

**ANALISIS PENGARUH *OVERLOAD* PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL  
TERHADAP PERFORMA AKADEMIK MAHASISWA MENGGUNAKAN  
*STRESSOR STRAIN OUTCOME PERSPECTIVE***

**SKRIPSI**



**UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A**

**Disusun Oleh:**

**MUQOFFI KHOSYATULLAH  
NIM: H06216017**

**PROGRAM STUDI SISTEM INFORMASI  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
2022**

# PERNYATAAN KEASLIAN

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Muqoffi Khosyatullah  
NIM : H06216017  
Program Studi : Sistem Informasi  
Angkatan : 2016

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul: "Analisis Pengaruh *Overload* Penggunaan Media Sosial Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Menggunakan *Stressor Strain Outcome Perspective*". Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian pernyataan keaslian ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 1 November 2022

Yang menyatakan,



(Muqoffi Khosyatullah)

NIM. H06216017

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

### LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Oleh

NAMA : Muqoffi Khosyatullah

NIM : H06216017

JUDUL : ANALISIS PENGARUH *OVERLOAD* PENGGUNAAN MEDIA  
SOSIAL TERHADAP PERFORMA AKADEMIK  
MAHASISWA MENGGUNAKAN *STRESSOR STRAIN  
OUTCOME PERSPECTIVE*.

Ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 24 Oktober 2022

Dosen Pembimbing 1



Dwi Rolliswati, MT  
NIP. 197909272014032001

Dosen Pembimbing 2



Noor Wahyudi, M.Kom  
NIP. 198403232014031002

# PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

## PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi Muqoffi Khosyatullah ini telah dipertahankan  
di depan Tim Penguji Skripsi  
Surabaya, 27 Oktober 2022

Mengesahkan,  
Dewan Penguji

Dosen Penguji I



Muhammad Andik Izzuddin, M.T  
NIP. 198403072014031001

Dosen Penguji II



Indri Sudanawati Rozas, M.Kom  
NIP. 198207212014032001

Dosen Penguji III



Dwi Rollawati, M.T  
NIP. 197909272014032001

Dosen Penguji IV



Noor Wahyudi, M.Kom  
NIP. 198403232014031002

Mengetahui,

Dekan Fakultas Sains dan Teknologi  
Universitas Ampel Surabaya



Hamdani, M.Pd.  
NIP. 197312000031002

# LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : MUQOFFI KHOSYATULLAH  
NIM : H06216017  
Fakultas/Jurusan : FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI/SISTEM INFORMASI  
E-mail address : muqoffikhos@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

Yang berjudul :

ANALISIS PENGARUH *OVERLOAD* PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP

PERFORMA AKADEMIK MAHASISWA MENGGUNAKAN *STRESSOR STRAIN*

*OUTCOME PERSPECTIVE*

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Agustus 2022

Penulis

(Muqoffi Khosyatullah)

## ABSTRAK

### **ANALISIS PENGARUH *OVERLOAD* PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP PERFORMA AKADEMIK MAHASISWA MENGGUNAKAN *STRESSOR STRAIN OUTCOME PERSPECTIVE***

Oleh:

**Muqoffi Khosyatullah**

Fenomena penggunaan media sosial dan internet telah menjadi hal yang berkembang pesat. Mahasiswa memiliki tingkat penggunaan yang besar dalam menggunakan media sosial dan internet untuk menunjang aktivitas mereka, baik aktivitas akademik maupun non akademik. Meskipun internet dan media sosial berperan penting dan memiliki dampak positif, tentunya terdapat dampak negatif seperti stress dan kelelahan dari penggunaan media sosial yang berlebihan. Apabila penggunaan media sosial tidak diatur dengan baik, maka *overload* dari penggunaan media sosial dapat terjadi dan menyebabkan *technostress* serta *exhaustion*. Dengan menggunakan model *Stressor Strain Outcome*, penelitian ini bertujuan untuk mengukur bagaimana faktor *overload* (*information*, *communication* dan *social overload*) dari penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan kondisi *technostress* dan *exhaustion* pada mahasiswa sehingga mempengaruhi performa akademik mereka. Model tersebut diujikan pada 202 mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan teknik analisis data menggunakan SEM (*Structural Equation Model*) dengan bantuan SmartPLS versi 3.0. Hasil penelitian menunjukkan ketiga faktor *overload* (*information*, *communication* dan *social overload*) merupakan pengaruh signifikan yang menciptakan kondisi *technostress* pada mahasiswa, namun hanya *information overload* saja yang memberikan pengaruh terhadap *exhaustion*. Selain itu, *technostress* terbukti memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap performa akademik. Berlawanan dengan *exhaustion* yang memberikan pengaruh negatif signifikan terhadap performa akademik. Pada variabel kontrol, umur dan jenis kelamin tidak memberi pengaruh signifikan terhadap performa akademik mahasiswa, namun variabel kontrol *spirituality* memberikan pengaruh positif signifikan terhadap performa akademik mahasiswa.

**Kata Kunci: *Social Media Overload*, *Stressor Strain Outcome*, Performa Akademik Mahasiswa**

## **ABSTRACT**

### **ANALYSIS THE EFFECT OF OVERLOAD OF SOCIAL MEDIA USE ON ACADEMIC PERFORMANCE USING STRESSOR STRAIN OUTCOME**

**By:**

**Muqoffi Khosyatullah**

The phenomenon of the use of social media and the internet has become a rapidly growing thing. Students have a high level of use in using social media and the internet to support their activities, both academic and non-academic activities. Although the internet and social media play an important role and have a positive impact, there are negative impacts such as stress and fatigue from excessive use of social media. If the use of social media is not regulated properly, then the overload of the use of social media can occur and cause technostress and exhaustion. By using the Stressor Strain Outcome model, this study aims to measure how the overload factor (information, communication, and social overload) from excessive use of social media can give students a state of technostress and exhaustion that affects their academic performance. The model was tested on 202 students at the State Islamic University of Sunan Ampel Surabaya with data analysis techniques using SEM (Structural Equation Model) with the help of SmartPLS version 3.0. The results show that the three overload factors (information, communication, and social overload) are significant influences that create technostress conditions for students, but only information overload influences exhaustion. In addition, technostress has been shown to have a positive and significant effect on academic performance. In contrast to exhaustion which has a significant negative effect on academic performance. In the control variables, age and gender did not have a significant effect on students' academic performance, but the spirituality control variable had a significant positive effect on students' academic performance.

