Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR MAHASISWA

Wahyu Abdillah Hidayat[1*], Taufiq[2]
[1]Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Malikussaleh, Aceh, Indonesia
[1*]wahyu.240170118@mhs.unimal.ac.id, [2]taufiq.te@unimal.ac.id

ABSTRACT

Intensive TikTok use is often assumed to undermine students' ability to concentrate, yet inferential evidence from Indonesia remains limited. This study describes TikTok usage intensity and learning concentration among university students and examines the former's statistical effect on the latter. An online cross-sectional survey (13–14 October 2026) analysed 66 TikTok-using university students from 75 responses. Usage intensity (four indicators, six items; α = 0.80) and learning concentration (four indicators; five of six items scored after one item was dropped for a negative corrected item–total correlation; α = 0.69) were scored on a 1–5 scale; both were moderate (M = 3.08, SD = 0.70; M = 3.38, SD = 0.62). Simple linear regression showed a significant negative effect of usage intensity on learning concentration (B = −0.50, 95% CI [−0.68, −0.32], β = −0.57, p < .001, R^2 = 0.32); bootstrap and Spearman estimates agreed. However, the association weakened when only concentration items not mentioning TikTok were used (r = −0.33, R^2 = 0.11) and centred on losing concentration and TikTok-related distraction rather than general focus or comprehension. Given the cross-sectional design, self-reported measures, and non-probability sample, the findings indicate a statistical association, not causation. Managing TikTok use during study time is a sensible intervention target; future studies should use validated measures and longitudinal designs.

Keywords:
TikTok, usage intensity, learning concentration, university students, short-form video

PENDAHULUAN

Video pendek telah menjadi salah satu cara utama generasi muda mengonsumsi media. TikTok, sebagai platform yang paling menonjol dalam format ini, menyajikan rangkaian video singkat yang disusun secara personal dan dapat digulir tanpa henti (Montag et al., 2021). Laporan Digital 2026: Indonesia memperkirakan pengguna TikTok di Indonesia menghabiskan sekitar 1 jam 53 menit per hari di aplikasi tersebut, hampir setara dengan waktu yang dihabiskan di WhatsApp (We Are Social, 2025). Bagi mahasiswa, aplikasi ini tersedia di perangkat yang sama dengan yang mereka gunakan untuk belajar, sehingga hiburan dan kegiatan akademik berbagi satu layar dan satu sumber daya yang sama: perhatian.

Perhatian adalah sumber daya yang terbatas (Ward et al., 2017). Konsentrasi belajar, yakni kemampuan memusatkan perhatian pada materi dan bertahan di dalamnya hingga tuntas (Haslianti, 2019; Winata, 2021), karenanya mudah terkikis oleh gangguan. Eksperimen Ward et al. (2017) menunjukkan bahwa kehadiran ponsel saja, bahkan tanpa dipakai, mengurangi kapasitas kognitif yang tersedia. Pada mahasiswa, multitasking media, termasuk saat belajar, berkaitan dengan capaian akademik yang lebih rendah serta gangguan pada atensi dan memori kerja (May & Elder, 2018), meskipun bukti tentang arah kausalnya belum dapat dipastikan.

TikTok menambah persoalan tersendiri. Format yang singkat dan bergantian cepat menawarkan imbalan segera, sementara tugas akademik menawarkan imbalan yang jauh dan tertunda. Menurut teori motivasi temporal, orang cenderung mengutamakan aktivitas yang memberi imbalan dekat ketika waktu terbatas (Steel et al., 2018). Sejalan dengan itu, Xie et al. (2023) melaporkan bahwa kecanduan video pendek berkaitan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, sebagian melalui melemahnya kontrol perhatian. Di Indonesia, Alfatih et al. (2024) menemukan bahwa mahasiswa vokasi yang disurvei merasa kurang berkonsentrasi dalam belajar dan mengakui adanya kaitan antara menonton video pendek dengan kebiasaan belajar mereka.

Meski demikian, tiga celah masih terbuka. Pertama, sebagian besar studi menjadikan kecanduan, prokrastinasi, atau nilai akademik sebagai variabel terikat, bukan konsentrasi belajar yang diukur dengan indikator yang eksplisit. Kedua, bukti dari konteks Indonesia yang dapat ditelusuri penulis cenderung deskriptif dan berbasis persepsi pada sampel kecil, tanpa uji inferensial dan tanpa estimasi besar pengaruh. Ketiga, intensitas penggunaan umumnya diukur sebagai satu angka durasi, padahal frekuensi membuka aplikasi, keterikatan, dan terutama penggunaan di tengah waktu belajar boleh jadi berperan berbeda. Penelitian ini mengisi celah tersebut dengan mengukur intensitas penggunaan TikTok melalui empat indikator, mengukur konsentrasi belajar melalui empat indikator, dan menguji pengaruh statistik keduanya pada mahasiswa. Istilah "pengaruh" dalam penelitian ini dimaknai sebagai pengaruh statistik, yaitu besarnya

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

perubahan skor konsentrasi belajar yang diprediksi oleh skor intensitas penggunaan TikTok, dan bukan sebagai bukti hubungan sebab-akibat. Tujuan penelitian adalah:

1. mendeskripsikan intensitas penggunaan TikTok pada mahasiswa;
2. mendeskripsikan tingkat konsentrasi belajar mahasiswa; dan
3. menganalisis pengaruh statistik intensitas penggunaan TikTok terhadap konsentrasi belajar mahasiswa.

Secara teoretis, studi ini memberi estimasi besar pengaruh yang dapat dibandingkan lintas konteks. Secara praktis, temuan dapat menjadi dasar bagi dosen dan layanan konseling mahasiswa dalam merancang literasi digital dan strategi pengelolaan gawai selama belajar.

TINJAUAN PUSTAKA

Intensitas penggunaan TikTok

Dalam penelitian ini, intensitas penggunaan TikTok didefinisikan sebagai tingkat keterlibatan seseorang dengan aplikasi tersebut, yang tercermin dari lama, seberapa sering, seberapa lekat, dan dalam situasi apa aplikasi digunakan. Rumusan ini mengadaptasi gagasan pengukuran intensitas penggunaan situs jejaring sosial yang tidak hanya melihat waktu, tetapi juga keterikatan emosional dan keterpaduan penggunaan dalam rutinitas harian (Balberan & Bengwasan, 2024). Empat indikator dipakai: (1) durasi penggunaan, (2) frekuensi penggunaan, (3) keterikatan, dan (4) penggunaan saat belajar. Keempat indikator itu diukur dengan enam butir kuesioner (Tabel 2): durasi dan frekuensi masing-masing satu butir (X1 dan X2), sedangkan keterikatan (X4 dan X5) dan penggunaan saat belajar (X3 dan X6) masing-masing dua butir. Keterikatan dalam penelitian ini diwujudkan sebagai keterikatan perilaku, yaitu kecenderungan menggunakan lebih lama dari rencana dan kesulitan menghentikan penggunaan. Indikator keempat ditambahkan penulis karena mekanisme gangguan paling kuat diduga terjadi ketika penggunaan menyela aktivitas akademik, bukan sekadar ketika totalnya besar. Penggunaan media sosial yang sering juga cenderung berlangsung otomatis sebagai kebiasaan (Anderson & Wood, 2023), sehingga frekuensi layak diperlakukan terpisah dari durasi. Faktor stres yang dirasakan dan kualitas sistem aplikasi dilaporkan berkaitan dengan penggunaan video pendek yang bermasalah (Liu et al., 2021; Qin et al., 2022), yang menegaskan bahwa intensitas tidak sepenuhnya soal kemauan pengguna.

Konsentrasi belajar

Konsentrasi belajar didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa memusatkan perhatian pada materi dan tugas belajar, mempertahankannya, serta menahan gangguan hingga materi dipahami (Haslianti, 2019; Winata, 2021). Konstruk ini dioperasionalkan melalui empat indikator: (1) fokus pada materi, (2) ketahanan fokus, (3) pemahaman materi tanpa pengalihan perhatian, dan (4) pengendalian distraksi. Keempat indikator itu dijabarkan dalam enam butir kuesioner (Tabel 2): fokus pada materi (Y1), ketahanan fokus (Y2), dan pemahaman tanpa pengalihan perhatian (Y3) masing-masing satu butir, sedangkan pengendalian distraksi tiga butir (Y4, Y5, dan Y6). Butir Y5 tidak dimasukkan ke dalam skor konsentrasi belajar (lihat bagian Instrumen dan pemberian skor), sehingga pada skor akhir indikator pengendalian distraksi diwakili oleh Y4 dan Y6. Karena yang diukur adalah persepsi mahasiswa atas konsentrasinya sendiri, hasil dibaca sebagai konsentrasi yang dilaporkan, bukan hasil tes perhatian.

