

Pengaruh Penggunaan Gawai Terhadap Produktivitas Mahasiswa di Yogyakarta

Teguh Riszky Nugraha¹, Wigi Fahri Septian², Tuta Ridho Setiawan³

Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi Dan Multimedia,
Universitas Mercubuana Yogyakarta, Indonesia^{1,2,3}

Email: teguhriskynugraha5@gmail.com, wigifahri123@gmail.com, setiawantuta@gmail.com,

Diterima: 28-12-2025 | Disetujui: 08-01-2026 | Diterbitkan: 10-01-2026

ABSTRACT

This study examines the effect of gadget usage on student productivity in Yogyakarta, a major educational hub in Indonesia. The increasing integration of digital devices into academic life has positioned gadgets as essential learning tools, while simultaneously introducing potential distractions that may reduce productivity. This research employed a quantitative method using a descriptive-explanatory approach. Data were collected through an online questionnaire distributed to 121 active university students in Yogyakarta using purposive sampling. Instrument validity and reliability tests were conducted, followed by classical assumption testing and linear regression analysis using SPSS version 26. The findings indicate that all measurement items are valid and reliable. The regression results show that gadget usage has a statistically measurable effect on student productivity, although its contribution is limited, suggesting that productivity is influenced by multiple interrelated factors beyond gadget usage alone. These findings emphasize that the impact of gadgets on productivity depends largely on usage patterns and self-regulation. Therefore, effective digital self-management is crucial to maximizing the academic benefits of gadget use while minimizing its disruptive effects.

Keywords: *Gadget Usage; Student Productivity; Academic Behavior; Higher Education; Yogyakarta*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan gawai terhadap produktivitas mahasiswa di Yogyakarta sebagai salah satu kota pendidikan di Indonesia. Integrasi teknologi digital dalam kehidupan akademik menjadikan gawai sebagai sarana pembelajaran yang penting, namun di sisi lain berpotensi menimbulkan distraksi yang dapat menurunkan produktivitas. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif eksplanatori. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring yang disebarakan kepada 121 mahasiswa aktif di Yogyakarta dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian diuji melalui uji validitas dan reliabilitas, serta dilanjutkan dengan uji asumsi klasik dan analisis regresi linier menggunakan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh item instrumen dinyatakan valid dan reliabel. Analisis regresi menunjukkan bahwa penggunaan gawai memiliki pengaruh yang terukur terhadap produktivitas mahasiswa, meskipun kontribusinya relatif terbatas. Hal ini mengindikasikan bahwa produktivitas mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar penggunaan gawai, seperti kontrol diri, manajemen waktu, dan kebiasaan belajar. Dengan demikian, pengelolaan penggunaan gawai secara bijak menjadi faktor kunci dalam menjaga dan meningkatkan produktivitas akademik mahasiswa.

Katakunci: Penggunaan Gawai; Produktivitas Mahasiswa; Perilaku Akademik; Pendidikan Tinggi; Yogyakarta

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Nugraha, T., Septian, W. F., & Setiawan, T. R. (2026). Pengaruh Penggunaan Gawai Terhadap Produktivitas Mahasiswa Di Yogyakarta. Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora, 2(1), 195-202.
<https://doi.org/10.63822/dq990s73>

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang pesat telah mentransformasi kehidupan masyarakat modern, termasuk di kalangan mahasiswa. Gawai (gadget) seperti smartphone, laptop, dan tablet telah menjadi kebutuhan primer yang tidak terpisahkan dari aktivitas akademik dan kehidupan sehari-hari (Azima & Rahayu, 2025, p. 1). Fenomena ini sangat terlihat jelas di Yogyakarta sebagai kota pendidikan yang menampung ratusan ribu mahasiswa dari berbagai daerah. Dalam jurnal (Pratama, 2018) diperoleh data persentase 55,49% mahasiswa yang menghabiskan lebih dari lima jam sehari menggunakan perangkat mobile.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa penggunaan gawai di kalangan mahasiswa memiliki dua wajah yang kontradiktif. Di satu sisi, gawai mempermudah akses terhadap materi perkuliahan, e-book, jurnal ilmiah, dan platform pembelajaran daring. Namun di sisi lain, gawai juga menjadi sumber distraksi utama melalui media sosial, game online, dan konten hiburan lainnya yang dapat mengganggu konsentrasi belajar dan pola tidur mahasiswa (Sidik et al., 2025). Banyak mahasiswa mengaku kesulitan mengontrol penggunaan gawai mereka, terutama saat mengerjakan tugas akademik, yang berakibat pada penurunan efisiensi belajar dan keterlambatan penyelesaian tugas (Ina Rahawa, 2024).