**Keywords: Social media overload, SSO (Stressor Strain Outcome), Academic Performance**

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	6
1.3 Batasan Masalah .....	6
1.4 Tujuan Penelitian .....	6
1.5 Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
2.1 Penelitian Terdahulu .....	8
2.2 <i>Stressor Strain Outcome (SSO)</i> .....	11
2.3 <i>Stressor</i> .....	12
2.3.1 <i>Information Overload</i> .....	12
2.3.2 <i>Communication Overload</i> .....	14
2.3.3 <i>Social Overload</i> .....	15
2.4 <i>Strain</i> .....	16
2.4.1 <i>Technostress</i> .....	16
2.4.2 <i>Exhaustion</i> .....	19
2.5 Outcome .....	19
2.5.1 Performa Akademik.....	20
2.6 <i>Structural Equation Model (SEM)</i> .....	21
2.7 <i>Partial Least Square-Structural Equation Modeling (PLS-SEM)</i> .....	21
2.8 Integrasi Keilmuan.....	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	26

3.1	Diagram Alir Penelitian .....	26
3.2	Rancangan Penelitian.....	27
3.1.1	Identifikasi Variabel Penelitian .....	27
3.1.2	Definisi Operasional .....	28
3.3	Populasi dan Sampel .....	30
3.4	Metode Pengumpulan Data .....	33
3.5	Metode Analisis Data.....	33
3.6	Teknik Analisis Data .....	34
3.6	Hipotesis.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....		38
4.1	Deskripsi Objek Penelitian.....	38
4.2	Penentuan Sampel.....	38
4.3	Deskripsi Data Sebaran.....	38
4.4	Rancangan Model Analisis.....	44
4.5	Analisis <i>Outer Model</i> .....	45
4.5.1	Uji Validitas Konvergen .....	45
4.5.2	Uji Validitas Diskriminan .....	46
4.6	Analisis <i>Inner Model</i> .....	47
4.7	Uji Hipotesis.....	50
4.8	Pembahasan.....	54
4.8.1	Overload terhadap Technostress.....	54
4.8.2	<i>Overload Terhadap Exhaustion</i> .....	56
4.8.3	<i>Technostress dan Exhaustion Terhadap Performa Akademik</i> .....	58
4.8.4	Variabel Kontrol <i>Spirituality, Age dan Gender Terhadap Performa Akademik</i> .....	60
BAB V PENUTUP .....		62
5.1	Kesimpulan.....	62
5.2	Saran .....	62
KUESIONER PENELITIAN SKRIPSI.....		64
DAFTAR PUSTAKA .....		68

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2. 1</b> Daftar Tinjauan Pustaka.....	8
<b>Tabel 3. 1</b> Definisi Operasional Variabel.....	28
<b>Tabel 3. 2</b> Jumlah Mahasiswa Strata-1 UIN Sunan Ampel Surabaya.....	30
<b>Tabel 3. 3</b> Jumlah Sampel Pada Setiap Fakultas.....	32
<b>Tabel 4. 1</b> Data Demografis Responden.....	40
<b>Tabel 4. 2</b> Data Demografis Penggunaan Media Sosial.....	42
<b>Tabel 4. 3</b> Data Demografis Spiritualitas Responden.....	44
<b>Tabel 4. 4</b> Uji Validitas Konvergen.....	46
<b>Tabel 4. 5</b> Uji Validitas Diskriminan.....	47
<b>Tabel 4. 6</b> Hasil Analisis Inner Model.....	48
<b>Tabel 4. 7</b> Nilai R Square.....	49
<b>Tabel 4. 8</b> Hasil Uji Hipotesis Model.....	50
<b>Tabel 4. 9</b> Sifat Pengaruh Dalam Model.....	51

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1</b> Kerangka SSO (Yu et al., 2019) .....	12
<b>Gambar 3. 1</b> Diagram Alir Penelitian.....	26
<b>Gambar 3. 2</b> Desain Penelitian.....	27
<b>Gambar 3. 3</b> Hipotesis (Yu et al., 2019).....	37
<b>Gambar 4. 1</b> Tangkapan Layar Google Form.....	38
<b>Gambar 4. 2</b> Tangkapan Layar Whatsapp .....	39
<b>Gambar 4. 3</b> Tangkapan Layar Twitter .....	39
<b>Gambar 4. 4</b> Demografi Usia Responden .....	41
<b>Gambar 4. 5</b> Demografi Jenis Kelamin Responden .....	41
<b>Gambar 4. 6</b> Demografi Asal Fakultas .....	42
<b>Gambar 4. 7</b> Demografi Penggunaan Medsos Per-hari.....	43
<b>Gambar 4. 8</b> Demografi Pengalaman Menggunakan Medsos .....	43
<b>Gambar 4. 9</b> Demografi Spiritualitas Responden .....	44
<b>Gambar 4. 10</b> Rancangan Model Analisis .....	45
<b>Gambar 4. 11</b> Analisis Inner Model .....	48
<b>Gambar 4. 12</b> Visualisasi Path Coefficient.....	51

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Ketergantungan terhadap internet khususnya media sosial semakin melonjak terutama semenjak terjadinya pandemi Covid-19 yang telah melanda di Indonesia sejak akhir tahun 2019, sejak itu masyarakat banyak yang terpaksa melakukan isolasi mandiri dirumah masing-masing demi kesehatan diri dan sejak itulah masyarakat banyak mengisi waktu luang mereka dengan berjelajah di media sosial (Harahap & Adeni, 2020). Menurunnya kegiatan masyarakat sehari-hari selama pandemi Covid-19 tersebut akhirnya turut menyumbang terjadinya peningkatan penggunaan media sosial di Indonesia.

Berdasarkan data yang disadur dari website *We Are Social* pada tahun 2021 jumlah pengguna media sosial dan internet di Indonesia mencapai 170 juta pengguna, kemudian pada bulan Januari 2022 pengguna media sosial internet di Indonesia Kembali meningkat sebanyak 12,35% yang totalnya sebanyak 191 juta orang pengguna. Dalam hal ini, mahasiswa menduduki posisi tertinggi pada penetrasi penggunaan internet di Indonesia. Data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia tahun 2020, mengungkapkan bahwa taraf penetrasi pengguna internet di Indonesia terbesar adalah pelajar dan mahasiswa, sebesar 99,26% pelajar dan mahasiswa aktif memakai media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa lebih banyak pelajar dan mahasiswa yang menggunakan internet dibanding yang tidak memakai internet. Hal tersebut disebabkan oleh pesatnya perkembangan berbagai teknologi informasi, komunikasi serta media sosial yang bertebaran dan mudah diakses.

Dari data diatas, mahasiswa memiliki jumlah yang besar dalam penggunaan internet dan media sosial di Indonesia. Tentu saja internet dan media sosial berperan penting dalam menunjang berbagai aktivitas mereka baik aktivitas akademik maupun non akademik. Bagi mahasiswa, kebutuhan terhadap media sosial pada akhirnya berubah menjadi sebuah ketergantungan (G. Novanda & A. Supriyanto, 2020). Kuatnya kebutuhan mahasiswa terhadap internet dan media sosial ini layak ditelusuri untuk mempelajari bagaimana dampak yang ditimbulkan dari media sosial dan internet terhadap para mahasiswa.