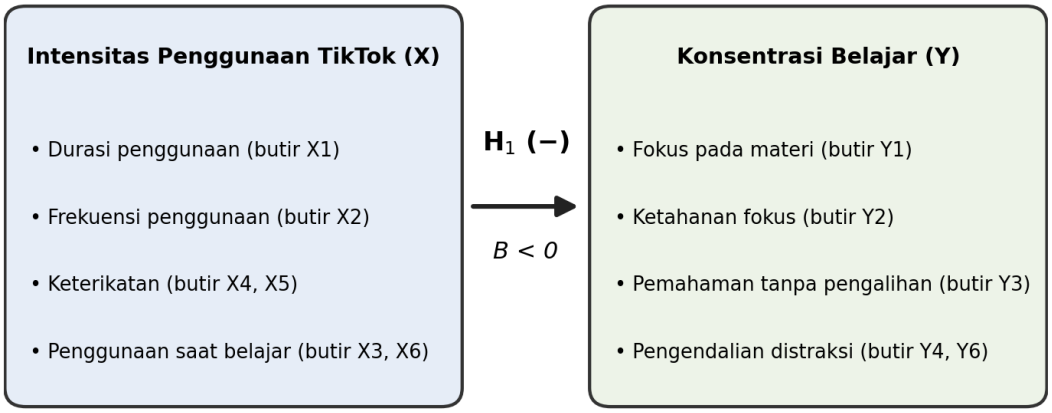
Kerangka teoretis

Hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dan konsentrasi belajar dijelaskan dengan tiga gagasan yang saling melengkapi. Pertama, teori kapasitas perhatian memandang perhatian sebagai sumber daya terbatas yang harus dibagi antar-tugas (Ward et al., 2017); waktu dan perhatian yang dialokasikan ke TikTok berarti berkurangnya sumber daya untuk materi kuliah. Kedua, konsep sisa perhatian (attention residue) menyatakan bahwa berpindah dari satu tugas ke tugas lain meninggalkan sebagian pikiran pada tugas sebelumnya sehingga kinerja pada tugas baru menurun (Leroy & Glomb, 2018). Ketiga, teori motivasi temporal menjelaskan mengapa peralihan itu menarik: imbalan video pendek datang segera, sedangkan imbalan belajar tertunda (Steel et al., 2018). Rangkaian ini mengarah pada dugaan bahwa semakin intens penggunaan TikTok, terutama yang menyela waktu belajar, semakin rendah konsentrasi belajar. Kerangka penelitian disajikan pada Gambar 1.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353



Gambar 1. Kerangka konseptual penelitian

Keterangan: indikator pengendalian distraksi diukur dengan tiga butir (Y4, Y5, dan Y6), tetapi butir Y5 tidak dipakai dalam skor Y. Sumber: Dikembangkan penulis.

Penelitian terdahulu

Tabel 1 membandingkan lima studi yang paling dekat dengan topik ini. Studi eksperimen dan survei mahasiswa memberi dukungan bahwa penggunaan media digital dan kehadiran ponsel berkaitan dengan perhatian dan capaian belajar, tetapi sebagian besar tidak memakai TikTok sebagai objek dan tidak mengukur konsentrasi belajar sebagai variabel terikat. Studi yang paling dekat secara konteks, Alfatih et al. (2024), bersifat deskriptif dengan 31 responden.

Tabel 1. Perbandingan penelitian terdahulu yang relevan

Peneliti	Fokus	Temuan utama	Keterbatasan terhadap topik ini
May & Elder (2018)	Multitasking media dan capaian akademik mahasiswa	Multitasking media, termasuk saat belajar, berkaitan dengan gangguan atensi dan memori kerja serta capaian akademik lebih rendah	Tinjauan literatur multitasking media secara umum, bukan video pendek; luaran capaian akademik, bukan konsentrasi
Ward et al. (2017)	Kehadiran ponsel dan kapasitas kognitif	Kehadiran ponsel sendiri, bahkan tanpa dipakai, mengurangi kapasitas kognitif yang tersedia	Eksperimen laboratorium; tidak mengukur intensitas atau TikTok
Xie et al. (2023)	Kecanduan video pendek dan prokrastinasi akademik	Kecanduan berkaitan dengan prokrastinasi, sebagian melalui kontrol perhatian	Mengukur kecanduan, bukan intensitas; luaran prokrastinasi
Qin et al. (2022)	Perilaku adiktif pada TikTok	Kualitas informasi dan sistem aplikasi berkaitan dengan perilaku adiktif	Berfokus pada pemicu kecanduan, bukan dampak ke belajar
Alfatih et al. (2024)	Video pendek TikTok, rentang perhatian, dan kebiasaan belajar (mahasiswa vokasi di Indonesia)	Responden (n = 31) merasa kurang berkonsentrasi; 71% dan 83,9% mengakui kaitan dengan kebiasaan belajar dan distraksi	Deskriptif dan persepsional; sampel kecil; tanpa uji inferensial

Sumber: ringkasan penulis dari studi yang dirujuk.

Celah penelitian dan hipotesis

Dari perbandingan tersebut, celah penelitian dapat dirumuskan: sepanjang penelusuran penulis, estimasi inferensial pengaruh intensitas penggunaan TikTok yang diukur multi-indikator terhadap konsentrasi belajar yang juga diukur multi-indikator pada mahasiswa Indonesia masih jarang tersedia. Hipotesis penelitian adalah:

- **H_0:** Intensitas penggunaan TikTok tidak berpengaruh terhadap konsentrasi belajar mahasiswa.
- **H_1:** Intensitas penggunaan TikTok berpengaruh negatif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

METODE PENELITIAN

Jenis dan desain penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif asosiatif dengan desain survei potong lintang (cross-sectional). Pendekatan kuantitatif dipilih karena tujuan penelitian menuntut pengukuran tingkat variabel dan pengujian signifikansi pengaruh (Sugiyono, 2019). Variabel bebas adalah intensitas penggunaan TikTok (X) dan variabel terikat adalah konsentrasi belajar (Y). Karena data dikumpulkan satu kali, tanpa manipulasi dan tanpa pengukuran berulang, hasil dibaca sebagai pengaruh statistik (asosiasi prediktif), bukan bukti sebab-akibat.

Populasi, sampel, dan penyaringan data

Populasi penelitian adalah mahasiswa pengguna TikTok. Kuesioner daring menerima respons dari berbagai jenjang pendidikan, sehingga penyaringan responden dilakukan pada tahap analisis dengan tiga kriteria inklusi: (1) menyatakan jenjang pendidikan perguruan tinggi, yang dalam penelitian ini dianggap setara dengan berstatus mahasiswa; (2) menyatakan menggunakan TikTok; dan (3) mengisi seluruh butir pengukuran. Dari 75 respons yang masuk, seluruhnya menyatakan menggunakan TikTok dan tidak ada data kosong maupun duplikat (diperiksa melalui nama, cap waktu, dan kesamaan pola jawaban). Sebanyak 6 responden berjenjang SMA dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria mahasiswa, dan 3 responden berjenjang "Lainnya" dikeluarkan karena status akademiknya tidak dapat dipastikan. Sampel akhir yang dianalisis berjumlah 66 mahasiswa. Dua di antaranya berada pada kelompok usia 16–18 tahun; keduanya dipertahankan karena berjenjang perguruan tinggi, dan analisis sensitivitas tanpa keduanya dilaporkan. Tidak ada responden yang dikeluarkan atas dasar nilai jawaban.

Ukuran sampel minimum ditetapkan dengan analisis daya apriori untuk regresi satu prediktor (ukuran efek medium $f^2 = 0{,}15$; $\alpha = 0{,}05$; daya = 0,80), yang mensyaratkan 55 responden (Lakens, 2022). Sampel akhir (66 responden) memenuhi syarat tersebut dengan daya 0,87 untuk $f^2 = 0{,}15$, dan mampu mendeteksi efek minimum sekitar $f^2 = 0{,}12$ (setara $R^2 \approx 0{,}11$) pada daya 0,80. Responden dijaring dengan teknik nonprobabilitas sehingga hasil tidak dapat digeneralisasi ke seluruh mahasiswa; asal perguruan tinggi, program studi, dan angkatan responden tidak dicatat dalam kuesioner.

