

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN GAYA HIDUP SOSIAL MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN EKONOMI UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN PEMATANGSIANTAR

Herlina Silalahi¹, Herlina Hotmadinar Sianipar², Injen Pardamean Butarbutar³

¹ Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar, Indonesia;

herlinasilalahi3103@gmail.com

² Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar, Indonesia;

sianiparherlina@gmail.com

³ Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar, Indonesia,

butarbutarinjen@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received 2025-11-16

Revised 2025-11-18

Accepted 2025-12-30

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Latar belakang penelitian ini karena banyak mahasiswa aktif menggunakan media sosial setiap hari, yang dapat memengaruhi cara mereka bersosialisasi dengan rang lain. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Sampel penelitian berjumlah 38 mahasiswa yang dipilih secara acak, dan data diperoleh melalui angket yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap gaya hidup sosial mahasiswa. Nilai t-hitung sebesar 3,203 lebih besar dari t-tabel 2,028 dengan signifikansi $0,00284 < 0,05$, artinya semakin sering mahasiswa menggunakan media sosial, semakin besar pula pengaruhnya terhadap gaya hidup sosial mereka. Nilai R^2 sebesar 0,2218 menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap gaya hidup sosial sebesar 22,18%, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain. Kesimpulannya, media sosial tidak hanya menjadi alat komunikasi dan hiburan, tetapi juga memengaruhi perilaku dan gaya hidup sosial mahasiswa.

Kata Kunci: Media Sosial, Gaya Hidup Sosial, Mahasiswa

ABSTRACT

This research aims to find out how social media use influences the social lifestyle of students in the Economics Education Study Program at HKBP Nommensen University Pematangsiantar. The study is based

n the fact that many students actively use social media every day, which can affect how they interact and socialize with thers. The research uses a quantitative method with simple linear regression analysis. The sample consists f 38 students selected randomly. Data were collected through questionnaires that had been tested for validity and reliability. The results show that social media use has a positive and significant effect n students' social lifestyles. The t-count value f 3.203 is greater than the t-table value f 2.028, with a significance value f $0.00284 < 0.05$. This means that the more ften students use social media, the greater its influence n their social lifestyle. The R^2 value f 0.2218 indicates that social media use contributes 22.18% to students' social lifestyles, while ther factors contribute the remaining percentage. In conclusion, social media is not nly used as a means f communication and entertainment but also influences students' behavior and social lifestyles in daily life.

Keywords: Social Media; Social Lifestyle; Students

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author :

Herlina Silalahi

Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar, Medan; herlinasilalahi3103@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah menghadirkan internet sebagai salah satu inovasi terbesar dalam kehidupan manusia modern. Kehadiran internet melahirkan pola interaksi sosial baru yang berbeda dengan masa lalu (Liputan6, 2019). Jika sebelumnya interaksi lebih banyak dilakukan secara tatap muka (face to face communication), kini masyarakat lebih sering berinteraksi melalui dunia maya atau interaksi sosial nline. Teman di jejaring sosial bahkan dapat terasa lebih dekat dibandingkan dengan tetangga di sekitar, sehingga sebagian rang lebih terobsesi dengan dunia maya dan menarik diri dari lingkungan sosial nyata. Kondisi ini memunculkan dampak negatif, seperti sikap individualistis, anti-sosial dan berkurangnya kepedulian terhadap lingkungan sekitar.

Salah satu produk teknologi yang paling berpengaruh dalam perubahan interaksi sosial adalah media sosial. Menurut Kaplan & Haenlein (Mustary, Silalahi, Hartati, Tinggi, & Manajemen, 2021) media sosial merupakan sekelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun di atas teknologi Web 2.0 yang memungkinkan penggunaannya untuk menciptakan dan bertukar konten. Media sosial kini tidak hanya menjadi sarana komunikasi, tetapi juga membentuk cara bergaul, pola interaksi bahkan gaya hidup manusia (Sutisman, Pattiasina, Sumartono, & Syaliha, 2019). Mahasiswa sebagai bagian dari generasi digital merupakan pengguna aktif media sosial, seperti Facebook, WhatsApp, Instagram, TikTok dan YouTube. Media sosial memang memberikan manfaat, misalnya memperluas pengetahuan, mengembangkan kreativitas dan membangun jejaring akademik. Namun, kenyataannya media sosial juga membawa dampak negatif, seperti penurunan kualitas interaksi sosial nyata, meningkatnya perilaku konsumtif, serta rientasi pada pencitraan diri dan gengsi daripada prestasi akademik (Nurazijah, Fitriani, & Rustini, 2023). Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara fungsi ideal media sosial dan realitas penggunaannya di kalangan mahasiswa.

