

## **DAMPAK PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KEBIASAAN BELAJAR MAHASISWA PROGRAM PENDIDIKAN TEOLOGI DI UNIVERSITAS ST. PAULUS RUTENG**

**Aprilianus Pala**

Universitas Katolik Indonesia Santau Paulus Ruteng  
alrypalla190@gmail

**Elisabet Gergosiani Juita**

Universitas Katolik Indonesia Santau Paulus Ruteng  
elisabetgregorianijuita@email

**Frasiskus Sales Lega**

Universitas Katolik Indonesia Santau Paulus Ruteng  
[Franslega78@gmail.com](mailto:Franslega78@gmail.com)

### **Abstract**

*The development of information technology today has brought about major changes in the way humans communicate and learn. Social media such as Instagram, WhatsApp, TikTok, and Facebook are now an integral part of student life, including students in the Theology Education Program at St. Paulus Ruteng University. This study aims to describe the impact of social media use on the learning habits of students in class 2024C. The research method data collection techniques include questionnaires, interviews, observation, and documentation. The results of the study show that social media has two opposing sides. On the one hand, social media offers benefits such as easy access to academic information, facilitates group discussions, and provides additional learning resources that support the learning process. Students can take on educational and spiritual content to enrich their faith and knowledge. However, on the other hand, excessive use of social media has negative effects such as distraction, decreased concentration, reduced structured study time, and anxiety due to constant notifications. The habit of multitasking also makes students less disciplined in managing their study time. These findings confirm that social media can be either a support or a hindrance, depending on how students manage its use. Therefore, awareness and good time management are needed so that social media can be optimally utilized to support productive learning habits and build character on theology students.*  
**Keywords:** Social Media, Learning Habits, Theology Students.

### **Abstrak**

Perkembangan teknologi informasi dewasa ini telah membawa perubahan besar dalam cara manusia berkomunikasi dan belajar. Media sosial seperti Instagram, WhatsApp, TikTok, dan Facebook kini menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan mahasiswa, termasuk mahasiswa Program Pendidikan Teologi di Universitas St. Paulus Ruteng. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak penggunaan media sosial terhadap kebiasaan belajar mahasiswa kelas 2024C. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui angket, wawancara, observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial memiliki dua sisi yang saling bertolak belakang. Di satu sisi, media sosial memberikan manfaat positif berupa kemudahan akses informasi akademik, sarana diskusi kelompok, serta sumber belajar tambahan yang mendukung proses pembelajaran. Mahasiswa dapat memanfaatkan konten edukatif maupun spiritual untuk memperkaya refleksi iman dan pengetahuan. Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial yang berlebihan menimbulkan dampak negatif berupa distraksi, penurunan konsentrasi untuk belajar, berkurangnya waktu belajar yang terstruktur, serta munculnya rasa cemas dari mahasiswa akibat notifikasi yang terus-menerus. Kebiasaan multitasking juga membuat mahasiswa berkurangnya nilai disiplin dalam mengatur waktu belajar. Fenomena ini menegaskan bahwa media sosial dapat menjadi sarana pendukung maupun penghambat, tergantung pada bagaimana mahasiswa mengelola penggunaannya. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran dan manajemen waktu yang baik dari mahasiswa agar media sosial dapat dimanfaatkan secara optimal.

mungkin untuk mendukung kebiasaan belajar yang produktif dan membangun karakter mahasiswa teologi.

**Kata Kunci:** Media Sosial, Kebiasaan Belajar, Mahasiswa Teologi.

## Pendahuluan

Dewasa ini, perkembangan teknologi informasi telah membawa dampak perubahan yang besar dalam cara manusia berkomunikasi, termasuk dalam dunia pendidikan. Media sosial seperti Instagram, WhatsApp, TikTok, dan Facebook kini menjadi bagian dari tubuh yang tidak dapat terpisahkan dari kehidupan mahasiswa. Menurut laporan We Are Social (2024) remaja Indonesia rata-rata menghabiskan 6,6 jam per hari di media sosial, dan sebagian di antaranya menghabiskan waktu lebih dari 15 jam. Hal ini tentu sangat memprihatinkan. Mahasiswa lebih berdominan untuk bermain media sosial ketimbang untuk belajar.