Pengumpulan data

Data primer dikumpulkan melalui kuesioner daring (Google Form) pada 13–14 Oktober 2026 berdasarkan cap waktu pengisian. Kuesioner memuat data responden (nama, kelompok usia, jenis kelamin, dan jenjang pendidikan), satu pertanyaan penyaring penggunaan TikTok, serta 12 butir pengukuran: enam butir intensitas penggunaan TikTok (X) dan enam butir konsentrasi belajar (Y). Dari 12 butir tersebut, 11 butir dipakai untuk menghitung skor utama (enam butir X dan lima butir Y); butir Y5 dikeluarkan dari skor Y berdasarkan uji butir (lihat bagian Instrumen dan pemberian skor serta Tabel 4). Nama responden dicatat dalam formulir, tetapi hanya dipakai untuk memeriksa duplikasi dan tidak dilaporkan dalam naskah ini.

Instrumen dan pemberian skor

Butir disusun oleh penulis. Indikator intensitas diadaptasi dari gagasan pengukuran intensitas penggunaan situs jejaring sosial (Balberan & Bengwasan, 2024) dan diperluas dengan penggunaan saat belajar, sedangkan indikator konsentrasi disusun dari rumusan konsentrasi belajar (Haslianti, 2019; Winata, 2021). Instrumen tidak memiliki skala Likert persetujuan seragam. Sebagian besar butir menggunakan lima pilihan frekuensi (Tidak pernah = 1 hingga Sangat sering = 5); butir X1 menggunakan empat kategori durasi (Kurang dari 1 jam = 1; 1–2 jam = 2; 3–4 jam = 3; Lebih dari 4 jam = 4), dan butir X5 menggunakan lima pilihan tingkat kesulitan (Tidak sulit sama sekali = 1 hingga Sangat sulit = 5). Pemetaan butir, indikator, dan pemberian skor disajikan pada Tabel 2. Naskah ini membedakan tiga hal: indikator (aspek konstruk yang diukur; empat untuk X dan empat untuk Y), butir pertanyaan kuesioner (enam untuk X dan enam untuk Y), dan butir yang dipakai dalam skor (enam butir X dan lima butir Y, karena Y5 dikeluarkan). Satu indikator dapat diwakili oleh lebih dari satu butir.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

Tabel 2. Pemetaan butir kuesioner, indikator, pemberian skor, dan penggunaannya dalam analisis

Kode	Butir pertanyaan (redaksi asli)	Indikator	Bentuk jawaban dan skor	Penggunaan dalam analisis
Intensitas penggunaan TikTok (X)				
X1	Berapa lama kamu menggunakan TikTok setiap hari?	Durasi	4 kategori durasi, skor 1–4; diskalakan ulang ke 1–5	Skor X
X2	Seberapa sering kamu menggunakan TikTok setiap hari?	Frekuensi	Frekuensi, skor 1–5	Skor X
X3	Seberapa sering kamu membuka TikTok saat waktu belajar?	Penggunaan saat belajar	Frekuensi, skor 1–5	Skor X
X4	Seberapa sering kamu menggunakan TikTok lebih lama dari yang direncanakan?	Keterikatan	Frekuensi, skor 1–5	Skor X
X5	Seberapa sulit kamu berhenti menggunakan TikTok setelah membukanya?	Keterikatan	Kesulitan, skor 1–5	Skor X
X6	Seberapa sering kamu membuka TikTok ketika memiliki tugas sekolah?	Penggunaan saat belajar	Frekuensi, skor 1–5	Skor X, dengan catatan keterbatasan
Konsentrasi belajar (Y)				
Y1	Seberapa sering kamu bisa fokus saat belajar?	Fokus pada materi	Frekuensi, skor 1–5	Skor Y
Y2	Seberapa sering kamu kehilangan konsentrasi saat belajar?	Ketahanan fokus	Frekuensi, skor dibalik (6 − skor)	Skor Y
Y3	Seberapa sering kamu memahami materi tanpa mengalihkan perhatian?	Pemahaman tanpa pengalihan perhatian	Frekuensi, skor 1–5	Skor Y
Y4	Seberapa sering kamu ingin membuka TikTok ketika sedang belajar?	Pengendalian distraksi	Frekuensi, skor dibalik (6 − skor)	Skor Y (menyebut TikTok)
Y5	Seberapa sering kamu menyelesaikan kegiatan belajar tanpa memeriksa media sosial?	Pengendalian distraksi	Frekuensi, skor 1–5	Dikeluarkan dari skor Y (r butir–total terkoreksi = −0,11); dilaporkan terpisah
Y6	Seberapa sering notifikasi TikTok mengganggu konsentrasi belajarmu?	Pengendalian distraksi	Frekuensi, skor dibalik (6 − skor)	Skor Y (menyebut TikTok)

Keterangan: pemetaan butir ke indikator dilakukan penulis setelah data terkumpul karena kuesioner tidak memuat struktur indikator secara eksplisit. Empat indikator X dan empat indikator Y masing-masing diwakili oleh enam butir kuesioner; skor Y dihitung dari lima butir (tanpa Y5). Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Skor variabel dihitung sebagai rerata skor butir (skala 1–5) setelah butir X1 diskalakan ulang secara linear dari 1–4 ke 1–5 dan butir Y2, Y4, serta Y6 dibalik agar skor tinggi selalu berarti konsentrasi tinggi. Tiga keputusan skor ditetapkan berdasarkan isi dan karakteristik butir di dalam masing-masing skala, sebelum hubungan X–Y diperiksa. Pertama, butir Y5 dikeluarkan dari skor Y karena tidak berfungsi searah dengan butir lain (korelasi butir–total terkoreksi −0,11, di bawah r tabel 0,242; arah korelasinya dengan Y4 dan Y6 yang telah dibalik bertentangan dengan yang diharapkan). Redaksi dan jawaban Y5 tidak diubah, dan butir ini dilaporkan terpisah. Dengan enam butir, α skala Y hanya 0,56, dan tanpa Y5 naik menjadi 0,69 (Tabel 4); Y5 juga hampir tidak berkorelasi dengan skor X ($\rho = -0{,}01$), sehingga pengeluarannya tidak menggeser kesimpulan utama (Tabel 9, spesifikasi B). Pengeluaran Y5 tidak menghapus indikator pengendalian distraksi, yang tetap diwakili oleh Y4 dan Y6, tetapi pada skor akhir indikator ini hanya memuat dua dari tiga butir awalnya. Kedua, butir X6 menyebut "tugas sekolah", istilah yang kurang tepat untuk mahasiswa dan dapat ditafsirkan berbeda dari "tugas kuliah". Redaksinya tidak diubah. Butir ini dipertahankan dalam skor X karena berkorelasi kuat dengan X3 yang bermakna serupa ($r = 0{,}64$) dan korelasi butir–total terkoreksinya tinggi (0,65), yang menunjukkan responden menafsirkannya sebagai tugas akademik; analisis tanpa X6 dilaporkan sebagai uji sensitivitas. Ketiga, butir Y4 dan Y6 menyebut TikTok, sehingga isinya tumpang-tindih dengan variabel X. Keduanya tetap dipakai dalam skor Y utama, tetapi hasil dengan skor Y yang hanya memuat butir tanpa menyebut TikTok (Y1, Y2, Y3; disebut Y umum) selalu dilaporkan berdampingan.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