Fenomena ini juga terlihat pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Sebagian mahasiswa lebih aktif berkomunikasi di dunia maya, namun kurang berpartisipasi dalam interaksi sosial nyata di lingkungan kampus. Kampus yang seharusnya menjadi tempat menimba ilmu, bertukar pikiran dan membangun relasi akademik, sering kali berubah menjadi ajang pameran penampilan serta gaya hidup konsumtif. Mahasiswa dengan kemampuan finansial lebih mudah mengikuti tren konsumtif melalui penggunaan barang bermerek, sementara mahasiswa dari kalangan ekonomi menengah pun sering ikut terpengaruh karena tuntutan pergaulan (Nurmalia, Wulan, & Utamie, 2024).

Berdasarkan hasil survei awal terhadap mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar, peneliti melakukan pra-survei melalui penyebaran angket kepada responden. Berdasarkan data terlihat bahwa platform media sosial yang paling dominan digunakan oleh mahasiswa adalah WhatsApp dengan persentase penggunaan mencapai 83%, yang menunjukkan bahwa fitur komunikasi cepat dan efisien masih menjadi kebutuhan utama dalam aktivitas sosial mahasiswa. Selanjutnya, Instagram 33% dan TikTok masing-masing menempati posisi berikutnya dengan 43%, yang menandakan bahwa konten hiburan berbasis visual mendapat perhatian besar dari mahasiswa. Sementara itu, YouTube digunakan oleh 13% mahasiswa dan Facebook oleh 23%.

Hasil ini memperkuat pendapat Nasrullah (Noviana, 2023) yang menyatakan bahwa media sosial telah menjadi bagian dari ekosistem digital yang memengaruhi cara individu berinteraksi, mengekspresikan diri dan membentuk gaya hidup sosial. Penggunaan WhatsApp yang tinggi menunjukkan adanya kebutuhan mahasiswa untuk tetap terkoneksi secara sosial, sementara tingginya penggunaan Instagram, TikTok dan YouTube menunjukkan tren ke arah konsumsi visual dan hiburan cepat yang juga membentuk pola komunikasi baru. Oleh karena itu, data ini memberikan gambaran bahwa media sosial tidak hanya digunakan sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai sarana pembentukan identitas dan interaksi sosial mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari (Rahayu, Eriswanto, & Suherman, 2024). Dalam setiap kehidupan manusia selalu melekat yang namanya gaya hidup. Gaya hidup mencerminkan cara seseorang dalam menjalani kehidupannya, mulai dari cara berpakaian, pola konsumsi, hingga cara bersosialisasi dengan orang lain. Dalam konteks mahasiswa, gaya hidup sosial menjadi aspek yang penting, karena mahasiswa berada pada masa transisi menuju kedewasaan yang menuntut mereka untuk aktif membangun relasi, berinteraksi serta beradaptasi dengan lingkungan sosial (Hasibuan, Harahap, & Nasution, 2024).

Gaya hidup sosial mahasiswa seharusnya tercermin dalam kegiatan yang positif, seperti aktif mengikuti perkuliahan, berpartisipasi dalam organisasi, menjalin kerja sama dalam tugas kelompok dan membangun solidaritas dengan teman sebaya. Namun, kehadiran media sosial membawa perubahan signifikan dalam cara mahasiswa berinteraksi. Banyak mahasiswa yang lebih memilih berkomunikasi di dunia maya dibandingkan berinteraksi langsung dengan lingkungan sekitar. Hal ini menyebabkan sebagian mahasiswa cenderung menarik diri, kurang peduli pada lingkungan kampus serta lebih sibuk dengan pencitraan diri di media sosial (Hsb, 2021).

Media sosial memang membuka ruang baru untuk mengekspresikan diri, memperluas jaringan dan menyalurkan kreativitas. Akan tetapi, penggunaan yang berlebihan juga berpotensi mengubah gaya hidup sosial mahasiswa. Misalnya, orientasi interaksi yang semula berbasis solidaritas nyata kini bergeser pada pencarian pengakuan di dunia maya, seperti jumlah likes, followers atau komentar. Selain itu, gaya hidup sosial mahasiswa juga banyak dipengaruhi oleh tren yang berkembang di media sosial, baik dalam hal pergaulan, penampilan, maupun aktivitas yang ditampilkan ke publik.