Tingkat produktivitas mahasiswa yang menggunakan gawai secara intensif (lebih dari 8 jam per hari) menunjukkan penurunan signifikan dibandingkan dengan mahasiswa yang mampu mengatur penggunaan gawai secara bijak. Gejala seperti sulit fokus, sering menunda-nunda tugas (Annafi & A, 2018).

Dualisme gawai sebagai penopang produktivitas dan sumber distraksi pun telah melekat dalam struktur keseharian mahasiswa. Sisi produktifnya telah diinstitusionalisasi oleh universitas melalui sistem pembelajaran daring dan perpustakaan digital, sementara sisi disruptifnya hadir secara terstruktur melalui platform yang sama (Karimah et al., 2025). Konflik terjadi ketika batas antara ruang belajar dan ruang hiburan dalam satu perangkat menjadi kabur, memicu pertarungan konstan di dalam diri mahasiswa antara kewajiban akademik dan godaan kepuasan instan dari media sosial dan hiburan online. (Nasution et al., 2025) Situasi inilah yang kemudian memunculkan gejala sosial seperti prokrastinasi akademik dan penurunan kualitas tidur, yang bukan semata mata kesalahan individu, melainkan konsekuensi logis dari lingkungan yang terlalu konektif (Cahyaningsih et al., 2019).

Studi yang dilakukan oleh (Putri, 2025) lebih lanjut mengkonfirmasi bahwa gaya hidup digital telah menjadi aspek tak terpisahkan dalam kehidupan mahasiswa. Penelitian mereka menunjukkan bahwa pemanfaatan teknologi digital memberikan kemudahan dalam mengakses informasi dan mendukung pembelajaran daring, namun penggunaan yang tidak terkendali dapat menurunkan produktivitas melalui terganggunya konsentrasi, kecenderungan multitasking yang tidak efektif, dan penurunan kualitas tidur.

Temuan (Maulana et al., 2025) memberikan perspektif kesehatan mengenai dampak penggunaan gawai. Penelitian literature review mereka menyimpulkan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan, terutama di malam hari, berdampak negatif terhadap pola tidur mahasiswa. Gangguan tidur ini kemudian berimplikasi pada menurunnya konsentrasi belajar, mengantuk di kelas, dan penurunan prestasi akademik secara keseluruhan (Wijaya et al., 2021, p. 2).

Berdasarkan temuan-temuan literatur tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gawai memiliki dampak ganda terhadap produktivitas mahasiswa. Di satu sisi, gawai menawarkan potensi besar untuk meningkatkan efisiensi, akses informasi, dan fleksibilitas pembelajaran. Di sisi lain, gawai membawa tantangan baru seperti distraksi digital, masalah kesehatan mental, dan potensi ketergantungan yang berlebihan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksplanatori yang deskriptif. Pendekatan eksplanatori bertujuan untuk menjelaskan hubungan serta pengaruh antara dua atau lebih variabel, khususnya untuk menguji hubungan sebab-akibat antarvariabel penelitian. Metode kuantitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengukuran data numerik dan pengujian hipotesis secara statistik mengenai pengaruh penggunaan gawai terhadap produktivitas mahasiswa di Yogyakarta.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode survei. Survei dipilih karena dinilai efektif untuk memperoleh data primer secara langsung dari responden dalam jumlah besar. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang disusun berdasarkan indikator variabel penelitian dan disebarakan secara daring menggunakan platform Google Form. Penggunaan Google Form bertujuan untuk mempermudah distribusi kuesioner serta meningkatkan efisiensi dan akurasi pengumpulan data.

Skala pengukuran yang digunakan dalam kuesioner adalah skala Likert dengan empat kategori jawaban, yaitu sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), setuju (3), dan sangat setuju (4). Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan penggunaan gawai dan produktivitas mahasiswa.