Teknik analisis data

Analisis dijalankan dengan Python (pandas, SciPy, dan statsmodels) pada taraf signifikansi 5% (dua arah). Pertama, validitas butir diuji dengan korelasi Pearson antara skor butir dan skor total terkoreksi (butir valid bila r hitung melebihi r tabel = 0,242 untuk df = 64), dan reliabilitas dengan Cronbach's alpha (batas $\alpha \geq 0{,}70$) (Ghozali, 2018). Butir yang tidak valid (r hitung di bawah r tabel) tidak dimasukkan ke dalam skor komposit; reliabilitas dilaporkan pada butir yang dipakai dan, sebagai pembanding, pada seluruh butir awal, sedangkan hasil dengan dan tanpa butir tersebut dibandingkan pada uji sensitivitas. Kedua, statistik deskriptif (rerata, simpangan baku, median, minimum, dan maksimum) dikategorikan ke dalam lima kelas berinterval 0,80: sangat rendah (1,00–1,80), rendah (1,81–2,60), sedang (2,61–3,40), tinggi (3,41–4,20), dan sangat tinggi (4,21–5,00). Karena butir memakai bentuk jawaban yang berbeda, kategori ini dipakai sebagai pedoman deskriptif, bukan sebagai ambang klinis. Ketiga, asumsi regresi diperiksa melalui normalitas residual (Shapiro–Wilk), linearitas (uji RESET dan suku kuadrat), heteroskedastisitas (Breusch–Pagan dan Glejser), autokorelasi (Durbin–Watson), serta pencilan dan observasi berpengaruh (residu terstudentisasi dan jarak Cook) (Hair et al., 2019). Bila normalitas tidak terpenuhi, hasil diperiksa ulang dengan interval kepercayaan bootstrap (5.000 resampel), galat baku robust HC3, regresi robust Huber, dan korelasi Spearman. Keempat, pengaruh diuji dengan regresi linear sederhana:

$$Y = \alpha + BX + \varepsilon \quad (1)$$

Pada (1), Y adalah konsentrasi belajar, X adalah intensitas penggunaan TikTok, α adalah konstanta, B adalah koefisien regresi, dan ε adalah galat. Model diuji dengan uji t dan uji F. Kelima, besar pengaruh dinilai dengan koefisien determinasi (R^2), koefisien beta terstandar, dan ukuran efek Cohen f^2 (0,02 kecil; 0,15 medium; 0,35 besar). Sebagai analisis tambahan, regresi berganda dengan empat indikator X (disertai VIF) dipakai secara eksploratori untuk melihat indikator mana yang paling berkaitan dengan konsentrasi, dan uji sensitivitas dilakukan dengan berbagai spesifikasi skor serta komposisi sampel. Semua spesifikasi dilaporkan, bukan hanya yang paling menguntungkan hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Dari 75 respons, 66 (88,0%) berjenjang perguruan tinggi, 6 (8,0%) SMA, dan 3 (4,0%) Lainnya (Gambar 2). Sampel akhir terdiri atas 66 mahasiswa: 38 (57,6%) perempuan dan 28 (42,4%) laki-laki, dengan 64 (97,0%) berusia di atas 18 tahun (Tabel 3). Sebanyak 37 responden (56,1%) melaporkan menggunakan TikTok tiga jam atau lebih per hari. Karena kuesioner tidak mencatat angkatan, program studi, dan asal perguruan tinggi, keterwakilan sampel tidak dapat dinilai.

Tabel 3. Karakteristik responden yang dianalisis (n = 66)

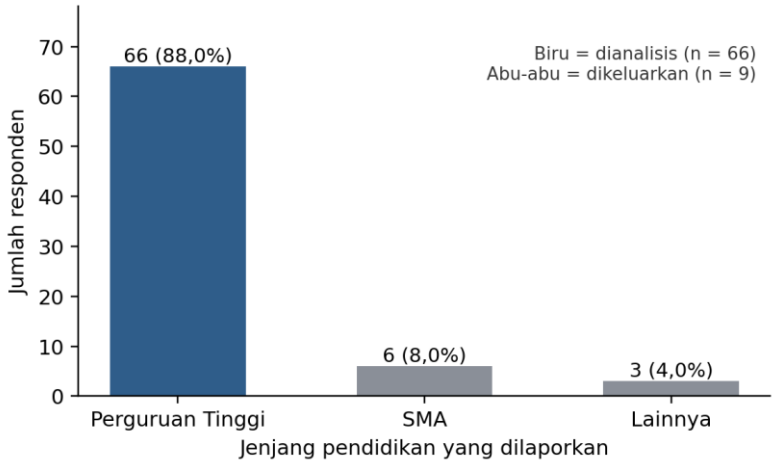
Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Perempuan	38	57,6
Laki-laki	28	42,4
Kelompok usia		
Di atas 18 tahun	64	97,0
16–18 tahun	2	3,0
Durasi harian penggunaan TikTok (laporan diri)		
Kurang dari 1 jam	4	6,1
1–2 jam	25	37,9
3–4 jam	17	25,8
Lebih dari 4 jam	20	30,3

Keterangan: kategori durasi pada kuesioner tidak mencakup rentang 2–3 jam. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353



Gambar 2. Jumlah responden berdasarkan jenjang pendidikan (N = 75)
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Kualitas instrumen

Seluruh butir X valid (r butir–total terkoreksi 0,40–0,66; r tabel = 0,242) dan skala X reliabel (α = 0,80). Pada skala Y yang semula terdiri atas enam butir, butir Y5 gugur (r = −0,11; p = 0,370), sedangkan lima butir lainnya valid (r = 0,35–0,55). Reliabilitas skala Y pada lima butir yang dipakai dalam skor adalah α = 0,69 (0,689 sebelum pembulatan; α enam butir = 0,56), sedikit di bawah batas 0,70, sehingga reliabilitasnya dinilai marginal (Tabel 4). Karena Y5 dikeluarkan berdasarkan data yang sama, kenaikan α dari 0,56 menjadi 0,69 bersifat empiris dan tidak berarti skala ini telah tervalidasi. Skala Y tampak tidak sepenuhnya unidimensional: butir yang tidak menyebut TikTok (Y1, Y2, Y3) hanya memiliki α = 0,58, sedangkan dua butir yang menyebut TikTok (Y4 dan Y6) memiliki α = 0,75. Reliabilitas Y yang rendah cenderung melemahkan (mengecilkan) koefisien hubungan yang teramati, tetapi tumpang-tindih isi Y4 dan Y6 dengan variabel X bekerja ke arah sebaliknya.

Tabel 4. Hasil uji validitas butir dan reliabilitas

Butir	r butir–total terkoreksi (semua butir)	r butir–total terkoreksi (skor akhir)	α bila butir dihapus (skor akhir)	Keputusan
Intensitas penggunaan TikTok (X)				
X1 (durasi)	0,40	0,40	0,82	Valid, dipertahankan
X2	0,56	0,56	0,78	Valid, dipertahankan
X3	0,60	0,60	0,76	Valid, dipertahankan
X4	0,60	0,60	0,76	Valid, dipertahankan
X5	0,66	0,66	0,75	Valid, dipertahankan
X6	0,65	0,65	0,75	Valid, dipertahankan
Cronbach's α, 6 butir			**0,80**	Reliabel
Konsentrasi belajar (Y)				
Y1	0,48	0,43	0,64	Valid, dipertahankan
Y2 (dibalik)	0,32	0,35	0,67	Valid, dipertahankan
Y3	0,46	0,38	0,67	Valid, dipertahankan
Y4 (dibalik)	0,46	0,55	0,59	Valid, dipertahankan
Y5	−0,11	—	—	Tidak valid, dikeluarkan
Y6 (dibalik)	0,38	0,54	0,60	Valid, dipertahankan
Cronbach's α	**0,56** (6 butir)	**0,69** (5 butir)		Marginal (< 0,70)

Keterangan: r tabel = 0,242 (α = 0,05; df = 64). Skor akhir X dihitung dari enam butir dan skor akhir Y dari lima butir (tanpa Y5); α enam butir Y = 0,56. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Tingkat intensitas penggunaan TikTok dan konsentrasi belajar

Intensitas penggunaan TikTok berada pada kategori sedang (M = 3,08; SD = 0,70), dan konsentrasi belajar juga berada pada kategori sedang (M = 3,38; SD = 0,62), tepat di bawah batas kategori tinggi (Tabel 5 dan 6). Sebaran kategori menunjukkan 29 responden (43,9%) berintensitas sedang, 19 (28,8%) tinggi atau sangat tinggi, dan 18 (27,3%)

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

rendah atau sangat rendah (Gambar 4); untuk konsentrasi belajar, 30 (45,5%) sedang, 27 (40,9%) tinggi atau sangat tinggi, dan 9 (13,6%) rendah atau sangat rendah (Gambar 5).

Di antara indikator intensitas, frekuensi paling tinggi (M = 3,80) disusul durasi (M = 3,40), sedangkan penggunaan saat belajar paling rendah (M = 2,66; Gambar 3). Pola ini penting: meskipun 56,1% responden menggunakan TikTok tiga jam atau lebih per hari, hanya 9 responden (13,6%) yang sering atau sangat sering membuka TikTok saat waktu belajar (X3) dan 19 (28,8%) saat memiliki tugas (X6). Dengan kata lain, penggunaan yang besar secara total tidak otomatis berarti penggunaan yang menyela belajar, setidaknya menurut laporan responden. Pada konsentrasi belajar, fokus pada materi tertinggi (M = 3,67) dan ketahanan fokus terendah (M = 3,08).