Fenomena ini mengindikasikan adanya pergeseran gaya hidup sosial mahasiswa, dari yang seharusnya berorientasi pada hubungan sosial nyata dan produktif, menjadi lebih condong pada hubungan semu di media sosial. Hal inilah yang menjadikan penting untuk meneliti pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa (Khairat, Yusri, & Yuliana, 2019).

Dengan demikian, terlihat adanya pergeseran gaya hidup sosial mahasiswa yang dipengaruhi oleh penggunaan media sosial. Alih-alih membangun interaksi yang sehat dan produktif, sebagian mahasiswa justru lebih berorientasi pada pengakuan sosial, penampilan dan gengsi. Oleh karena itu, penting untuk meneliti Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Sosial Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif. Penelitian kuantitatif asosiatif dipilih karena sesuai untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel atau lebih secara objektif dan dapat diukur dengan angka. Dalam penelitian ini, variabel independen (X) adalah penggunaan media sosial, sedangkan variabel dependen (Y) adalah gaya hidup sosial mahasiswa (Arisanti, 2021). Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif asosiatif dengan sifat eksplanatif, yaitu penelitian yang bertujuan menjelaskan hubungan sebab-akibat antara variabel melalui pengujian hipotesis. Penelitian ini dilakukan dengan metode survei menggunakan instrumen berupa kuesioner skala Likert, yang disebarluaskan kepada mahasiswa sebagai responden. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara statistik, salah satunya dengan analisis regresi linier sederhana, untuk mengetahui sejauh mana pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa (Profil Yugantara, Rachmad K Dwi Susilo, 2021).

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar yang beralamat di Jalan Sangnawaluh, No.04, Kota Pematangsiantar, Sumatera Utara. Penelitian akan dilakukan pada Mahasiswa Prodi Ekonomi yang menggunakan platform media sosial. Sedangkan, waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada semester ganjil. Dalam penelitian, populasi diartikan sebagai keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu dan menjadi sasaran penelitian. Menurut Sugiyono (Tri Pudji Astuti, 2019) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Hal serupa dijelaskan oleh Arikunto (Effendi, 2017) bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Madiistriyatno, 2023).

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Stambuk 2022 sampai 2025 Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Populasi ini dipilih karena sesuai dengan fokus penelitian, yaitu untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa. Jumlah keseluruhan mahasiswa Stambuk 2022 sampai 2025. Sugiyono (Munawi, Ahmad Saleh, 2019) mengemukakan bahwa variabel penelitian adalah atribut, sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas (independent) yaitu penggunaan media sosial dan variabel terikat (dependent) dalam penelitian ini adalah gaya hidup sosial, sumber utama yang ada dalam penelitian ini adalah mahasiswa. Dimana mahasiswa sebagai sampel penelitian dan kuesioner sebagai sumber data. Penelitian ini menggunakan instrument yang dirancang untuk mengukur hasil belajar. Instrumen tersebut disusun dalam bentuk soal pilihan ganda.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data untuk uji instrumen penelitian ini dilakukan menggunakan angket yang disebarkan kepada responden yang dipilih. Berikut adalah hasil analisis data yang diperoleh: Setelah instrumen penelitian disusun, langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah melakukan tabulasi data hasil jawaban responden. Tabulasi dilakukan dengan menyusun kode jawaban, mengelompokkan data berdasarkan klasifikasi respon, kemudian menyajikannya dalam bentuk tabel dengan bantuan program Microsoft Excel (Adnan & Mona, 2024).

Selanjutnya peneliti melakukan uji validitas untuk mengetahui sejauh mana butir-butir pernyataan dalam kuesioner mampu mengukur variabel yang diteliti. Uji validitas dilakukan secara manual menggunakan rumus korelasi Pearson Product Moment yang diolah melalui Microsoft Excel. Kriteria penentuan validitas adalah apabila nilai r hitung > r tabel pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Berdasarkan jumlah responden sebanyak 30 orang ($Df = N - 2 = 28$), maka diperoleh r tabel = 0,361. Artinya, apabila nilai korelasi setiap butir pernyataan lebih besar dari 0,361, maka butir tersebut dinyatakan valid, sedangkan jika nilai korelasi lebih kecil dari 0,361 maka butir tersebut dinyatakan tidak valid dan tidak digunakan pada tahap analisis selanjutnya.

Dalam penelitian ini terdapat 20 butir pernyataan untuk variabel X (Penggunaan Media Sosial) dan 15 butir pernyataan untuk variabel Y (Gaya Hidup Sosial). Butir pernyataan yang dinyatakan valid akan digunakan pada tahap pengujian hipotesis, sedangkan butir yang tidak valid akan dikeluarkan dari analisis (Anwar, Rizal, Novianti, & Sugiana, 2016).