Meskipun internet dan media sosial berperan penting dan memiliki dampak positif, namun juga diperlukan kesadaran bahwa penggunaan internet dan media sosial ini juga dapat berdampak terhadap jiwa maupun raga seseorang (Shensa et al., 2021). Selain itu, dengan adanya kemudahan dalam memperoleh informasi di era berkembangnya internet dan media sosial ini, akan menciptakan persepsi dimana individu tidak ingin merasa tertinggal yang disebut dengan *Fear of Missing Out* atau disingkat menjadi FoMo (Whelan et al., 2019).

Kondisi individu yang mana memiliki persepsi tidak ingin tertinggal informasi ini akan berdampak pada performa akademik mahasiswa dengan adanya kelebihan komunikasi (*communication overload*) dan kelebihan informasi (*information overload*) (Whelan et al., 2019). *Information overload* merupakan keadaan yang terjadi pada individu saat melaksanakan kegiatan dengan melibatkan kurangnya jumlah informasi yang memberikan relevansi dan potensi yang bermanfaat secara maksimal. Individu yang mengalami *information overload* akan berdampak pada timbulnya stress dan kurang fokus (Nizwar et al., 2018). Sedangkan *communication overload* mengacu pada situasi dimana jaringan komunikasi melebihi kebutuhan dan kemampuan komunikasi individu (Fan & Smith, 2021). *Communication overload* dapat mengganggu rutinitas normal seseorang dan akan membuatnya sulit untuk berkonsentrasi. Hal ini dapat menyebabkan penurunan akurasi penilaian dan dapat berdampak negatif pada kepercayaan terhadap informasi (Bahri et al., 2020). Pada waktu bersamaan, ketika dihadapkan dengan komunikasi sosial yang harus dihadapi, pengguna yang tidak memiliki keterampilan komunikasi yang efektif dapat menderita kelelahan dan kecemasan. Kondisi *information overload* atau informasi yang berlebihan pada individu, akan memberikan dampak yang kurang baik seperti *social overload* (Yu et al., 2019).

*Social overload* merupakan gambaran individu yang terlalu memperhatikan kehidupan sosial melebihi kapasitasnya (Lim & Ahn, 2021). *Social overload* dapat tercermin pada individu yang selalu memperhatikan orang-orang disekitar secara berlebih dan selalu ikut campur terhadap masalah orang lain di media sosial. Kemudahan dalam memperoleh informasi, jika tidak didukung dengan kemampuan

dalam menerima informasi yang baik akan memberikan respon atau dampak yang kurang baik, seperti *technostress* (Zhu & Bao, 2018).

*Technostress* merupakan penyebab yang diperoleh dari stress yang diderita oleh para pengguna dengan disebabkan oleh konektivitas yang berlangsung secara terus menerus dengan informasi yang berlebihan sehingga terjadi adanya ketidakpastian informasi yang diterima (Setyadi & Taruk, 2019). Informasi yang tidak dapat dimanfaatkan dengan bijak, tidak akan memberikan manfaat bagi penerimanya melainkan akan memberikan efek yang berdampak pada kondisi fisik individu salah satunya adalah *exhaustion*. *Exhaustion* ini merupakan sebuah kondisi yang bisa dikenali dengan adanya kelelahan oleh mental, fisik maupun emosional seseorang (Khomsa & Rohyani, 2021).

Beberapa peneliti juga telah mengeksplorasi sisi negatif dari penggunaan media sosial yang berlebih pada konteks profesional dan juga pelajar. Misalnya, menurut (Stoney Brooks, 2015) menemukan bahwa penggunaan media sosial dapat menginduksi *technostress* dan menunjukkan efek negatif terhadap kinerja pada pekerjaan. Informasi yang berlebihan atau *information overload* juga akan berdampak pada hasil belajar (Dayton et al., 2021).

Dengan adanya fenomena *overload* ini, penelitian tentang dampak negatif dari penggunaan media sosial dan internet yang berlebih beserta dampaknya terhadap kalangan mahasiswa bertujuan untuk mengkaji serta menambah wawasan mengenai penggunaan media sosial berlebihan yang terjadi di ruang lingkup perguruan tinggi utamanya yang terjadi pada golongan para mahasiswa. Banyaknya informasi yang perlu digali oleh mahasiswa tersebut maka sudah pastinya menyebabkan tingginya angka penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa. Tingginya angka penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa tersebut maka sudah seharusnya mereka dapat mengetahui serta menyadari bahwa mereka merupakan penyebab dari terjadinya *overload* ini, sudah sepantasnya mereka juga dapat menyadari apa saja dampak negatif yang diperoleh dari *overload*-nya penggunaan media sosial saat ini, hal tersebut sudah sepatutnya mereka sadari dan renungi agar mereka dikemudian hari dapat menemukan solusi dalam menanggulangnya serta dapat melaksanakan gerakan-gerakan pencegahan dari dampak negatif tersebut sehingga dapat meminimalisir dampak negatif dan

menghadirkan lebih banyak manfaat yang ditimbulkan dari penggunaan internet dan media sosial (Whelan et al., 2019).

Penelitian ini dilakukan berdasarkan dari penelitian yang dilakukan sebelumnya. Dengan salah satu contoh penelitiannya adalah (Yu et al., 2019) dengan judul *Understanding the Effect of Social Media Overload on Academic Performance: A Stressor-Strain-Outcome Perspective*. Dalam penelitian tersebut, digunakan model *Stressor Strain Outcome* (SSO) untuk mendeskripsikan dampak dari *overload* pada mahasiswa dan juga hubungan dampak tersebut pada performa bidang akademik beserta beberapa gejala yang telah ditimbulkan atas penggunaan dari media sosial dan internet yang berlebihan pada ranah pendidikan/mahasiswa. Studi tersebut melakukan survey melalui kuisioner pada 249 mahasiswa di China yang aktif menggunakan media sosial. Hasil survey tersebut dilakukan analisis menggunakan pendekatan SEM (*Structural Equation Modeling*) dan menggunakan SmartPLS dengan hasil bahwa *information overload*, *communication overload* serta *social overload* memiliki pengaruh dalam upaya peningkatan *technostress*. Dalam kasus ini hanya *Information overload* saja yang berdampak pada *exhaustion*. Sedangkan *technostress* dan *exhaustion* tidak memiliki dampak pada performa akademik (Yu et al., 2019).

Penelitian yang lain dilakukan oleh (Khanam, 2020) dengan judul "*Social media use and academic performance: A study on undergraduate accounting Students in Bangladesh*" meneliti mengenai suatu hubungan yang terjalin antara penggunaan dari media sosial secara berlebih serta performa akademik dari para mahasiswa di Bangladesh. Penelitian ini melakukan survey pada 154 mahasiswa program studi akuntansi di Bangladesh. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan adanya 5 faktor penggunaan media sosial yang mana faktor *online sharing* serta faktor pembelajaran akademik berdampak positif pada performa akademik mahasiswa (Khanam, 2020).