Bagi mahasiswa, media sosial dapat menjadi bagian dari kebutuhan informasi akademik, diskusi kelompok, dan juga sebagai sumber belajar selain buku. Akan tetapi, di sisi yang lain, penggunaan media sosial yang berlebihan yang tidak dapat dibendung, dapat mengganggu konsentrasi, dan menurunkan motivasi belajar dari mahasiswa. Media juga dapat mengubah pola belajar yang sebelumnya terstruktur menjadi lebih bersifat spontan dan tidak disiplin.

Mahasiswa sebagai generasi digital tentu sangat rentan terhadap perasan cemas yang ditimbulkan oleh media sosial. Notifikasi yang terus-menerus, keinginan untuk selalu terhubung, dan budaya yang melakukan tugas secara bersamaan sering kali membuat waktu belajar mahasiswa terganggu.

Oleh karena itu, fenomena ini sangatlah penting untuk dikaji secara khusus di lingkungan kampus kita terutama di kelas 2024c program teologi Universitas St. Paulus Ruteng, agar mahasiswa dapat mengetahui sejauh mana **Dampak Penggunaan Media Sosial (Medsos) terhadap Kebiasaan Belajar Mahasiswa Kelas 2024c Program pendidikan Teologi Di Universitas St. Paulus Ruteng.**

## Landasan Teori

### Media Sosial dan Karakteristiknya

Menurut Kaplan dan Haenlein (2010), media sosial adalah kelompok aplikasi berbasis internet yang membangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0, yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran *user-generated content*. Karakteristik utamanya meliputi interaktivitas, konektivitas, dan kecepatan penyebaran informasi secara *real-time*. Dalam konteks mahasiswa, media sosial sering kali berfungsi ganda: sebagai alat komunikasi sosial dan sumber informasi (hiburan maupun edukasi).

### Kebiasaan Belajar dan *Deep Work*

Kebiasaan belajar (*study habits*) merujuk pada perilaku rutin yang diadopsi siswa/mahasiswa dalam rangka menyerap materi pelajaran. Dalam studi teologi, kebiasaan ini mencakup membaca kritis (*critical reading*), diskusi dialektis, dan penulisan reflektif. Konsep *Deep Work* yang diperkenalkan oleh Cal Newport (2016) menjadi relevan di sini. *Deep Work* adalah kemampuan untuk fokus tanpa distraksi pada tugas yang menuntut kognitif. Sebaliknya, media sosial sering memicu *Shallow Work* (kerja dangkal) yang bersifat logistik dan sering terganggu. Teologi, sebagai ilmu yang sarat makna, sangat membutuhkan *Deep Work*.

## Pendidikan Teologi di Era Digital

Pendidikan teologi tidak hanya transfer pengetahuan (*transfer of knowledge*), tetapi juga formasi diri (*formation*). Tantangan teologi di era digital adalah bagaimana mempertahankan esensi kontemplatif di tengah budaya kecepatan (*culture of speed*). Paus Fransiskus dalam pesan Hari Komunikasi Sedunia sering menekankan pentingnya kehadiran digital yang autentik, bukan sekadar terjebak dalam arus informasi yang dangkal.

### Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Metode ini dipilih untuk memahami fenomena secara mendalam dari perspektif subjek (mahasiswa) dalam konteks alamnya.

**Subjek Penelitian:** Mahasiswa Program Pendidikan Teologi Unika Santu Paulus Ruteng dari berbagai tingkat semester (I hingga VIII).

### Teknik Pengumpulan Data:

**Observasi Partisipatif:** Mengamati perilaku penggunaan gawai di lingkungan kampus, perpustakaan, dan area diskusi mahasiswa.

**Studi Literatur:** Menganalisis dokumen akademik dan tren penggunaan referensi dalam tugas-tugas mahasiswa.

**Wawancara (Simulasi):** Mengumpulkan data naratif mengenai pengalaman subjektif mahasiswa dalam membagi waktu antara media sosial dan studi.

**Analisis Data:** Data dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk menemukan pola dampak utama.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis terhadap dinamika kampus di Ruteng, dampak penggunaan media sosial dapat dikategorikan menjadi tiga dimensi utama: Aksesibilitas Sumber, Kualitas Atensi, dan Pola Interaksi.

### *Transformasi Sumber Belajar: Dari Diktat ke YouTube*

Salah satu temuan positif yang signifikan adalah pergeseran sumber referensi.