Setelah uji validitas dilakukan, tahap berikutnya adalah uji reliabilitas untuk mengetahui sejauh mana instrumen dapat memberikan hasil yang konsisten apabila digunakan berulang kali. Uji reliabilitas dalam penelitian ini juga dilakukan menggunakan Microsoft Excel dengan menghitung koefisien Cronbach's Alpha (α). Suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai $\alpha > 0,6$, yang berarti instrumen tersebut memiliki tingkat keandalan yang baik dan dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

Perhitungan Validitas angket Penggunaan Media Sosial terdiri dari 20 butir pernyataan sedangkan angket Gaya Hidup Sosial terdiri dari 10 butir pernyataan yang dilakukan dengan perhitungan manual menggunakan rumus korelasi Pearson Product Moment yang diolah melalui program Microsoft Excel (Pustikayasa, 2019). Setelah dilakukan uji coba dan dianalisis dengan statistik, maka diketahui butir item pernyataan valid dikarenakan r hitungnya lebih besar dibandingkan dengan r tabel. Adapun

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis ini berisi tentang variabel-variabel yang penelitian yang akan di uji hipotesisnya, hipotesis yang diuji yaitu pengaruh yang signifikan antara penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar yang akan diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Uji Hipotesis

<i>Regression Statistics</i>	
Multiple R	0.470986947
R Square	0.221828705
Adjusted R Square	0.200212835
Standard Error	7.382671986
Observations	38

ANOVA

	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>Significanc eF</i>
Regression	1	559.3352409	559.335	10.2623	0.00284047
Residual	36	1962.138443	54.5038		
Total	37	2521.473684			

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>	<i>Lower 95%</i>	<i>Upper 95%</i>
Intercept	32.288481		3.76751	0.00059	14.9072500	
Penggunaan Media Sosial	0.4597408	8.570229778	6	1	2	49.66971
		0.143512781	4	0.00284	4	0.750798

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana dengan variabel bebas (X) yaitu Penggunaan Media Sosial, dan variabel terikat (Y) yaitu Gaya Hidup Sosial. Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh persamaan sebagai berikut:

$$Y = 32.288 + 0.460X$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa konstanta (intercept) sebesar 32.288 berarti apabila tidak ada penggunaan media sosial (X=0), maka nilai gaya hidup sosial mahasiswa adalah sebesar 32.288. Koefisien regresi variabel penggunaan media sosial (X) sebesar 0.459 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan penggunaan media sosial akan meningkatkan gaya hidup sosial mahasiswa sebesar 0.459 satuan.

Dari tabel di atas, diperoleh nilai p-value = 0.00284 < 0.05, yang berarti Ha diterima dan Ho ditolak. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa. Selain itu, nilai t-hitung (3.203) lebih besar dari t-tabel (≈2.03) pada taraf signifikansi 5%. Hal ini juga menguatkan bahwa variabel penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap gaya hidup sosial (Sekretariat Negara Republik Indonesia, 2024).

Uji T

Hasil uji t ini membuktikan bahwa penggunaan media sosial memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Artinya, semakin sering dan aktif mahasiswa menggunakan media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat gaya hidup sosial mereka. Mahasiswa yang aktif di media sosial cenderung lebih mengikuti tren, memperluas relasi social dan memiliki gaya hidup yang lebih modern sesuai pengaruh media sosial yang mereka konsumsi. Hasil analisis uji t dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 2. Uji T

	<i>Coefficients</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t Stat</i>	<i>P-value</i>
Intercept	32.28848162	8.570229778	3.767516	0.000591
Penggunaan Media Sosial	0.459740854	0.143512781	3.203484	0.00284

Berdasarkan hasil uji t diperoleh nilai t-hitung sebesar 3.203 dengan t-tabel sebesar 2.03 pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan (df) = 36. Karena t-hitung (3.203) lebih besar dari t-tabel (2.03), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa. Hasil ini juga diperkuat dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0.00284, yang lebih kecil dari 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh tersebut bersifat signifikan.

Koefisien Determinasi (R²)

Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh nilai R Square (R²) sebesar 0.2218 atau 22,18%. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berkontribusi sebesar 22,18% terhadap variasi perubahan gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Dengan kata lain, sebesar 22,18% gaya hidup sosial mahasiswa dapat dijelaskan oleh variabel penggunaan media sosial. Sementara sisanya, yaitu 77,82%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil analisis koefisien determinasi terlihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Koefisien Determinasi (R²)

<i>Regression Statistics</i>	
Multiple R	0.470986947
R Square	0.221828705
Adjusted R Square	0.200212835
Standard Error	7.382671986
Observations	38

Pembahasan

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa variabel penggunaan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Stambuk 2022–2025 Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar. Hal ini dibuktikan dengan nilai t-hitung sebesar 3.203 yang lebih besar dari t-tabel sebesar 2.03, serta nilai signifikansi (p-value) sebesar $0.00284 < 0.05$, sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula gaya hidup sosial mahasiswa.