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah penggunaan gawai, dengan indikator utama meliputi intensitas penggunaan, tujuan penggunaan (akademik dan non-akademik), serta kontrol diri dalam penggunaan gawai. Variabel terikat (Y) adalah produktivitas mahasiswa, yang diukur melalui indikator efektivitas belajar, manajemen waktu, konsentrasi akademik, dan penyelesaian tugas perkuliahan. Berdasarkan indikator-indikator tersebut, disusun sejumlah pernyataan kuesioner yang mampu merepresentasikan masing-masing variabel penelitian.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di wilayah Yogyakarta, baik pada perguruan tinggi negeri maupun swasta, dan aktif menggunakan gawai dalam aktivitas akademik maupun sehari-hari. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling, dengan kriteria mahasiswa aktif yang menggunakan gawai secara rutin. Kuesioner disebarakan melalui media sosial dan grup komunikasi mahasiswa untuk menjangkau responden yang sesuai dengan kriteria penelitian.

Data yang telah terkumpul selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 26. Tahapan analisis data meliputi uji validitas dan uji reliabilitas untuk menguji kelayakan instrumen penelitian, serta analisis regresi linier untuk mengetahui pengaruh penggunaan gawai terhadap produktivitas mahasiswa. Selain data primer yang diperoleh dari kuesioner, penelitian ini juga menggunakan data sekunder sebagai data pendukung yang bersumber dari jurnal ilmiah, buku, artikel akademik, serta publikasi resmi yang relevan dengan topik penggunaan gawai dan produktivitas mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari Kuisisioner

Penelitian kami mendapat 130 responden. Karna penelitian kami berfokus pada mahasiswa yang kuliah di Yogyakarta, kami hanya menggunakan 121 data yang valid (yang menjawab berkuliah di Yogyakarta)

Uji validitas

Uji validitas merupakan tahap awal (uji pendahuluan) yang dilakukan untuk mengetahui sejauh mana instrumen penelitian mampu mengetahui sejauh mana instrumen penelitian mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Instrumen dapat dikatakan valid apabila butir pertanyaan dalam kuisioner memiliki keterkaitan yang kuat dengan konstruk atau variabel yang diukur.

Pada penelitian ini, uji validitas dilakukan menggunakan korelasi pearson product moment, yaitu dengan membandingkan nilai r-hitung dengan r-tabel. Data diperoleh dari 121 responden mahasiswa yang berkuliah di Yogyakarta, sehingga nilai r-tabel pada taraf signifikan 5% adalah sebesar 0,183.

Tabel 1. Validitas Variabel X dan Variabel Y

Pertanyaan	r - Hitung	r - Tabel	Keterangan
Variabel X			
P1	0,690	0,183	Valid
P2	0,724	0,183	Valid
P3	0,772	0,183	Valid
P4	0,770	0,183	Valid
P5	0,655	0,183	Valid
P6	0,596	0,183	Valid
P7	0,576	0,183	Valid
P8	0,534	0,183	Valid
P9	0,669	0,183	Valid
P10	0,503	0,183	Valid
P11	0,696	0,183	Valid
P12	0,700	0,183	Valid
P13	0,661	0,183	Valid
Variabel Y			
P14	0,803	0,183	Valid
P15	0,650	0,183	Valid
P16	0,737	0,183	Valid
P17	0,809	0,183	Valid
P18	0,747	0,183	Valid
P19	0,779	0,183	Valid
P20	0,760	0,183	Valid
P21	0,372	0,183	Valid
P23	0,259	0,183	Valid
P24	0,617	0,183	Valid
P25	0,768	0,183	Valid
P26	0,838	0,183	Valid
P27	0,658	0,183	Valid
P28	0,734	0,183	Valid

Berdasarkan dari hasil uji validitas yang di sajikan pada tabel 1, seluruh item pernyataan pada variabel X (penggunaan gawai) yang terdiri dari p1 sampai p12 menunjukan nilai r-hitung berkisar antara 0,503 hingga 0,772, yang seluruhnya lebih besar dengan nilai r-tabel sebesar 0,183 Dengan demikian.

Seluruh item pernyataan pada variabel X dinyatakan valid.

Dengan demikian, dapat di simpulkan bahwa seluruh item pernyataan yang digunakan dalam instrumen penelitian ini telah memenuhi kriteria validitas dan layak digunakan untuk tahap analisis selanjutnya

Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan tahap lanjutan setelah uji validitas yang bertujuan untuk mengetahui tingkat konsistensi dan kestabilan instrumen penelitian dalam mengukur satu variabel. Instrumen penelitian dikatakan reliabel apabila memberikan hasil pengukuran yang relatif sama atau konsisten ketika digunakan pada waktu yang berbeda atau beberapa atau pada kondisi serupa (Maulana, 2023).