Penelitian yang menggunakan model *Stressor Strain Outcome* (SSO) yang lain adalah penelitian yang dilakukan oleh (Nawaz et al., 2018) dengan judul "*Overload and exhaustion: Classifying SNS discontinuance intentions*" yang meneliti dampak kelelahan atau *exhaustion* pada pengguna *Social Networking*

*Services*. Hasil yang didapatkan adalah *information overload* dan *social media overload* berpengaruh pada *dis-satisfaction (outcome)*.

Penelitian lain yang berjudul. “*Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: A large cross-sectional study*” membahas korelasi antara *social media fatigue* dan dampaknya yaitu penurunan performa akademik dengan menggunakan model *Stressor Strain Outcome (SSO)* yang meneliti apakah perilaku online seseorang mempunyai hubungan dengan *social media fatigue*. Analisis pada penelitian tersebut dilakukan dengan pelaksanaan survey kepada 1398 mahasiswa dengan menggunakan pendekatan *Structural Equation Modeling (SEM)*. Dengan hasil bahwa intensitas penggunaan internet dan media sosial menjadi dampak yang signifikan terhadap *social media fatigue*. Selain itu, *social media fatigue* juga berkontribusi pada penurunan performa akademik siswa (Malik et al., 2021).

Bersumber dari penelitian terdahulu mengenai penggunaan internet dan media sosial yang telah dilakukan sebelumnya. Melonjaknya penggunaan internet dan media sosial yang tinggi kemudian menjadi pembahasan penelitian yang menarik karena dapat berguna untuk pembelajaran dalam lingkup mahasiswa. Selanjutnya, dalam penelitian ini akan mengkaji peran *Overload* dalam penggunaan media sosial yang berlebih (*Information overload, Communication Overload* dan *Social Overload*) dan dampaknya terhadap performa akademik mahasiswa dengan menggunakan instrumen penelitian dan model *Stressor Strain Outcome (SSO)* sesuai pada penelitian yang dikemukakan sebelumnya oleh (Yu et al., 2019). Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu dilihat dari subjek penelitian yang digunakan dan perubahan pada variabel kontrol. Pada penelitian sebelumnya oleh (Yu et al., 2019) menggunakan subjek penelitian mahasiswa di China dengan variabel kontrol *gender* dan *usage*. Sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel kontrol *age, gender* dan menambahkan variabel kontrol *spirituality* untuk mengukur pengaruhnya terhadap *academic performance*. Berdasarkan penelitian tersebut sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Analisis Pengaruh *Overload* Penggunaan Media Sosial Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Menggunakan *Stressor Strain Outcome Perspective*”.

## 1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah, apakah *overload* dari penggunaan media sosial berpengaruh terhadap performa akademik pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya berdasarkan model SSO?

## 1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Variabel penelitian ini dibatasi pada *information overload*, *communication overload*, *technostress*, *exhaustion* dan performa akademik sesuai pada model SSO.
2. Subjek penelitian ini dibatasi pada mahasiswa Strata-1 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
3. Penelitian ini menggunakan instrumen kuisisioner dan skala likert untuk pengukuran.
4. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *proportionate stratified random sampling* dan rumus slovin dengan tingkat toleransi error sebesar 7% untuk menentukan jumlah dan proporsi sampel.
5. Penelitian ini menggunakan metode analisis data SEM dan *software* SmartPLS versi 3.0.

## 1.4 Tujuan Penelitian

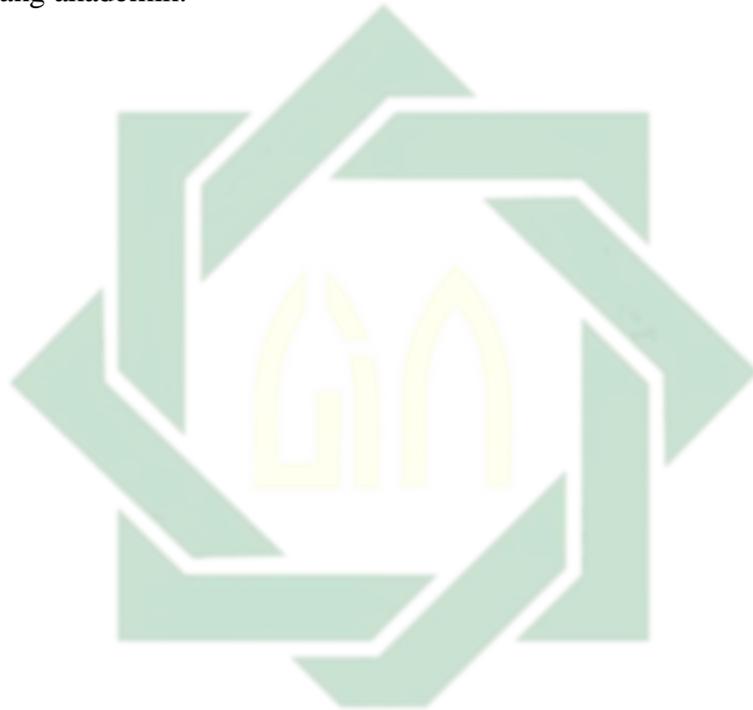
Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh *overload* terhadap *technostress* pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Untuk mengetahui pengaruh *overload* terhadap *exhaustion* pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.
3. Untuk mengetahui pengaruh *technostress* dan *exhaustion* terhadap *academic performance* pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.
4. Untuk mengetahui pengaruh variabel kontrol *age*, *gender* dan *spirituality* terhadap *academic performance* pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

## 1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang didapat dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Akademis: Penelitian ini diharapkan untuk dapat menjadi acuan untuk mengetahui seberapa jauh tingkat *overload* dari penggunaan media sosial yang terjadi pada mahasiswa. Agar mahasiswa dapat menentukan strategi sebagai upaya meningkatkan performa akademik.
2. Manfaat Praktis: Penelitian ini diharapkan agar dapat memberikan kontribusi perkembangan teori pada bidang sistem informasi, khususnya terkait dengan *overload* pada penggunaan media sosial yang berlebih dan dampaknya pada bidang akademik.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Penelitian Terdahulu

Tinjauan penelitian terdahulu berguna untuk menambah pemahaman tentang penelitian yang akan dilakukan. Adapun penelitian terdahulu yang digunakan dalam penelitian ini sebagaimana yang tertera pada Tabel 2.1 berikut.