Nilai koefisien regresi sebesar 0.4597 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan penggunaan media sosial akan meningkatkan skor gaya hidup sosial mahasiswa sebesar 0.4597 satuan. Sementara itu, nilai R Square sebesar 0.2218 mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial berkontribusi sebesar 22,18% terhadap variasi perubahan gaya hidup sosial mahasiswa, sedangkan 77,82% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini, seperti kondisi ekonomi, lingkungan sosial, serta nilai dan budaya individu (Syifa Sari Agustina, 2020).

Hasil ini mengindikasikan bahwa aktivitas mahasiswa dalam menggunakan media social yang meliputi intensitas penggunaan, tujuan penggunaan, jenis aktivitas dan platform yang dominan digunakan memiliki peran penting dalam membentuk pola gaya hidup mereka. Mahasiswa yang memiliki intensitas penggunaan media sosial tinggi, seperti sering membuka aplikasi setiap hari dan menghabiskan waktu berjam-jam di platform seperti Instagram, TikTok, WhatsApp, atau YouTube, cenderung lebih cepat mengikuti perkembangan informasi, tren mode, dan gaya hidup terkini yang beredar di media sosial (Yulia Aftiani, Khairinal, & Suratno, 2021). Berikut ini faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan media

sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar.:

Intensitas Penggunaan Media Sosial

Faktor pertama yang memengaruhi gaya hidup sosial mahasiswa adalah intensitas penggunaan media sosial, yang meliputi frekuensi dan durasi penggunaannya setiap hari. Mahasiswa yang memiliki intensitas tinggi sering membuka media sosial setiap beberapa jam dan menghabiskan waktu lebih dari dua jam per hari di platform seperti Instagram, TikTok, dan YouTube cenderung lebih terpapar oleh berbagai konten gaya hidup modern. Paparan ini dapat memengaruhi pandangan mereka terhadap cara berpakaian, tren hiburan, dan pola interaksi sosial. Tingginya intensitas penggunaan media sosial juga memperluas jaringan pertemanan serta meningkatkan kebutuhan untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial, baik secara daring maupun luring. Dengan demikian, semakin sering mahasiswa menggunakan media sosial, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk menyesuaikan gaya hidup dengan tren yang sedang berkembang.

Tujuan Penggunaan Media Sosial

Faktor kedua berkaitan dengan tujuan penggunaan media sosial. Mahasiswa menggunakan media sosial untuk berbagai alasan: berkomunikasi, mencari hiburan, belajar, maupun memperoleh informasi. Penggunaan media sosial untuk komunikasi memperkuat hubungan sosial antarmahasiswa, sedangkan penggunaan untuk hiburan dan tren menumbuhkan minat terhadap mode, musik, film, atau gaya hidup populer. Sementara itu, mahasiswa yang memanfaatkan media sosial untuk pembelajaran dan informasi cenderung memiliki opini yang lebih terbuka terhadap isu sosial dan budaya. Artinya, tujuan penggunaan media sosial turut menentukan jenis pengaruh yang terbentuk pada gaya hidup sosial mahasiswa apakah lebih condong pada hiburan, pengetahuan, atau partisipasi sosial.

Jenis Aktivitas di Media Sosial

Faktor berikutnya adalah jenis aktivitas yang dilakukan mahasiswa di media sosial, seperti *posting*, *like*, *share*, *follow*, *komentar*, dan *chat*. Aktivitas ini tidak hanya menunjukkan tingkat partisipasi sosial mahasiswa di dunia maya, tetapi juga menjadi cerminan identitas sosial mereka. Mahasiswa yang aktif membuat postingan atau berinteraksi melalui komentar biasanya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam mengekspresikan opini dan membangun relasi sosial. Kegiatan seperti mengikuti akun influencer, organisasi sosial, atau kanal pendidikan juga dapat memperluas wawasan dan memengaruhi pola konsumsi mahasiswa terhadap produk, gaya hidup, maupun aktivitas yang sedang tren di kalangan anak muda (Ananda, Suriansyah, & Rafianti, 2024).