Tabel 5. Statistik deskriptif per butir (n = 66)

Butir	M	SD	Median	Min–Maks	n (%) skor tinggi
Intensitas penggunaan TikTok (X)					
X1 Durasi (skor 1–4)	2,80	0,95	3,0	1–4	37 (56,1)
X2 Frekuensi	3,80	0,73	4,0	2–5	45 (68,2)
X3 Membuka TikTok saat waktu belajar	2,45	0,90	2,0	1–4	9 (13,6)
X4 Lebih lama dari rencana	3,36	0,87	3,0	2–5	27 (40,9)
X5 Kesulitan berhenti	2,58	0,98	2,0	1–5	9 (13,6)
X6 Membuka TikTok saat ada tugas	2,86	1,08	3,0	1–5	19 (28,8)
Konsentrasi belajar (Y)					
Y1 Dapat fokus saat belajar	3,67	0,81	4,0	1–5	41 (62,1)
Y2 Kehilangan konsentrasi (dibalik)	3,08	0,73	3,0	2–5	16 (24,2)
Y3 Memahami materi tanpa pengalihan	3,30	0,72	3,0	1–5	25 (37,9)
Y4 Ingin membuka TikTok saat belajar (dibalik)	3,33	1,04	3,0	1–5	30 (45,5)
Y5 Menyelesaikan belajar tanpa cek media sosial (dikeluarkan)	2,97	0,94	3,0	1–5	18 (27,3)
Y6 Notifikasi TikTok mengganggu (dibalik)	3,53	1,21	4,0	1–5	37 (56,1)

Keterangan: skor tinggi = skor ≥ 4 (X1: kategori 3–4 jam atau lebih). Skor butir Y2, Y4, dan Y6 telah dibalik sehingga skor tinggi berarti konsentrasi tinggi. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Tabel 6. Rerata, simpangan baku, dan kategori per indikator dan variabel

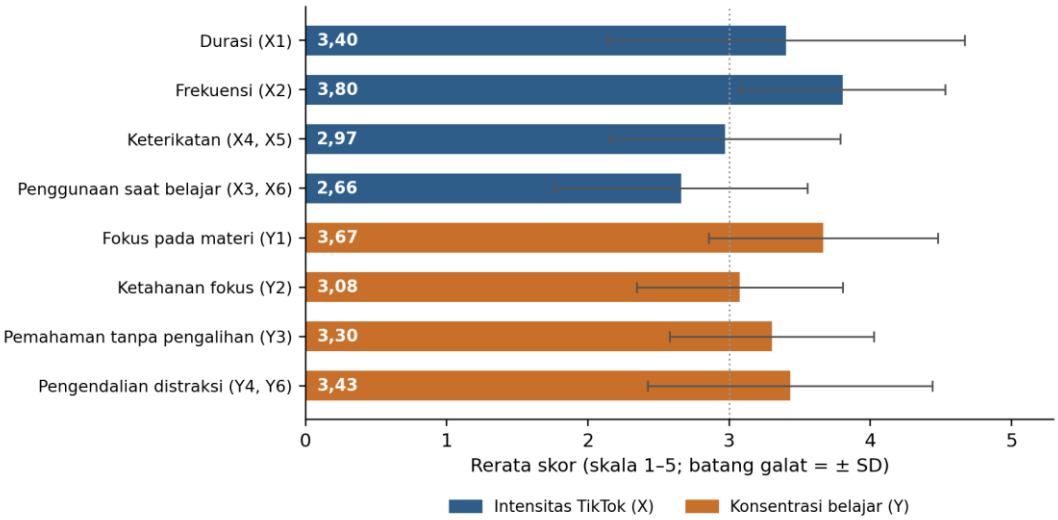
Variabel / indikator	Butir	M	SD	Min–Maks	Kategori
Intensitas penggunaan TikTok (X)					
Durasi (X1)	1	3,40	1,26	1,00–5,00	Tinggi
Frekuensi (X2)	1	3,80	0,73	2,00–5,00	Tinggi
Keterikatan (X4, X5)	2	2,97	0,82	1,50–5,00	Sedang
Penggunaan saat belajar (X3, X6)	2	2,66	0,90	1,00–4,50	Sedang
Intensitas TikTok (X)	6	**3,08**	0,70	1,72–4,83	**Sedang**
Konsentrasi belajar (Y)					
Fokus pada materi (Y1)	1	3,67	0,81	1,00–5,00	Tinggi
Ketahanan fokus (Y2)	1	3,08	0,73	2,00–5,00	Sedang
Pemahaman tanpa pengalihan perhatian (Y3)	1	3,30	0,72	1,00–5,00	Sedang
Pengendalian distraksi (Y4, Y6)	2	3,43	1,01	1,00–5,00	Tinggi
Konsentrasi belajar (Y)	5	**3,38**	0,62	1,20–4,60	**Sedang**
Konsentrasi belajar umum (Y1, Y2, Y3)	3	3,35	0,56	1,33–4,33	Sedang

Keterangan: skala 1–5; X1 diskalakan ulang dari 1–4 ke 1–5; kategori mengikuti interval pada bagian Teknik Analisis Data. Indikator pengendalian distraksi pada kuesioner terdiri atas tiga butir (Y4, Y5, dan Y6); butir Y5 tidak dimasukkan sehingga indikator ini dihitung dari Y4 dan Y6. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

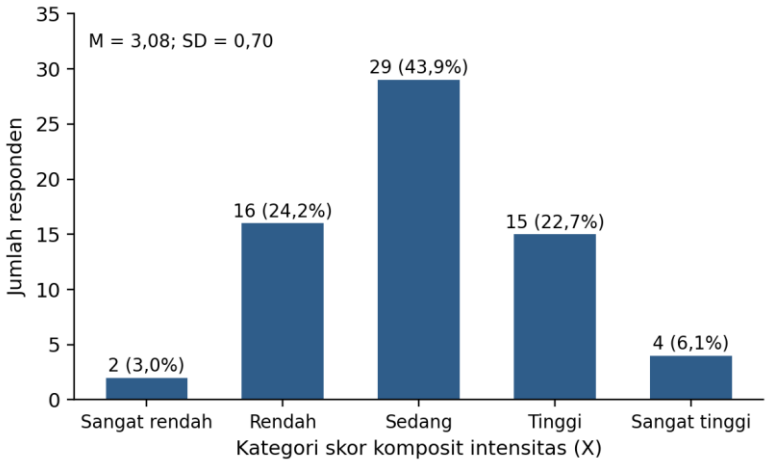
This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

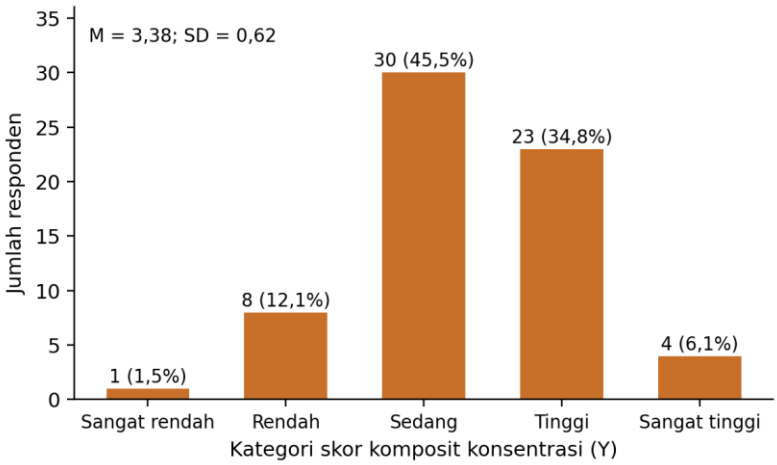
E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353



Gambar 3. Rerata skor per indikator intensitas penggunaan TikTok dan konsentrasi belajar (n = 66)
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.



Gambar 4. Distribusi kategori intensitas penggunaan TikTok (n = 66)
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.