**Tabel 2. 1** Daftar Tinjauan Pustaka

No.	Nama Peneliti	Judul	Hasil
1.	(Yu et al., 2019)	<i>“Understanding the Effect of Social Media Overload on Academic Performance: A Stressor Strain Outcome Perspective”</i>	Informasi, komunikasi, dan <i>social overload</i> meningkatkan <i>technostress</i> , namun hanya kelebihan informasi yang secara signifikan mempengaruhi <i>exhaustion</i> . Baik <i>technostress</i> dan <i>exhaustion</i> memiliki efek negatif pada performa akademik.
2.	(Kurelović et al., 2016)	<i>“Information Overload, Information Literacy and Use of Technology by Students”</i>	Siswa yang sering menggunakan teknologi (komputer, gadget dan media digital) memiliki literasi informasi pada kategori sedang. Siswa juga mengalami gejala <i>information overload</i> . Analisis regresi berganda telah mengkonfirmasi bahwa kombinasi dari dua variabel independen ini memiliki

			kapasitas prediksi yang signifikan secara statistik untuk <i>information overload</i> .
3.	(Suhaimi & Hussin, 2017)	“ <i>The Influence of Information Overload on Students’ Academic Performance</i> ”	Hasil menunjukkan bahwa <i>information overload</i> berpengaruh pada performa akademik siswa.
4.	(Dayton et al., 2021)	“Dampak Penggunaan <i>Social Media Overload</i> Terhadap Performa Akademik di Kota Batam”	<i>Social Overload</i> , <i>Communication Overload</i> , dan <i>Information Overload</i> merupakan dampak yang bisa memberikan pengaruh mengenai tingkat <i>Technostress</i> dan <i>Exhaustion</i> yang diderita para pengguna media sosial. Tidak hanya itu, ini menunjukkan bahwa dengan <i>Social Overload</i> yang mempunyai pengaruh yang signifikan terjadi pada <i>Exhaustion</i> . Juga telah terbukti bahwa <i>Technostress</i> dan <i>Exhaustion</i> tidak berpengaruh pada performa akademik siswa.
5.	(Whelan et al., 2020)	“ <i>Applying the SOBC paradigm to explain how social media overload affects academic performance</i> ”	FOMO memiliki pengaruh yang signifikan terhadap <i>information overload</i> dan <i>communication overload</i> , baik <i>communication overload</i> maupun <i>information overload</i> secara signifikan terkait

			dengan DSR (H3: =0,364, p <0,001; H4: =0,186, p <0,05). Selain itu, H5 didukung sebagai DSR secara signifikan berbanding terbalik dengan kinerja akademik (H5: =-0.229, p <0,001). Perilaku terselubung (DSR) memediasi antara <i>overload</i> dan kinerja akademik.
6.	(Nawaz et al., 2018)	“ <i>Overload and exhaustion: Classifying SNS discontinuance intentions</i> ”	<i>Information overload</i> dan <i>social overload (stressor)</i> memiliki pengaruh signifikan terhadap <i>dis-satisfaction (strain)</i>
7.	(Lee et al., 2016)	“ <i>Information and communication technology overload and social networking service fatigue: A stress perspective</i> ”	<i>Information overload</i> tidak memiliki pengaruh terhadap <i>information relevance (stressor)</i> . <i>Information overload, communication overload</i> dan <i>system feature overload</i> berpengaruh positif pada <i>SNS Fatigue</i> .

Berdasarkan *review* dari penelitian terdahulu di Tabel 2.1, banyak penelitian menggunakan topik *overload* dari penggunaan media sosial yang dilakukan kepada pelajar atau mahasiswa. Penelitian-penelitian diatas pada dasarnya menggunakan model serta instrumen yang berbeda satu sama lain dalam pelaksanaan penelitiannya, yakni dalam mengukur hubungan dari penggunaan media sosial yang berlebihan terhadap performa akademik. Terdapat 2 jenis model yang dilakukan untuk meneliti pengaruh *overload* terhadap performa akademik pelajar/mahasiswa yaitu model SSO sebagaimana yang digunakan pada penelitian (Nawaz et al., 2018; Shi et al., 2020; Yu et al., 2019) dan model SOBC (*Situation, Organism, Behavior,*

*Consequence*) pada penelitian (Whelan et al., 2019). Pada penelitian (Nawaz et al., 2018) menggunakan variabel *Dis-satisfaction* dan *regret* sebagai *strain* dan *Discontinuance Intentions* sebagai *Outcome* pada model SSO.

Dari beberapa penelitian diatas, variabel kontrol *usage* dan *gender* dari penelitian oleh (Yu et al., 2019) dan dari penelitian oleh (Nawaz et al., 2018) variabel kontrol *education* tidak berpengaruh pada variabel dependen. Sedangkan variabel kontrol *gender* berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen *discontinuance intentions* pada penelitian yang dilakukan oleh (Nawaz et al., 2018).

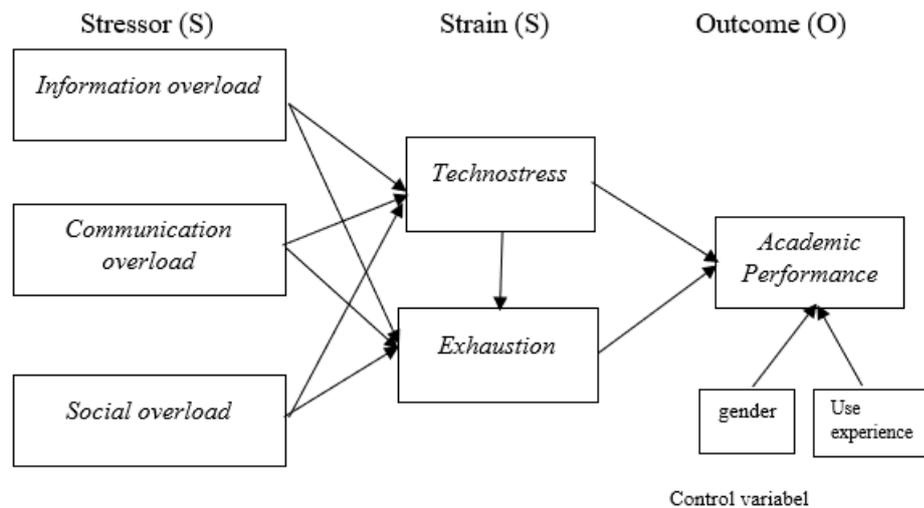
## 2.2 *Stressor Strain Outcome (SSO)*

*Stressor* (S) mewakili faktor-faktor yang menghasilkan stres bagi pengguna teknologi atau SNS (*social network service*), antara lain adalah *information overload* dan *communication overload*. Sedangkan *Strain* (S) mencirikan resultan psikologis dari *stressor* yang disebabkan oleh individu selama penggunaan maladaptif. *Outcome* (O) yang mengacu pada perilaku hasil dari situasi stres (*stressor*) (Nawaz et al., 2018). Model SSO awalnya dikembangkan dan digunakan untuk menjelaskan hubungan antara kondisi mental dan kinerja profesional dalam organisasi. *Strain* dalam model SSO didefinisikan sebagai emosi yang bermasalah (misalnya, kelelahan) yang dapat mempengaruhi fungsi produktif individu secara negatif (Dhir et al., 2019). Berdasarkan model SSO, yang mengemukakan penggunaan media sosial sebagai pemicu stres untuk menginduksi ketegangan internal (invasi kehidupan dan *technostress*) kalangan pengusaha perempuan, sehingga berdampak pada hasil perilaku mereka (keterlibatan kognitif) (Shahzad et al., 2021).