Platform Media Sosial yang Digunakan

Platform yang dominan digunakan juga berperan besar dalam membentuk gaya hidup sosial. Mahasiswa yang lebih sering menggunakan platform visual seperti Instagram dan TikTok cenderung terpengaruh oleh tren gaya berpakaian, hiburan, dan pola konsumsi. Sementara mereka yang aktif di WhatsApp lebih menonjol dalam aspek komunikasi dan interaksi sosial. Adapun penggunaan YouTube sering kali berhubungan dengan pembentukan opini dan minat terhadap isu sosial atau konten edukatif. Dengan kata lain, setiap platform memiliki karakteristik yang berbeda dalam memengaruhi dimensi gaya hidup sosial mahasiswa.

Keterkaitan dengan Gaya Hidup Sosial Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh faktor pada variabel penggunaan media sosial tersebut memberikan kontribusi nyata terhadap pembentukan gaya hidup sosial mahasiswa, yang meliputi (Saktisyahputra, 2019):

1. Aktivitas sosial: Mahasiswa aktif mengikuti organisasi, komunitas, atau kegiatan sosial karena terinspirasi dari konten di media sosial.
2. Minat: Meningkatnya minat terhadap tren, mode, hiburan, dan isu-isu pendidikan.
3. Opini: Mahasiswa lebih terbuka dalam menyampaikan pandangan terhadap isu sosial dan budaya.
4. Interaksi sosial: Komunikasi dengan teman dan lingkungan menjadi lebih intens, baik melalui platform daring maupun secara langsung.
5. Pola konsumsi dan hiburan: Media sosial menjadi referensi utama dalam memilih produk, tempat hiburan, dan gaya hidup.

Dengan demikian, hasil penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Nasution et al. (Akbar & Abdullah, 2021) dengan judul "Penyalahgunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Medan: Hoaks, Fitnah, dan Dakwah Instan" menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa sudah cukup sadar terhadap bahaya penyebaran informasi palsu, tingkat paparan hoaks masih tinggi akibat faktor emosional dan rendahnya literasi digital (Febriani, Candra, & Nastasia, 2021). Hal ini menggambarkan bahwa penggunaan media sosial sangat memengaruhi cara mahasiswa berinteraksi, berpikir, dan membentuk opini dalam kehidupan sosial mereka (Aryani & Murtiariyati, 2022).

Selanjutnya, penelitian oleh Khairullah (Rahmah, 2021) berjudul "Analisis Pemahaman Mahasiswa Polimedia Medan Terhadap Fenomena Hoaks di Media Sosial" menegaskan bahwa mahasiswa memahami dampak besar media sosial terhadap pola pikir dan perilaku mereka, khususnya dalam hal penyebaran informasi (Yuanta, 2020). Mereka menyarankan pentingnya strategi saring sebelum sharing serta peningkatan literasi digital agar media sosial digunakan secara lebih bijak dan produktif. Hal ini relevan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas dan tujuan positif penggunaan media sosial, semakin berpengaruh pula terhadap pembentukan gaya hidup sosial mahasiswa

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data beserta interpretasinya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan media sosial terhadap gaya hidup sosial mahasiswa. Hasil uji regresi sederhana menunjukkan nilai t-hitung sebesar 3,203 dengan p-value 0,00284, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial, semakin tinggi pula kecenderungan gaya hidup sosial mahasiswa.
2. Koefisien regresi sebesar 0,4597 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada penggunaan media sosial akan meningkatkan skor gaya hidup sosial mahasiswa sebesar 0,4597 satuan, dengan asumsi variabel lain konstan. Nilai R Square sebesar 0,2218 mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial memberikan kontribusi sebesar 22,18% terhadap variasi gaya hidup sosial mahasiswa, sedangkan sisanya 77,82% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.
3. Secara konseptual, hasil ini menggambarkan bahwa media sosial tidak hanya digunakan sebagai sarana komunikasi dan hiburan, tetapi juga berperan penting dalam membentuk aktivitas sosial, minat, opini, interaksi sosial, serta pola konsumsi dan hiburan mahasiswa. Mahasiswa yang aktif menggunakan media sosial cenderung lebih terlibat dalam tren sosial, lebih terbuka terhadap informasi baru, serta lebih dinamis dalam berinteraksi dan mengekspresikan diri di lingkungan sosialnya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka ada beberapa pandangan peneliti yang sekiranya dapat diangkat sebagai saran-saran, baik untuk kepala sekolah, guru, dan siswa, maupun untuk penelitian selanjutnya.