Gambar 5. Distribusi kategori konsentrasi belajar (n = 66)
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

Uji asumsi regresi

Skor X berdistribusi normal (Shapiro–Wilk W = 0,977; p = 0,250), tetapi residual model tidak berdistribusi normal (W = 0,937; p = 0,002). Ketidaknormalan ini berasal terutama dari satu pencilan (residu terstudentisasi 4,16) berupa responden yang melaporkan konsentrasi sangat rendah pada intensitas sedang. Jawaban responden tersebut konsisten secara internal dan tidak tampak sebagai kesalahan pengisian, sehingga dipertahankan. Jarak Cook maksimum (0,139) jauh di bawah 1, sehingga tidak ada observasi yang berpengaruh berlebihan. Tanpa pencilan tersebut, residual berdistribusi normal (W = 0,983; p = 0,491) dan hasil makin kuat (R^2 = 0,383). Asumsi linearitas dan homoskedastisitas terpenuhi (Tabel 7). Karena normalitas residual tidak terpenuhi, hasil regresi diperiksa ulang dengan bootstrap, galat baku HC3, regresi Huber, dan korelasi Spearman, yang seluruhnya memberi kesimpulan sama.

Tabel 7. Ringkasan uji asumsi regresi

Uji	Statistik	p	Keputusan
Normalitas residual (Shapiro–Wilk)	W = 0,937	0,002	Tidak terpenuhi; dilengkapi uji robust
Normalitas skor X (Shapiro–Wilk)	W = 0,977	0,250	Terpenuhi
Normalitas skor Y (Shapiro–Wilk)	W = 0,963	0,044	Menyimpang ringan
Linearitas (RESET / suku kuadrat)	F = 0,047	0,830	Terpenuhi
Heteroskedastisitas (Breusch–Pagan)	LM = 0,011	0,917	Terpenuhi
Heteroskedastisitas (Glejser)	t = −0,544	0,588	Terpenuhi
Autokorelasi (Durbin–Watson)	d = 2,203	—	Tidak ada indikasi; hanya untuk kelengkapan
Pencilan dan pengaruh	1 residu terstudentisasi > 3; Cook maks. = 0,139	—	Dipertahankan; sensitivitas dilaporkan

Keterangan: Durbin–Watson dihitung menurut urutan pengisian; karena data potong lintang tidak memiliki urutan waktu yang bermakna, uji ini bersifat pelengkap. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

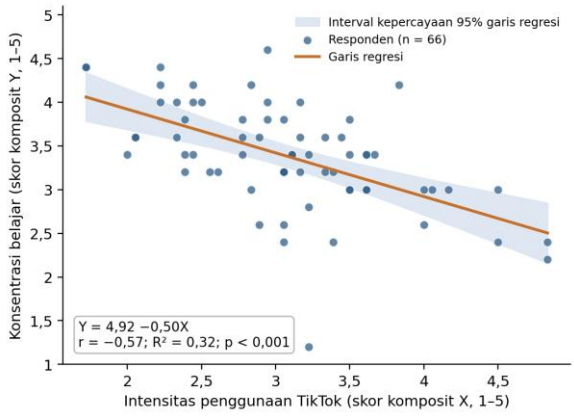
Pengaruh intensitas penggunaan TikTok terhadap konsentrasi belajar

Hasil regresi menunjukkan bahwa intensitas penggunaan TikTok berpengaruh negatif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar (B = −0,50; 95% CI [−0,68; −0,32]; β = −0,57; t(64) = −5,50; p < 0,001), dengan R^2 = 0,32 dan f^2 = 0,47 (Tabel 8; Gambar 6). Artinya, setiap kenaikan satu poin skor intensitas diikuti penurunan skor konsentrasi sebesar 0,50 poin. Intensitas menjelaskan 32,1% ragam konsentrasi, sehingga 67,9% lainnya ditentukan faktor lain yang tidak diukur, misalnya kualitas tidur, motivasi belajar, dan kebiasaan mengatur waktu. Estimasi ini tahan terhadap pelanggaran normalitas: interval bootstrap untuk B adalah [−0,62; −0,36], galat baku HC3 menghasilkan p < 0,001, koefisien Spearman ρ = −0,58 (95% CI bootstrap [−0,73; −0,39]; p < 0,001), dan regresi Huber memberi B = −0,50. H_0 ditolak pada model utama.

Tabel 8. Hasil regresi linear sederhana (Y = konsentrasi belajar)

Prediktor	B	SE	95% CI B	β	t	p
Konstanta	4,92	0,29	[4,35; 5,49]	—	17,15	< 0,001
Intensitas TikTok (X)	−0,50	0,09	[−0,68; −0,32]	−0,57	−5,50	< 0,001

Keterangan: R^2 = 0,321; R^2 adj. = 0,310; F(1, 64) = 30,20; p < 0,001; f^2 = 0,47; r Pearson = −0,57 (95% CI [−0,71; −0,38]); n = 66. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.



Gambar 6. Diagram pencar intensitas penggunaan TikTok dan konsentrasi belajar dengan garis regresi
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

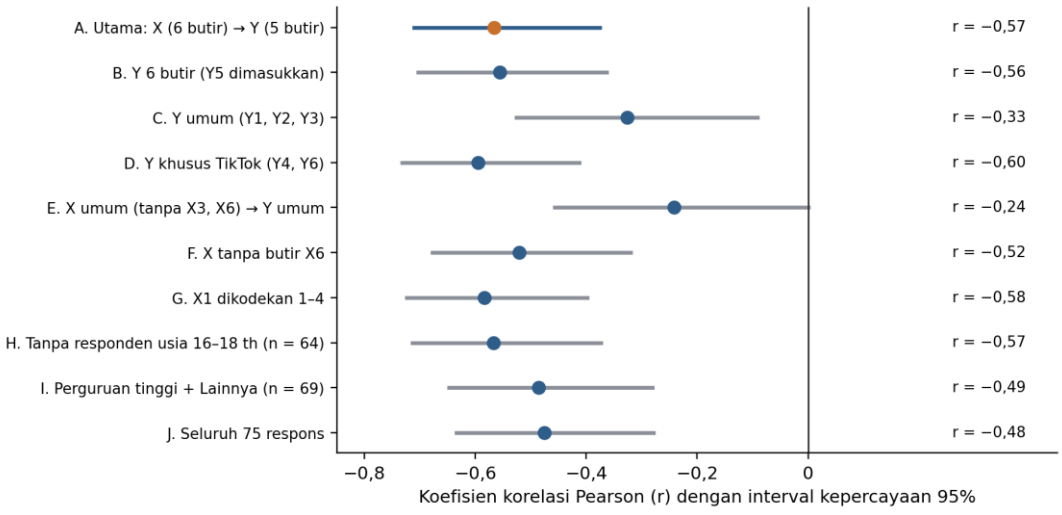
Analisis tambahan dan uji sensitivitas

Besar pengaruh sangat bergantung pada butir Y yang dipakai (Tabel 9; Gambar 7). Hasil utama tidak berubah bila Y5 dimasukkan (r = −0,56), bila X6 dikeluarkan (r = −0,52), bila X1 dikodekan 1–4 tanpa penskalaan ulang (r = −0,58), bila dua responden berusia 16–18 tahun dikeluarkan (r = −0,57), atau bila responden berjenjang "Lainnya" dan seluruh respons (75) dimasukkan (r = −0,49 dan −0,48). Akan tetapi, ketika skor Y hanya memuat butir yang tidak menyebut TikTok (Y umum), hubungan melemah menjadi r = −0,33 (R^2 = 0,11; p = 0,008), sedangkan skor Y khusus TikTok (Y4 dan Y6) berkorelasi paling kuat (r = −0,60). Bila skor X juga dibatasi pada butir umum tanpa butir penggunaan saat belajar, hubungan dengan Y umum hanya r = −0,24 (R^2 = 0,06), berada di batas signifikansi (uji OLS p = 0,051; Spearman p = 0,040).