Kerangka kerja SSO diterapkan saat menangani kelebihan beban atau *overload* di konteks *social networking service* (SNS). Ketika proses stres diteliti melalui kerangka SSO, *stressor* bertindak terhadap *strain* daripada pengguna teknologi, dan menghasilkan *output* dari perilaku tersebut (*outcome*) (Fu et al., 2020). Kerangka kerja SSO terdiri dari tiga komponen utama, yaitu, stimulator/penyebab (*stressor*), keadaan stres emosional (*strain*) dan hasil secara psikologis atau fisik (*outcome*).

Seiring dengan luasnya penggunaan media sosial dan internet di kalangan mahasiswa, mahasiswa yang terlalu banyak terlibat di media sosial yang mengakibatkan penggunaan berlebihan atau *overload* yang memungkinkan

timbulnya dampak negatif terhadap performa akademik mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian dengan mengadopsi model SSO ini digunakan sebagai landasan teoritis untuk mengeksplorasi konsekuensi negatif dari penggunaan media sosial dan internet yang berlebihan dan dampaknya terhadap performa akademik mahasiswa di kalangan universitas (Yu et al., 2019).



**Gambar 2. 1** Kerangka SSO (Yu et al., 2019)

### 2.3 Stressor

Faktor-faktor *Overload* sebagai representasi dari *stressor*, yaitu *information overload*, *communication overload* dan *social overload* sebagaimana dipaparkan dalam penelitian (Yu et al., 2019). *Stressor* merupakan keadaan tidak sehat yang secara empiris terverifikasi sebagai stressor yang menimbulkan dampak negatif terhadap kehidupan individu (Maier et al., 2015). Oleh karena itu *information overload*, *communication overload* dan *social overload* berfungsi sebagai tiga dimensi dari *stressor* pada model SSO yg digunakan dalam penelitian ini.

#### 2.3.1 Information Overload

Kelebihan informasi atau *information overload* merupakan persepsi dimana arus informasi yang terkait dengan tugas dengan beban yang berlebih jika dibandingkan dengan tugas yang dikelola dengan efektif dan dapat berdampak pada terjadinya stress (Kim, 2021). Jenis kelebihan yang dinilai serius yaitu kepemilikan atas pengetahuan terkait dengan keberadaan informasi yang dianggap relevan

namun tidak dapat dipergunakan akibat melimpahnya informasi dan keterbatasan waktu (Gunaratne et al., 2020).

Informasi yang melimpah apabila tidak dapat dimanfaatkan dengan baik, tidak mampu memilih mana informasi yang valid dan tidak, kurang dapat memanfaatkan untuk meningkatkan kualitas hidup, dan tidak mampu ikut serta memberkan dan menciptakan informasi yang bermanfaat akan memicu adanya kelebihan informasi (Mauludi, 2018). Adanya kelebihan informasi ini bisa memberikan dampak kepada dehumanisasi, dimana dampak ini akan kesulitan disarankan oleh para individu dalam melakukan pencarian atau memperoleh informasi yang bermanfaat dan memiliki nilai (Liu et al., 2021).

*Information overload* merupakan suatu fenomena dimana terlalu banyak informasi yang tersebar terkait dengan isu yang terjadi, yang membuat individu kesulitan dalam menerima informasi tersebut (Benselin & Ragsdell, 2016). Fenomena tersebut dapat terjadi akibat pesatnya perkembangan teknologi yang mendorong masyarakat mudah mencari hingga menyebarkan informasi dengan cepat dan tidak memiliki batasan. Teori yang mendasari adanya *Information Overload* dikemukakan oleh Eppler dan Mengis tahun 2004 (Dayton et al., 2021). Pada teori tersebut menjelaskan bagaimana informasi yang melebihi kapasitas atau berlebihan dapat terjadi apabila individu menerima informasi yang melebihi kapasitasnya. Teori tersebut juga menyatakan bahwa kapasitas setiap individu dalam menerima dan memproses informasi juga berbeda-beda.

*Information overload* memberikan gambaran dimana informasi yang berlebihan dapat terjadi pada saat banyak informasi yang diterima sehingga mengakibatkan informasi tersebut tidak efektif dan tidak memiliki manfaat sebagaimana mestinya (J. Fan & Smith, 2021). Hal ini disebabkan karena informasi yang beredar tidak terbatas jumlahnya, sehingga menimbulkan kebingungan dan kesulitan bagi individu dalam menemukan informasi yang tepat dan sesuai dengan kebutuhannya (Nematzadeh et al., 2019).

Fenomena *information overload* dapat diukur dengan beberapa indikator, diantaranya (Whelan et al., 2020) :

1. Merasa terganggu oleh banyaknya informasi yang beredar
2. Merasa kewalahan dengan banyaknya informasi

3. Timbulnya permasalahan yaitu terlalu banyaknya informasi untuk dipahami bagi individu.

### 2.3.2 *Communication Overload*

*Communication Overload* ini memiliki acuan pada kondisi saat jaringan dari komunikasi memiliki kemaksimalan akan kebutuhan dan juga kemampuan komunikasi dari individu (M. Fan et al., 2021). *Communication overload* dapat mengganggu rutinitas normal seseorang dan akan membuat sulitnya berkonsentrasi. Hal ini dapat menyebabkan penurunan akurasi penilaian dan dengan demikian berdampak negatif pada perasaan tentang mempercayai informasi. Pada waktu bersamaan, ketika dihadapkan dengan komunikasi sosial yang harus dihadapi dengan, pengguna yang tidak memiliki keterampilan komunikasi yang efektif mungkin berada dikehilangan dan dapat menderita kelelahan dan kecemasan (Eliyana et al., 2020).

*Communication Overload* dianggap sebagai kelebihan kognitif, dimana seseorang merasa kewalahan dengan banyaknya pesan, interaksi dan symbol yang diterima melalui berbagai saluran komunikasi di internet dan media sosial (Rumata & Sakinah, 2020). *Communication Overload* adalah kombinasi dari kata-kata "*communication*" dan "*overload*" yang berarti berlebihan komunikasi atau komunikasi yang berlebihan. *Communication overload* merupakan fenomena yang baru dan sejajar seiring perkembangan media sosial dalam dekade terakhir (Chethiyar et al., 2019).

*Communication overload* adalah kondisi yang tidak diinginkan yang muncul ketika tuntutan komunikasi dari informasi dan teknologi komunikasi, seperti penggunaan media sosial, yang melebihi kapasitas pemrosesan pengguna (Eliyana, Ajija, et al., 2020). Tingkat dan kompleksitas komunikasi berlebih untuk individu juga dapat digambarkan sebagai *communication overload*. *Communication overload* diukur sejauh mana individu atau pengguna mengalami lebih banyak kuantitas, kompleksitas, dan ketegasan informasi selama periode waktu tertentu lebih dari apa yang mereka butuhkan atau mereka dapat atur dalam proses komunikasi tersebut. *Communication overload* mengacu pada situasi di mana tuntutan komunikasi dari platform media sosial melampaui kapasitas komunikasi

individu, sehingga menyebabkan gangguan ekstra dari pekerjaan mereka dimana individu menjadi kurang produktif (Bahri et al., 2020).