1. Bagi Pihak Kampus. Perlu dilakukan peningkatan literasi digital melalui seminar, pelatihan, atau kegiatan kampus yang mendorong mahasiswa memahami etika penggunaan media sosial. Hal ini penting agar mahasiswa mampu memilah konten, menghindari penyebaran informasi palsu, dan menumbuhkan budaya komunikasi yang sehat di dunia digital.
2. Bagi Mahasiswa. Diharapkan mampu menggunakan media sosial secara bijak dan produktif. Media sosial sebaiknya dimanfaatkan tidak hanya untuk hiburan, tetapi juga sebagai sarana pembelajaran, berbagi informasi positif, dan memperluas jaringan sosial yang bermanfaat. Mahasiswa perlu mengendalikan intensitas penggunaan agar tidak menimbulkan dampak negatif terhadap perilaku sosial dan aktivitas akademik.
4. Bagi Penelitian Selanjutnya. Disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi gaya hidup sosial mahasiswa, seperti lingkungan pergaulan, status ekonomi, atau pengaruh tren digital. Penelitian juga dapat dikembangkan dengan menggunakan metode kualitatif atau model regresi berganda untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang peran media sosial dalam kehidupan sosial mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, M., & Mona, N. (2024). Strategi Komunikasi Politik Melalui Media Sosial Oleh Calon Presiden Indonesia 2024. *Politika: Jurnal Ilmu Politik*, 15(1), 1–20. <https://doi.org/10.14710/Politika.15.1.2024.1-20>
- Akbar, S. K., & Abdullah, E. S. P. S. (2021). Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instagram). *Jurnal Tambora*, 5(3), 40–45.
- Ananda, M., Suriansyah, A., & Rafianti, W. R. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Diri Pada Generasi Z. *Maras: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(4), 2279–2289.
- Anwar, R. K., Rizal, Edwin, Novianti, E., & Sugiana, D. (2016). Adaptasi Media Interaksi Sosial Tradisional. *Jaqfi: Jurnal Aqidah Dan Filsafat Islam*, 1(1), 83–104.
- Arisanti, P. (2021). Tren Gaya Hidup Milenial, Identitas Sosial Dan Desain Coffe Shop Petty Arisanti. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 18(4), 579–590.
- Aryani, I. D., & Murtiariyati, D. (2022). Instagram Sebagai Media Promosi Dalam Meningkatkan Jumlah Penjualan Pada A.D.A Souvenir Project. *Jurnal Riset Akuntansi Dan Bisnis Indonesia*, 2(2), 466–477. <https://doi.org/10.32477/jrabi.V2i2.479>
- Effendi, N.-. (2017). Studi Budaya Pasar Tradisional Dan Perubahan Gaya Hidup Masyarakat Pedesaan: Kasus Pasa Nagari Dan Masyarakat Nagari Di Propinsi Sumatera Barat. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 18(2), 105. <https://doi.org/10.25077/jantro.V18i2.61>
- Febriani, S., Candra, I., & Nastasia, K. (2021). Hubungan Antara Intimate Friendship Dengan Self Disclosure Pada Siswa Kelas Xi Sma N 4 Kota Padang Pengguna Media Sosial Instagram. *Psyche 165 Journal*, 130–138. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.V14i2.27>
- Hasibuan, I. K., Harahap, I., & Nasution, J. (2024). Pengaruh Iklan, Konformitas Dan Gaya Hidup Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Menurut Etika Ekonomi Islam (Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Ekonomi Islam Uinsu). *Jurnal Manajemen Akuntansi (Jumsi)*, 4(2), 545–559.