Tabel 9. Uji sensitivitas hubungan X–Y pada berbagai spesifikasi

Spesifikasi	n	B	95% CI B	r [95% CI]	ρ	R^2	p
A. Utama: X 6 butir, Y 5 butir	66	−0,50	[−0,68; −0,32]	−0,57 [−0,71; −0,38]	−0,58	0,32	< 0,001
B. Y 6 butir (Y5 dimasukkan)	66	−0,41	[−0,57; −0,26]	−0,56 [−0,70; −0,36]	−0,56	0,31	< 0,001
C. Y umum (Y1, Y2, Y3)	66	−0,26	[−0,45; −0,07]	−0,33 [−0,53; −0,09]	−0,35	0,11	0,008
D. Y khusus TikTok (Y4, Y6)	66	−0,86	[−1,15; −0,57]	−0,60 [−0,73; −0,41]	−0,57	0,35	< 0,001
E. X umum (tanpa X3, X6) terhadap Y umum	66	−0,19	[−0,38; 0,00]	−0,24 [−0,46; 0,00]	−0,25	0,06	0,051
F. X tanpa butir X6	66	−0,47	[−0,66; −0,28]	−0,52 [−0,68; −0,32]	−0,51	0,27	< 0,001
G. X1 dikodekan 1–4	66	−0,54	[−0,73; −0,35]	−0,58 [−0,72; −0,40]	−0,61	0,34	< 0,001
H. Tanpa usia 16–18 tahun	64	−0,50	[−0,69; −0,32]	−0,57 [−0,71; −0,37]	−0,59	0,32	< 0,001
I. Perguruan tinggi + Lainnya	69	−0,42	[−0,61; −0,24]	−0,49 [−0,65; −0,28]	−0,53	0,24	< 0,001
J. Seluruh respons	75	−0,41	[−0,59; −0,23]	−0,48 [−0,63; −0,28]	−0,51	0,23	< 0,001

Keterangan: B dan p dari regresi OLS; ρ = korelasi Spearman. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.



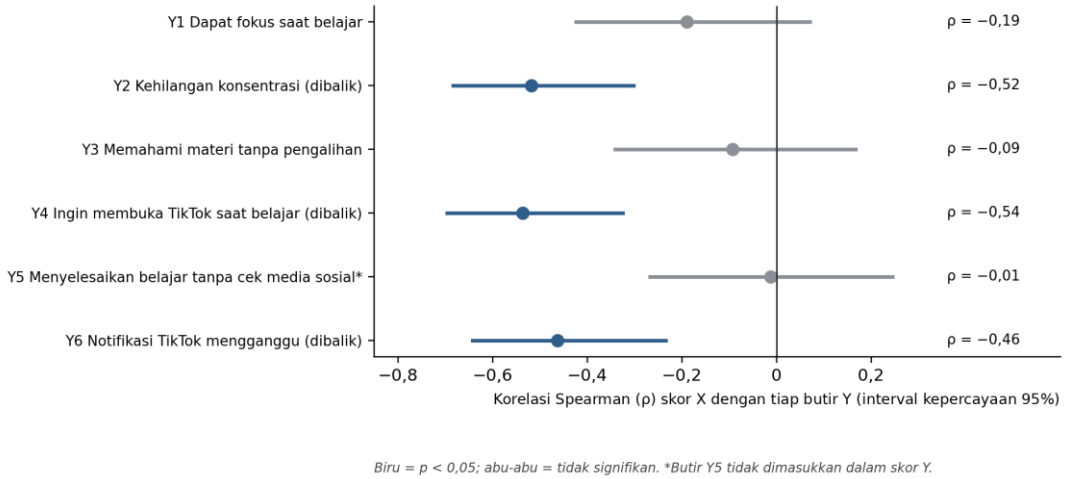
Gambar 7. Koefisien korelasi X–Y pada berbagai spesifikasi skor dan sampel
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Analisis per butir menjelaskan sumber perbedaan itu (Gambar 8). Skor X berkorelasi signifikan dengan kehilangan konsentrasi (Y2; ρ = −0,52), keinginan membuka TikTok saat belajar (Y4; ρ = −0,54), dan gangguan notifikasi TikTok (Y6; ρ = −0,46), tetapi tidak dengan kemampuan fokus (Y1; ρ = −0,19; p = 0,129) maupun pemahaman materi tanpa pengalihan perhatian (Y3; ρ = −0,09; p = 0,457). Butir Y5 yang dikeluarkan hampir tidak berkorelasi dengan X (ρ = −0,01).

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353



Gambar 8. Korelasi intensitas penggunaan TikTok (X) dengan masing-masing butir konsentrasi belajar
Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Regresi berganda eksploratori dengan empat indikator X menjelaskan 41,8% ragam Y (R^2 adj. = 0,38; $F(4, 61) = 10,97$; $p < 0,001$; Tabel 10). Indikator keterikatan ($\beta = -0,35$; $p = 0,014$) dan penggunaan saat belajar ($\beta = -0,36$; $p = 0,010$) berkontribusi unik, sedangkan durasi dan frekuensi tidak. Nilai VIF seluruhnya di bawah 2, sehingga multikolinearitas bukan masalah. Namun, terhadap Y umum tak satu pun indikator berkontribusi signifikan secara individual ($R^2 = 0,20$), dan indikator penggunaan saat belajar paling dekat isinya dengan butir Y4 dan Y6. Analisis ini bersifat eksploratori dan tidak boleh dibaca sebagai pembuktian bahwa penggunaan saat belajar adalah penyebab utama.

Tabel 10. Regresi berganda eksploratori indikator X terhadap konsentrasi belajar

Indikator X	B	SE	β	p	VIF	B (Y umum)	p (Y umum)
Durasi (X1)	0,06	0,06	0,12	0,318	1,49	0,08	0,190
Frekuensi (X2)	−0,06	0,11	−0,07	0,576	1,65	−0,02	0,889
Keterikatan (X4, X5)	−0,26	0,10	−0,35	0,014	1,99	−0,20	0,076
Penggunaan saat belajar (X3, X6)	−0,24	0,09	−0,36	0,010	1,90	−0,14	0,173

Keterangan: model utama (Y lima butir): $R^2 = 0,418$; R^2 adj. = 0,380. Model Y umum: $R^2 = 0,202$; R^2 adj. = 0,150. Sumber: Data kuesioner penelitian, diolah.

Pembahasan

Mahasiswa dalam sampel ini menggunakan TikTok pada tingkat sedang dan melaporkan konsentrasi belajar pada tingkat sedang. Pola yang paling menarik adalah kesenjangan antara penggunaan total dan penggunaan saat belajar: durasi dan frekuensi berkategori tinggi, tetapi penggunaan saat belajar hanya sedang. Temuan ini sejalan dengan laporan bahwa TikTok memang menyita waktu harian yang besar pada pengguna Indonesia (We Are Social, 2025), tetapi memperlihatkan bahwa sebagian besar waktu itu, menurut laporan responden, tidak jatuh pada waktu belajar. Perbandingan langsung dengan angka nasional tidak layak dilakukan karena sampel ini nonprobabilitas dan durasi diukur dengan kategori laporan diri.

Intensitas penggunaan TikTok berhubungan negatif dengan konsentrasi belajar. Arah ini sejalan dengan teori kapasitas perhatian (Ward et al., 2017), konsep sisa perhatian (Leroy & Glomb, 2018), dan teori motivasi temporal (Steel et al., 2018), yang semuanya memprediksi bahwa imbalan cepat dari video pendek bersaing dengan tugas belajar. Namun, data ini tidak dapat membedakan ketiga mekanisme tersebut karena tidak mengukur perpindahan tugas, sisa perhatian, maupun penundaan secara langsung.

Besar pengaruh pada model utama ($R^2 = 0,32$; $f^2 = 0,47$, kategori besar menurut ambang f^2 Cohen) perlu dibaca dengan hati-hati karena tiga alasan. Pertama, dua dari lima butir Y menyebut TikTok secara eksplisit, dan isinya tumpang-tindih dengan butir penggunaan saat belajar pada skor X, sehingga sebagian hubungan terbentuk oleh kemiripan isi butir. Kedua, ketika butir yang menyebut TikTok disingkirkan, hubungan menyusut menjadi $r = -0,33$ ($R^2 = 0,11$; $f^2 \approx 0,12$), efek kecil hingga medium, dan bila X turut dibatasi pada butir umum, efeknya kecil dan berada di batas signifikansi. Ketiga, hubungan terkonsentrasi pada butir kehilangan konsentrasi dan gangguan oleh TikTok, bukan pada butir kemampuan fokus dan pemahaman materi yang tidak signifikan. Jadi, bukti bahwa intensitas TikTok mengurangi konsentrasi belajar secara umum lebih lemah daripada angka R^2 pada model utama; bukti yang lebih kokoh

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

adalah bahwa mahasiswa yang menggunakan TikTok lebih intens lebih sering melaporkan kehilangan konsentrasi dan lebih sering tergoda atau terganggu oleh TikTok saat belajar.