*Communication Overload* dapat diukur menggunakan beberapa aspek, diantaranya (Rumata & Sakinah, 2020) :

1. Mendapatkan terlalu banyak pesan atau komentar, baik dari teman-teman yang dikenal atau hanya kenalan, melalui media sosial dan pesan singkat.
2. Perasaan terlalu lelah untuk membalas pesan di media sosial dan pesan singkat.
3. Menerima terlalu banyak notifikasi di akun media sosial.
4. Merasa kewalahan dengan banyaknya pesan yang saya terima di media sosial, email dan pesan singkat.
5. Menghabiskan lebih sedikit waktu dengan keluarga karena menggunakan teknologi ICT (Internet, media sosial, dan pesan singkat).
6. Ketersediaan teknologi informasi dan komunikasi yaitu internet telah menciptakan lebih banyak interupsi selain meningkatkan komunikasi.

### **2.3.3 Social Overload**

Bahasa latin “*socius*” merupakan bahasa dari awalnya berdiri kata sosial yang mempunyai arti yaitu semua yang sesuai dengan lahir, kembang dan tumbuh yang terjadi pada kehidupan ini. (Purawinangun & Yusuf, 2020). Secara struktur, sosial digunakan untuk dijadikan tatanan yang ada pada interaksi sosial yang ada pada masyarakat dengan memberikan tempat pada pihak tertentu seperti halnya kelompok, individu, keluarga hingga kelas yang ada pada kondisi di sosial tertentu yang memiliki dasar pada suatu sistem yang ada pada nilai dan juga norma yang dianut oleh kelompok masyarakat dengan rentang waktu tertentu. Sedangkan *overload* adalah beban yang berlebih atau sesuatu yang tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki individu (Rahardjo et al., 2020).

*Social overload* sebagai cerminan perilaku individu yang melebihi kapasitasnya dalam kehidupan sosial (Raza et al., 2020). Kelebihan beban sosial didefinisikan sebagai situasi di mana seorang individu berurusan dengan banyak orang lain. Kelebihan sosial tampaknya menjadi hal negatif konsekuensi dari

kompleksitas penggunaan media sosial seperti ketika jaringan sosial individu di media sosial meningkat maka kemungkinan menerima *social media overload* terlalu kelebihan sosial (X. Zhang et al., 2020).

Beban sosial yang berlebihan didefinisikan sebagai persepsi individu bahwa mereka memberi terlalu banyak dukungan sosial kepada orang lain di sosial media dan bahwa mereka tidak berkewajiban untuk menanggapi permintaan dukungan sosial. Kelebihan sosial awalnya diusulkan oleh McCarthy dan Saegert untuk menekankan yang negatif sisi kepadatan penduduk. Individu harus menginvestasikan banyak waktu untuk menjaga hubungan dengan peningkatan populasi regional, sehingga mungkin menghasilkan tekanan psikologis (Chen & Wei, 2019).

*Social overload* dapat diukur dengan lima aspek, (Dayton et al., 2021):

1. Individu yang terlalu memperhatikan kesejahteraan orang lain
2. Ikut campur masalah orang lain
3. Rasa tanggungjawab individu atas kesenangan orang disekitar sangatlah besar
4. Terlalu peduli dengan orang lain di media sosial
5. Terlalu memperhatikan aktivitas atau postingan orang lain di media sosial.

## **2.4 Strain**

*Strain* mencirikan resultan atau hasil psikologis dari stimulus (*stressor*) yang disebabkan oleh individu selama penggunaan maladaptif pada teknologi (Nawaz et al., 2018). Dua dimensi dari *strain* yang akan diteliti di penelitian ini adalah *technostress* dan *exhaustion*. Kedua dimensi tersebut merupakan keadaan psikologis yang memiliki potensi untuk memengaruhi hasil perilaku individu dalam konteks penggunaan teknologi (Yu et al., 2019).

### **2.4.1 Technostress**

*Technostress* merupakan ketidakmampuan individu untuk menangani tuntutan dari teknologi informasi yang digunakan (Tuan, 2022). *Technostress* adalah gangguan teknologi yang berlebihan juga dapat memicu terjadinya depresi atau stress dengan aktivitas yang bisa menciptakan tingkat turunan dari semua kinerja yang terjadi. *Technostress* sebagai akibat yang terjadi dari stress yang telah

diderita oleh pengguna dengan hasil yang didapatkan dari aplikasi multitugas ini yang mengandalkan konektivitas yang berjalan secara terus menerus, memberikan informasi yang maksimal, sistem yang terus melakukan perubahan, adanya ketidakpastian hingga adanya akibat yang didapat yang berhubungan dengan pekerjaan yang memiliki keterlanjutan dengan masalah teknis yang memiliki kaitan dengan para pengguna dari teknologi informasi. (Setyadi & Taruk, 2019).

*Technostress* adalah bagian atau jenis spesifikasi dari stress, dimana *technostress* sebagai gambaran pengalaman pengguna teknologi tentang stress yang saat menggunakan teknologi tersebut (Anugraheni et al., 2021). *Technostress* dianggap sebagai penyakit modern yang disebabkan karena ketidakmampuan individu dalam mengatasi teknologi komputer yang baru secara baik. Menurut (Suryanto & Sasi, 2018), *technostress* sebagai suatu bentuk gangguan atau penyakit yang diakibatkan karena ketidakmampuan individu dalam menggunakan teknologi informasi, yang bisa merupakan dua hal yang tentunya berbeda tetapi memiliki keterkaitan satu sama lain, seperti halnya yaitu bentuk usaha yang bisa memberikan penerimaan akan teknologi komputer yang ada pada manifestasi yang kedua yakni merupakan identifikasi yang tentunya memiliki kelebihan akan pemanfaatan pada teknologi komputer.

Teknologi bukan sebagai pelaku penyebab stress, oleh sebab itu teknologi dan juga komputer hanyalah sebagai sesuatu alat bantu yang dimana stress sebagai bentuk reaksi alamiah individu (Salazar-Concha et al., 2021). Sebagai salah satu bagian dari stress, maka responden yang didapatkan dari *technostress* yang terjadi pada setiap individu ini berbeda, tergantung dengan *skill* yang dimiliki oleh para individu dalam melakukan adaptasi. *Technostress* akan berakibat pada terjadinya kecemasan hingga memberikan dampak yang negatif terjadi pada perilaku, pikiran hingga tingkat dari luka dan juga tumbuh individu (Taser et al., 2022).

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *technostress*, diantaranya (Setyadi & Taruk, 2019; Suryanto & Sasi, 2018):

1. *Techno-overload* yaitu situasi dimana individu sebagai pengguna teknologi informasi dan komunikasi yang dipaksa harus dilakukan cepatnya pekerjaan atau akan timbul lebih lama.