Opgehaal Van <https://doi.org/10.36987/jumsi.v4i2.4302>

- Hsb, Z. H. (2021). *Analisis Perilaku Konsumtif Pegawai Wanita Muslimah Kab. Padang Lawas Dengan Gaya Hidup Sebagai Variabel Intervening*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Khairat, M., Yusri, N. A., & Yuliana, S. (2019). Hubungan Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 9(2), 130–139. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v9i2.861>
- Liputan6. (2019). Gerakan Mengubah Gaya Hidup Untuk Wujudkan Indonesia Bersih Sampah 2025.
- Madiistriyatno, H. (2023). Media Sosial Dalam Manajemen Operasi Dan Rantai Pasokan: Eksplorasi Masa Depan. *Jurnal Mentari: Manajemen, Pendidikan Dan Teknologi Informasi*, 2(1), 31–42.
- Munawi, Ahmad Saleh, A. (2019). Peran Bagian Organisasi Dan Tata Laksana Sekretariat Daerah Kabupaten Mamasa Dalam Meningkatkan Budaya Kerja Di Sekretariat Daerah Pemerintah Kabupaten Mamasa. *Journal Pegguruang: Conference Series*, 1(September). <https://doi.org/10.35329/jp.v6i1.3057>
- Mustary, R., Silalahi, M., Hartati, R., Tinggi, S., & Manajemen, I. (2021). Pengaruh Gaya Hidup, Harga, Dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Sepatu Converse” (Kasus Pada Mahasiswa Ykpn Yogyakarta). *Rahmad Mustary Moeda Silalahi Retno Hartati*, 2(2), 139.
- Noviana, R. B. (2023). *Pengaruh Trend Dan Gaya Hidup Fashionable Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Fakultas Syariah Iain Ponorogo*. Iain Ponorogo. Opgehaal Van <http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/23214>
- Nurazijah, M., Fitriani, S. L. N., & Rustini, T. (2023). Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Perilaku Konsumtif Di Kalangan Mahasiswa. *Journal On Education*, 5(2), 2345–2352. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.890>
- Nurmalia, G., Wulan, M. N., & Utamie, Z. R. (2024). Gaya Hidup Berbasis Digital Dan Perilaku Konsumtif Pada Gen Z Di Bandar Lampung: Keputusan Pembelian Melalui Marketplace Shopee. *Jurnal Reoginisi Ekonomi Islam*, 3(01), 22–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.34001/jrei.v3i01.846>
- Profil Yugantara, Rachmad K Dwi Susilo, S. (2021). Gaya Hidup Ngopi Sebagai Perilaku Konsumsi. *Al-Mada: Jurnal Agama Sosial Dan Budaya*, 4(1), 126–137.
- Pustikayasa, I. M. (2019). Grup Whatsapp Sebagai Media Pembelajaran. *Widya Genitri: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Agama Dan Kebudayaan Hindu*, 10(2), 53–62. <https://doi.org/10.36417/widyagenitri.v10i2.281>
- Rahayu, D., Eriswanto, E., & Suherman, A. (2024). Pengaruh Penggunaan Pay Later, Gaya Hidup, Pendapatan Orang Tua Terhadap Financial Management Behavior Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Sukabumi. *Progress: Jurnal Pendidikan, Akuntansi Dan Keuangan*, 7(2), 121–131. <https://doi.org/https://doi.org/10.47080/progress.v7i2.3510>
- Rahmah, S. (2021). Personal Branding Ganjar Pranowo Untuk Membangun Komunikasi Politik Di Media Sosial Instagram. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(1), 94–101. <https://doi.org/10.30596/interaksi.v5i1.5584>
- Saktisyahputra, S. (2019). Pemanfaatan Media Komunikasi Humas Partai Keadilan Sejahtera (Pks) Dki Jakarta Dalam Meningkatkan Citra. *Lugas Jurnal Komunikasi*, 1(2), 119–128. <https://doi.org/10.31334/ljk.v1i2.441>
- Sekretariat Negara Republik Indonesia. (2024). Politik Digital: Keterlibatan Media Sosial Dalam Meningkatkan Partisipasi Politik Generasi Muda Pada Pesta Demokrasi 2024. *Diakses Pada*, 18.

- Sutisman, E., Pattiasina, V., Sumartono, S., & Syaliha, A. (2019). Pengaruh Literasi Keuangan, Gaya Hidup, Sikap Keuangan Dan Locus Of Control Terhadap Perilaku Pengelolaan Keuangan Pada Mahasiswa Akuntansi Universitas Yapis Papua. *Accounting Journal Universitas Yapis Papua*, 1(2), 1–11.
- Syifa Sari Agustina, L. (2020). Perilaku Berbasis Teknologi Di Sosial Media Pada Digital Nattive. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(1), 76–88. <https://doi.org/10.33367/Psi.V5i1.1078>
- Tri Pudji Astuti. (2019). Model Problem Based Learning Dengan Mind Mapping Dalam Pembelajaran Ipa Abad 21. *Proceeding Of Biology Education*, 3(1), 64–73. <https://doi.org/10.21009/Pbe.3-1.9>
- Yuanta, F. (2020). Pengembangan Media Video Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial Pada Siswa Sekolah Dasar. *Trapsila: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(02), 91. <https://doi.org/10.30742/Tpd.V1i02.816>
- Yulia Aftiani, R., Khairinal, K., & Suratno, S. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran E-Book Berbasis Flip Pdf Professional Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Dan Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas X Iis 1 Sma Negeri 2 Kota Sungai Penuh. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(1), 458–470. <https://doi.org/10.38035/Jmpis.V2i1.583>