Reliabilitas berkaitan dengan sejauh mana instrumen dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data. Apabila suatu instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi, maka hasil pengukuran yang di peroleh mencerminkan kondisi sebenarnya dari responden secara konsisten. Dengan demikian, instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang stabil dan dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut.

Pada penelitian kuantitatif uji reliabilitas umumnya dilakukan dengan menggunakan cronbach's alpha untuk mengukur konsistensi internal dan item item kuisioner, instrumen dinyatakan reliabel apabila cronbach's alpha menunjukkan nilai yang memenuhi standar yang ditetapkan (misalnya $>0,60$ atau $>,70$ tergantung pedoman penelitian (Yusup et al., 2018).

Tabel 2. Reabilitas Variabel

Variabel	Cronbach's Alpha	N of items	Keterangan
Penggunaan gawai (X)	0,891	13	Reliabel
Produktivitas mahasiswa (Y)	0,919	15	Reliabel

Data yang dihimpun dari responden memenuhi kriteria kelayakan analisis statistik sehingga dapat digunakan secara valid dalam proses pengujian hipotesis penelitian.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian terdistribusi normal atau tidak sebagai asumsi dasar analisis statistik parametrik. Uji ini dapat dilakukan dengan berbagai metode seperti Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk, di mana data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p-value) lebih besar dari 0,05. Pemenuhan asumsi normalitas penting karena berdampak pada validitas hasil analisis statistik selanjutnya (Sianturi, 2025). Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 yang melebihi batas signifikansi 0,05. Dengan demikian, data penelitian dinyatakan berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas.

Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan tahapan pengujian asumsi dalam penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear. Uji linearitas berkaitan dengan kelayakan penggunaan analisis statistik parametrik, karena hubungan yang tidak

linear dapat menyebabkan bias dalam estimasi dan menurunkan validitas kesimpulan penelitian. Dalam penelitian kuantitatif, uji linearitas umumnya dilakukan menggunakan uji anova pada Test of Linearity dengan melihat nilai signifikansi *Deviation from Linearity*. Hubungan antarvariabel dinyatakan linear apabila nilai signifikansi *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan tidak adanya penyimpangan hubungan secara signifikan dari pola linear (Farhan et al., 2025). Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,154 yang lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel X dan variabel Y bersifat linear. Dengan demikian, model regresi linear sederhana memenuhi asumsi untuk digunakan dalam pengujian hipotesis.

Uji Regresi

Uji regresi linier merupakan teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen serta arah dan besarnya pengaruh yang dihasilkan. Analisis regresi bertujuan untuk memprediksi nilai variabel terikat berdasarkan perubahan variabel bebas dan menilai kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Berdasarkan penelitian Muriyatmoko, hasil analisis regresi linier menunjukkan nilai Multiple R sebesar 0,04 yang mengindikasikan hubungan yang sangat lemah antara variabel bebas dan variabel terikat, sedangkan nilai R Square sebesar 0,002 menunjukkan bahwa variabel independen hanya mampu menjelaskan sebesar 0,2% variasi variabel dependen, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model regresi. Dengan demikian, uji regresi linier memberikan gambaran empiris mengenai tingkat pengaruh antarvariabel dan menjadi dasar dalam penarikan kesimpulan pada penelitian kuantitatif (Muriyatmoko, 2018).