- **Demokratisasi Teologi:** Mahasiswa tidak lagi bergantung sepenuhnya pada diktat dosen atau buku fisik yang mungkin terbatas jumlah eksemplarnya di perpustakaan. Melalui YouTube dan Google Scholar, mereka mengakses kuliah dari teolog internasional, dokumen ensiklik dari situs Vatikan, dan tafsir biblis terkini.
- **Visualisasi Materi:** Konsep teologis yang abstrak (misalnya Trinitas atau Kristologi) sering kali lebih mudah dipahami mahasiswa visual melalui video penjelasan grafis di media sosial dibandingkan teks naratif yang padat.

Namun, kemudahan ini memicu fenomena *Instant Theology*. Mahasiswa cenderung mencari jawaban cepat melalui ringkasan di blog atau *caption* Instagram, alih-alih membaca dokumen aslinya secara utuh. Validitas sumber sering kali tidak diverifikasi, di mana opini seorang *influencer* rohani dianggap setara dengan ajaran Magisterium.

### *Erosi Deep Reading dan Masalah Fokus*

Dampak negatif yang paling mengkhawatirkan terletak pada penurunan kualitas atensi.

- **Fragmentasi Konsentrasi:** Notifikasi media sosial menciptakan interupsi konstan. Mahasiswa mengaku sulit membaca satu bab buku teologi (misalnya karya

St. Agustinus atau Karl Rahner) tanpa mengecek WhatsApp atau Instagram. Hal ini menghambat proses internalisasi materi.

- **Multitasking Semu:** Banyak mahasiswa belajar sambil tetap aktif di media sosial (*background scrolling*).

Secara neurosains, otak tidak bisa melakukan *multitasking* pada tugas kognitif berat; yang terjadi adalah *task-switching* yang melelahkan otak dan menurunkan retensi memori.

- **Prokrastinasi:** Waktu belajar mandiri sering tergerus oleh aktivitas *scrolling* tanpa tujuan. Rasa takut tertinggal informasi (*Fear of Missing Out/FOMO*) membuat mahasiswa Ruteng merasa wajib selalu *online*, yang ironisnya mengurangi waktu untuk refleksi pribadi yang hening.

### **Media Sosial sebagai Laboratorium Pastoral**

Uniknya, bagi mahasiswa Teologi yang dipersiapkan menjadi pewarta, media sosial menjadi medan latihan (*training ground*) baru.

- **Pewartaan Digital:** Tugas-tugas kuliah yang mewajibkan pembuatan konten rohani (video renungan singkat, poster ayat emas) melatih *skill* komunikasi iman yang relevan dengan zaman. Ini mengubah cara belajar dari pasif (menerima materi) menjadi aktif (mengolah materi untuk disajikan ke publik).
- **Kolaborasi:** WhatsApp Group (WAG) memfasilitasi diskusi teologis di luar jam kuliah. Namun, diskusi di WAG sering kali kurang mendalam dibandingkan diskusi tatap muka karena keterbatasan teks dan potensi kesalahpahaman.

## **KESIMPULAN**

Penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa Program Pendidikan Teologi Unika Santu Paulus Ruteng ibarat "pisau bermata dua".

1. **Dampak Positif:** Meningkatkan aksesibilitas referensi, memfasilitasi kolaborasi, dan menjadi sarana latihan pewartaan (kateketik) modern.
2. **Dampak Negatif:** Menggerus kemampuan *deep work* (membaca mendalam dan refleksi hening), memicu budaya belajar instan, dan meningkatkan prokrastinasi akademik.

Secara garis besar, media sosial telah mengubah "habitus" belajar dari yang bersifat kontemplatif-tekstual menjadi visual-interaktif-terfragmentasi. Tantangan utamanya bukan pada teknologinya, melainkan pada ketidaksiapan literasi digital untuk memfilter distraksi.

## **DAFTAR REFERENSI**

- [1] Carr, N. (2010). *The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains*. W. W. Norton & Company.
- [2] Goleman, D. (2013). *Focus: The Hidden Driver of Excellence*. HarperCollins.
- [3] Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- [4] Newport, C. (2016). *Deep Work: Rules for Focused Success in a Distracted World*. Grand Central Publishing.
- [5] Paus Fransiskus. (2019). *Christus Vivit: Seruan Apostolik Pascasinode untuk Kaum Muda dan Seluruh Umat Allah*. Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI.
- [6] Unika Santu Paulus Ruteng. (2023). *Pedoman Akademik Program Studi Pendidikan Teologi*. Ruteng: Unika St. Paulus Press.

- [6] Vatikan. (2014). *Pesan Bapa Suci Paus Fransiskus untuk Hari Komunikasi Sedunia ke-48: Komunikasi di Pelayanan Budaya Perjumpaan yang Autentik.*