang menyatakan bahwa individu secara aktif memilih media untuk memenuhi kebutuhan spesifik mereka, seperti hiburan, informasi, interaksi sosial, dan pembentukan identitas. Mahasiswa dengan gaya hidup aktif atau konsumtif cenderung memanfaatkan media sosial tidak hanya sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai platform untuk mengikuti tren, membangun citra diri, dan memenuhi kebutuhan psikologis akan pengakuan sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa media sosial berperan ganda: sebagai cerminan gaya hidup dan sekaligus sebagai faktor yang memperkuat pola hidup tersebut.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mempertegas bahwa hubungan antara gaya hidup dan penggunaan media sosial bersifat timbal balik. Media sosial tidak hanya dipengaruhi oleh gaya hidup pengguna, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk dan memodifikasi gaya hidup tersebut. Implikasi dari temuan ini sangat relevan bagi pengembangan strategi literasi digital di kalangan mahasiswa, guna mendorong penggunaan media sosial secara bijak, produktif, dan tidak terjebak pada pola konsumsi yang berlebihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan memenuhi asumsi linearitas, sehingga dapat dilanjutkan pada tahap uji hubungan antar variabel. Analisis korelasi sederhana menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ) dengan  $F = 51,712$ . Hal ini menandakan adanya hubungan positif yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan gaya hidup mahasiswa. Dengan kata lain, semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam menggunakan media sosial, semakin besar kecenderungan mereka menjalani gaya hidup konsumtif dan hedonistik.

Tabel 1. Hasil uji korelasi sederhana

Variabel	Sig. (p)	F	Keterangan
Media Sosial ↔ Gaya Hidup	0,000	51,712	Hubungan positif signifikan

## **Kesimpulan**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara penggunaan media sosial dan gaya hidup mahasiswa PPKn Universitas Pamulang. Mahasiswa dengan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi cenderung memiliki gaya hidup konsumtif-hedonistik. Disarankan agar mahasiswa lebih bijak menggunakan media sosial dan pihak kampus memberikan literasi digital yang seimbang

## **Referensi**

- Al Shabiyah. (2019). Gaya hidup sebagai pola pikir atau perilaku individu.
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alamanda, S. (2018). Mengenai gaya hidup yang dijalani individu dalam pilihan konsumsi.
- Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Devi Oktaviani. (2020). Perkembangan Instagram sebagai media sosial berbagi foto dan video.
- Fitriani, N. (2017). Manfaat media sosial dalam penyebaran informasi. *Jurnal Komunikasi Digital*, 10(4), 78-89.
- Ghozali, I. (2018). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Laksono, Y., & Iskandar, R. (2018). Definisi gaya hidup sebagai perilaku dan sikap individu. *Jurnal Psikologi Sosial*, 6(2), 20-30.
- Nasrullah, R. (2016). Karakteristik media sosial dalam dunia digital. *Media dan Teknologi Digital*, 8(1), 40-50.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric Theory* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santoso, S. (2010). *Menguasai Statistik dengan SPSS 18*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods for Business* (7th ed.). Wiley.
- Setiadi, N. (2010). Definisi gaya hidup sebagai aktivitas, minat, dan opini.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Jurnal:
- Amanah, E. N., & Lestari, T. (2022). Pengaruh media sosial TikTok terhadap perkembangan prestasi belajar anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Digital*, 8(3), 25-40.
- Fauzia, S., Istiqomah, A. N., Lestari, P., & Azizah, M. N. (2021). Dampak penggunaan media sosial terhadap prestasi belajar peserta didik. *Jurnal Pendidikan Teknologi*, 5(2), 45-60.
- Fitria, Y. (2020). Pemanfaatan media sosial sebagai media penyajian konten edukasi atau pembelajaran digital. *Jurnal Teknologi Pendidikan Digital*, 12(3), 34-44.
- Fitriani, N. (2021). Media sosial sebagai sarana pembelajaran digital. *Jurnal Pendidikan Modern*, 12(3), 34-44.
- Melina, S., & Wulandari, T. (2018). Gaya hidup sebagai gambaran keutuhan diri individu. *Jurnal Kajian Sosial*, 4(1), 15-25.
- Mulyono, F. (2019). Dampak media sosial bagi remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 6(2), 15-30.
- Muthahharah, & Wahyuni, S. (2021). Pengaruh media sosial terhadap gaya hidup peserta didik di MTs Lembang Bau. *Jurnal Pendidikan Modern*, 9(2), 112-123.
- Rizqiyah, N., et al. (2024). Pendekatan penelitian kualitatif dalam isu-isu sosial. *Jurnal Penelitian Kualitatif*, 10(1), 34-56.



- Sari, I. (2019). Dampak media sosial terhadap mahasiswa di UIN Raden Fatah Palembang. *Jurnal Komunikasi dan Sosial*, 7(4), 12-18.
- Siregar, A., & dkk. (n.d.). Dampak media sosial terhadap gaya hidup di SMP 4 Negeri Tarutung. *Jurnal Pendidikan Digital*, 10(2), 30-40.
- Suryani, N. L. P. S., & Hendryadi. (2021). Pengaruh Gaya Hidup dan Motif Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 19(1), 43–55.
- Wahyuni, S., Alamanda, N., & Pratama, D. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi gaya hidup. *Jurnal Ilmu Sosial*, 7(1), 15-25.
- Yusuf, A. (2014). Dokumentasi sebagai metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 7(4), 45-60.