Berdasarkan hasil pengujian regresi linear sederhana, data penelitian dinyatakan valid dan memenuhi asumsi untuk analisis regresi. Hasil uji linearitas menunjukkan hubungan yang linear dan signifikan antara variabel independen dan dependen, yang dibuktikan oleh nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,002 ($< 0,05$) serta nilai *deviation from linearity* sebesar 0,218 ($> 0,05$), sehingga tidak ditemukan penyimpangan dari pola linear. Selanjutnya, hasil uji regresi memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($< 0,05$), yang menegaskan adanya pengaruh signifikan variabel independen terhadap variabel dependen. Dengan demikian, model regresi linear sederhana dinilai layak dan dapat digunakan secara sah untuk menjelaskan hubungan dan pengaruh antarvariabel dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gawai memiliki pengaruh terhadap produktivitas mahasiswa di Yogyakarta. Gawai berfungsi sebagai sarana pendukung aktivitas akademik yang mempermudah akses informasi dan proses pembelajaran, namun juga berpotensi menjadi sumber distraksi apabila tidak dikelola secara tepat. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan gawai terhadap produktivitas mahasiswa bersifat terukur namun tidak dominan, yang menegaskan bahwa produktivitas akademik merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor selain penggunaan gawai. Temuan ini menunjukkan bahwa masalah utama bukan terletak pada keberadaan gawai itu sendiri, melainkan pada pola penggunaan dan kemampuan regulasi diri mahasiswa. Oleh karena itu, upaya peningkatan produktivitas mahasiswa perlu diarahkan pada penguatan literasi digital, pengelolaan waktu, dan pengendalian perilaku penggunaan gawai agar manfaat teknologi dapat dioptimalkan secara akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Annafi, M. N., & A, D. H. N. (2018). *Pengaruh penggunaan handphone terhadap prestasi mahasiswa*. 12(1), 15–20.
- Azima, A. F., & Rahayu, K. F. (2025). *Dampak Teknologi terhadap Produktivitas Mahasiswa Indonesia*. 2(2), 2329–2336.
- Cahyaningsih, A. A., Ati, N. U., Abidin, A. Z., Negara, J. A., Admiministrasi, F. I., Malang, U. I., Mt, J., Malang, H., Unisma, L., Mt, J., Malang, H., & Huberman, M. (2019). *GADGET DAN MAHASISWA (Studi Tentang Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Mahasiswa di Universitas Brawijaya)*. 13(3), 21–29.
- Farhan, M., Utami, L. A., & Rambe, P. K. (2025). *Studi Literatur : Metode Analisis Sensitivitas pada Pemrograman Linear dan Aplikasinya dalam Optimisasi Produksi*.
- Ina Rahawa. (2024). *TeJoS : Teewan Journal Solutions*. 3(3), 59–66.
- Karimah, M. Y., Sofariah, M. B., Ramadhani, A., Sihotang, A., Sarah, S. D., & Marisa, E. (2025). *EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS DJUANDA*. 4, 5192–5213.
- Maulana, A. (2023). *ANALYSIS OF VALIDITY , RELIABILITY AND FEASIBILITY OF STUDENT CONFIDENCE ASSESSMENT INSTRUMENTS*. 1(1), 1–12.
- Maulana, A., Rahman, S., & Riduansyah, M. (2025). *Pengaruh Gadget Terhadap Pola Tidur Mahasiswa : Literature Review*. 2(July), 9–19.
- Muriyatmoko, D. (2018). *ANALISA VOLUME TERHADAP SITASI*. 6(3), 129–134.
- Nasution, I. S., Puspita, T. Dela, Putri, A., Putri, T., & Tamin, A. (2025). *Analisis Kuantitatif Dampak Penggunaan Gadget Secara Eksektif terhadap Kesehatan Fisik dan Mental Mahasiswa UIN Sumatera Utara*. 5(2), 1697–1706.
- Pratama, A. R. (2018). *Investigating Daily Mobile Device Use Among University Students in Indonesia*. *Investigating Daily Mobile Device Use Among University Students in Indonesia*. 0–6. <https://doi.org/10.1088/1757-899X/325/1/012004>
- Putri, P. C. (2025). *LITERASI DIGITAL DAN PRODUKTIVITAS MAHASISWA: STUDI KAJIAN TERHADAP GAYA HIDUP DIGITAL DI LINGKUNGAN KAMPUS*. 01(01), 16–23.
- Sianturi, R. (2025). *TEST NORMALITY AS A CONDITION OF HYPOTHESIS TESTING*. 11(1), 1–14.
- Sidik, F., Farid, M., & Mulyeni, S. (2025). *Kajian Pola Tidur pada Produktivitas Mahasiswa (Analisis Studi Literatur)*. 01(03), 826–836.
- Wijaya, M., Rachmawati, V. K., & Hakim, A. R. (2021). *Penggunaan Gadget dan Perubahan Sosial Budaya pada Usia Produktif The Use of Gadget and Sociocultural Change in Productive Age*. 37–49.
- Yusup, F., Studi, P., Biologi, T., Islam, U., & Antasari, N. (2018). *UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS*. 7(1), 17–23.