Hasil ini searah dengan Alfatih et al. (2024) yang menemukan bahwa mayoritas mahasiswa vokasi (71% dan 83,9% pada dua butir) mengakui kaitan antara TikTok, kebiasaan belajar, dan distraksi. Perbedaannya, studi tersebut berbasis persepsi pada 31 responden tanpa uji inferensial, sedangkan studi ini memberi estimasi statistik beserta interval kepercayaan, dengan catatan bahwa konsentrasi di sini pun tetap berupa laporan diri. Pada analisis eksploratori, indikator keterikatan (kesulitan berhenti dan penggunaan melebihi rencana) berkontribusi unik, sedangkan durasi tidak. Pola ini konsisten dengan temuan Xie et al. (2023) bahwa kecanduan video pendek, bukan sekadar lamanya menonton, berkaitan dengan lemahnya kontrol perhatian dan prokrastinasi akademik. Kontribusi indikator penggunaan saat belajar juga sejalan dengan May dan Elder (2018) yang menyimpulkan bahwa multitasking media saat belajar berkaitan dengan capaian akademik yang lebih rendah. Mengingat analisis ini eksploratori dan indikator tersebut berdekatan isi dengan skor Y, kecocokan dengan studi-studi itu lebih tepat dipandang sebagai konsistensi arah, bukan konfirmasi mekanisme. Ward et al. (2017), yang meneliti kehadiran ponsel, tidak dapat dibandingkan langsung karena studi ini tidak mengukur kehadiran perangkat.

Secara praktis, temuan ini mengarahkan perhatian dosen dan layanan konseling pada pengelolaan penggunaan TikTok pada waktu belajar, yaitu notifikasi, godaan membuka aplikasi, dan kesulitan berhenti, ketimbang hanya membatasi jumlah jam penggunaan harian. Literasi digital yang melatih mahasiswa mengatur gawai selama belajar tampaknya lebih sesuai dengan pola data daripada larangan umum.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. (1) Desain potong lintang tidak dapat memastikan arah pengaruh; mahasiswa yang sulit berkonsentrasi bisa lebih mudah beralih ke TikTok (arah kausal terbalik), dan faktor yang tidak diukur seperti kualitas tidur, stres, atau regulasi diri dapat memengaruhi keduanya. (2) Kedua variabel diukur dengan laporan diri dalam satu kuesioner sehingga rentan terhadap bias metode umum dan keinginan tampil baik. (3) Instrumen disusun penulis dan belum tervalidasi: reliabilitas skala Y marginal ($\alpha = 0{,}69$), skala Y tidak sepenuhnya unidimensional, butir Y5 gugur dan dikeluarkan dari skor sehingga indikator pengendalian distraksi hanya diwakili dua butir, pemetaan butir ke indikator dilakukan setelah data terkumpul, kategori durasi X1 tidak mencakup rentang 2–3 jam dan hanya empat kategori, dan butir X6 menyebut "tugas sekolah". (4) Butir Y yang menyebut TikTok tumpang-tindih dengan variabel X. (5) Sampel nonprobabilitas berjumlah 66 dengan asal perguruan tinggi, program studi, dan angkatan yang tidak tercatat, sehingga generalisasi terbatas; status mahasiswa disimpulkan dari jenjang pendidikan yang dilaporkan. (6) Residual tidak berdistribusi normal akibat satu pencilan, meskipun hasil robust konsisten. (7) Regresi berganda eksploratori berdasarkan 66 responden perlu direplikasi.

KESIMPULAN

Intensitas penggunaan TikTok mahasiswa berada pada kategori sedang ($M = 3{,}08$), dengan frekuensi dan durasi yang tinggi tetapi penggunaan saat belajar yang sedang. Konsentrasi belajar mahasiswa berada pada kategori sedang ($M = 3{,}38$). Intensitas penggunaan TikTok berpengaruh negatif dan signifikan secara statistik terhadap konsentrasi belajar ($B = -0{,}50$; $\beta = -0{,}57$; $p < 0{,}001$; $R^2 = 0{,}32$), tetapi pengaruh ini lebih lemah bila butir konsentrasi yang menyebut TikTok disingkirkan ($R^2 = 0{,}11$) dan terutama tampak pada kehilangan konsentrasi serta gangguan oleh TikTok, bukan pada kemampuan fokus dan pemahaman materi. Karena desain potong lintang, pengukuran laporan diri, dan sampel nonprobabilitas, kesimpulan ini merupakan asosiasi statistik dan bukan bukti sebab-akibat.

Saran praktis: dosen dan layanan konseling dapat memfokuskan pendampingan pada pengelolaan penggunaan TikTok saat belajar, misalnya mematikan notifikasi, memisahkan perangkat belajar dari perangkat hiburan, dan melatih penghentian penggunaan yang disengaja. Saran penelitian lanjutan: (1) memakai instrumen konsentrasi yang tervalidasi atau tes perhatian objektif, dengan butir yang tidak menyebut platform; (2) mengukur durasi dari log aplikasi atau fitur waktu layar; (3) menggunakan desain longitudinal atau eksperimental untuk menguji arah pengaruh; (4) mengendalikan variabel seperti kualitas tidur, motivasi, dan regulasi diri; serta (5) memakai sampel yang lebih besar dan tercatat institusinya agar generalisasi dan analisis subkelompok dimungkinkan.

REFERENSI

Alfatih, M. F., Nashwandra, N. B., Nugraha, N. I., Banyubasa, A., Simangunsong, G. A., Barus, I. R. G., & Fami, A. (2024). The influence of TikTok short-form videos on attention span and study habits of students in College of Vocational Studies IPB University. *EduTech: Jurnal Teknologi Pendidikan, 23*(2), 202–212. https://doi.org/10.17509/e.v23i2.69229

Anderson, I. A., & Wood, W. (2023). Social motivations' limited influence on habitual behavior: Tests from social media engagement. *Motivation Science, 9*(2), 107–119. https://doi.org/10.1037/mot0000292

Balberan, J. C., & Bengwasan, P. D. (2024). COVID-19 stress, Facebook use intensity and coping strategies of Filipino students: An analysis of data collected during a pandemic. *Discover Psychology, 4*, Article 79. https://doi.org/10.1007/s44202-024-00177-8

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Jurnal Multidisiplin Teknik, Sains, Pendidikan dan Teknologi

E-ISSN: 3064-6103
Volume 3, **Number** 3, Nopember 2026
https://doi.org/10.62671/suliwa.v3i3.353

Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25* (9th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.

Haslianti. (2019). Pengaruh kebisingan dan motivasi belajar terhadap konsentrasi belajar pada siswa. *Psikoborneo, 7*(4), 608–615.

Lakens, D. (2022). Sample size justification. *Collabra: Psychology, 8*(1), Article 33267. https://doi.org/10.1525/collabra.33267

Leroy, S., & Glomb, T. M. (2018). Tasks interrupted: How anticipating time pressure on resumption of an interrupted task causes attention residue and low performance on interrupting tasks and how a "ready-to-resume" plan mitigates the effects. *Organization Science, 29*(3), 380–397. https://doi.org/10.1287/orsc.2017.1184

Liu, Y., Ni, X., & Niu, G. (2021). Perceived stress and short-form video application addiction: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology, 12*, Article 747656.

May, K. E., & Elder, A. D. (2018). Efficient, helpful, or distracting? A literature review of media multitasking in relation to academic performance. *International Journal of Educational Technology in Higher Education, 15*, Article 13. https://doi.org/10.1186/s41239-018-0096-z

Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in Public Health, 9*, Article 641673.

Qin, Y., Omar, B., & Musetti, A. (2022). The addiction behavior of short-form video app TikTok: The information quality and system quality perspective. *Frontiers in Psychology, 13*, Article 932805.

Steel, P., Svartdal, F., Thundiyil, T., & Brothen, T. (2018). Examining procrastination across multiple goal stages: A longitudinal study of temporal motivation theory. *Frontiers in Psychology, 9*, Article 327. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00327

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research, 2*(2), 140–154.

We Are Social. (2025, November). *Digital 2026: Top digital and social media trends in Indonesia*. https://wearesocial.com/id/blog/2025/11/digital-2026-top-digital-and-social-media-trends-in-indonesia/

Winata, I. K. (2021). Konsentrasi dan motivasi belajar siswa terhadap pembelajaran online selama masa pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan, 5*(1), 13–24.

Xie, J., Xu, X., Zhang, Y., Tan, Y., Wu, D., Shi, M., & Huang, H. (2023). The effect of short-form video addiction on undergraduates' academic procrastination: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology, 14*, Article 1298361.

This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.