2. *Techno-invasion* yaitu keadaan yang terjadi oleh pengguna dari teknologi ini berprasangka bahwa pengguna bisa dihubungkan dengan kapan saja dan terus menerus yang mengakibatkan terjadinya kepentingan yang terkait dengan pekerjaan ataupun dengan konteks yang mengarah kepada urusan pribadi masing-masing individu.
3. *Techno-complexity*, merupakan suatu keadaan yang diderita oleh pengguna teknologi informasi dan komunikasi yang memberikan perasaan akan kemampuan yang mereka miliki tidak memiliki hal yang sepadan, sehingga hal ini bisa disebabkan oleh keterkaitan dari tingkat kerumitan yang ada pada teknologi informasi juga komunikasi. Konsekuensi yang perlu ditekankan ialah pengguna memiliki keterpaksaan akan keluangan waktu hingga usaha dalam memberikan pelajaran mengenai pemahaman aspek yang memiliki hubungan dengan teknologi informasi dan komunikasi.
4. *Techno-insecurity*, adalah keadaan yang diderita oleh para pengguna teknologi informasi dan komunikasi yang memiliki rasa akan keterancamannya mengenai kehilangan pekerjaan baik yang disebabkan oleh perannya yang telah tergantikan sebab adanya teknologi.
5. *Techno-uncertainly*, ialah sebuah keadaan yang terjadi sebab pengguna teknologi informasi dan komunikasi ini memiliki rasa akan ketidakpastiaan dan juga keresahan yang hadir semenjak adanya teknologi dan komunikasi yang hadir terus menerus dan melakukan perubahan hingga perbaikan.

Indikator yang digunakan untuk menguji *technostress* yakni sebagai berikut (Dayton et al., 2021):

1. Adanya keterpaksaan untuk menjalani jadwal yang padat.
2. Adanya rasa terpaksa untuk mengubah kebiasaan dalam beradaptasi dengan perkembangan teknologi.
3. Adanya pengorbanan waktu pribadi agar tidak ketinggalan pembaruan teknologi.
4. Adanya perasaan dimana kehidupan sangat dipengaruhi oleh teknologi.

5. Ketidakmampuan dalam mengatur waktu.
6. Kurangnya rasa percaya diri dengan orang yang lebih menguasai teknologi.

#### **2.4.2 Exhaustion**

*Exhaustion* atau kelelahan merupakan kondisi menurunnya kemampuan tubuh individu (Cheng et al., 2020). *Exhaustion* sebagai dimensi dari *burnout* ini bisa diberikan tanda yang terjadi sebab kelelahan fisik dan juga mental serta emosional yang terjadi pada individu. Saat individu mengalami kelelahan ini, individu memiliki sikap yang *overextended* pada fisik maupun emosional. Sehingga individu tidak bisa memberikan penyelesaian masalah mereka. Selain itu, meskipun merasa lelah dan sudah ber-istirahat, individu masih merasakan kekurangan energi untuk beraktivitas (López-Cabarcos et al., 2021).

*Exhaustion* secara fisiologis yaitu penurunan kekuatan otot tubuh yang diakibatkan karena tenaganya yang habis dan peningkatan sisa-sisa metabolisme tubuh, sebagai contoh; karbondioksida dan juga asam laktat. Adapun secara psikologis, *exhaustion* yaitu keadaan yang terjadi menyerang mental dengan memiliki tanda sebagaimana menurunnya motivasi, adanya rangsangan yang relatif tinggi, penurunan kecermatan dan kecepatan pemecahan masalah (Loh & Saleh, 2022). *Exhaustion* yang dialami setiap individu berbeda-beda, akan tetapi semua *exhaustion* yang dialami individu akan berakibat pada berkurangnya kapasitas kerja dan ketahanan tubuh (Ando et al., 2020).

Berdasarkan pendapat (Yu et al., 2019), *exhaustion* ini dilakukan pengukuran dengan memakai indikator:

1. Adanya penurunan semangat atau motivasi akibat aktivitas yang harus dilakukan menggunakan teknologi.
2. Perasaan lelah dengan aktivitas menggunakan teknologi.
3. Adanya perasaan terbebani dalam menggunakan teknologi.

#### **2.5 Outcome**

Dalam lingkup dunia pendidikan, hubungan antara penggunaan media sosial dan kinerja akademik telah menjadi fokus penelitian dalam beberapa tahun terakhir (Yu et al., 2019).

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat membuat hasil yang tidak diinginkan. Akibat penggunaan media sosial yang berlebihan, performa akademik siswa dapat terpengaruh karena waktu yang tidak mencukupi dan energi dalam belajar sehingga dapat menurunnya performa akademik. Demikian adalah hasil perilaku dari kondisi stres dari penggunaan media sosial berlebih pada konteks pendidikan (Yu et al., 2019).

### **2.5.1 Performa Akademik**

Performa akademik berdasarkan pendapat (Ngabidin, 2021) merupakan kemampuan, kecakapan dan performa dalam sebuah lembaga pendidikan formal yang didapatkan karena adanya proses pembelajaran dari waktu ke waktu. Performa dapat diketahui dari standar terkait dengan tugas yakni ketepatan jawaban dan ketelitian penyelesaian tugas. Performa akademik merupakan sebuah definisi yang dipakai dalam memberikan pertunjukkan akan sebuah pencapaian yang didapatkan dari hasil belajar seseorang dengan rentang waktu tertentu yaitu berupa penerapan, pemahaman, daya analisis juga evaluasi yang bisa diberikan dalam bentuk symbol juga angka tertentu dengan melewati suatu penilaian yang dilaksanakan langsung dengan dibantu oleh guru ataupun tes yang digunakan secara baku. (Simões et al., 2022).

Performa akademik ini digunakan dalam perubahan pada kecakapan akan tingkah laku ataupun kemampuan yang bisa dilakukan pertambahan dengan seiring berjalannya waktu dengan tidak disebabkan oleh suatu pertumbuhan namun dengan adanya suatu kondisi saat belajar (Utama, 2018). Penerapan dari dilakukannya proses belajar ini bisa ditunjukkan dengan adanya pemecahan masalah yang terjadi secara tulisan ataupun lisan dengan keterampilan dan pemecahan masalah yang terjadi secara langsung yang bisa dilakukan pengukuran atau penilaian dengan menggunakan tes (Holzer et al., 2022). Akhir dari proses belajar ini memberikan hasil yaitu bisa memecahkan lisan atau tulisan, keterampilan dan pemecahan masalah yang bisa dilakukan pengukuran dengan menggunakan nilai juga tes (Sorjonen et al., 2022).

Pendapat dari penelitian yang dilakukan oleh (Putri et al., 2021), performa belajar atau akademik dimana proses yang tengah dijalani oleh peserta didik ini dan perubahan terjadi dengan memberikan pemahaman, pengetahuan, penerapan,

sintesis, daya analisis hingga evaluasi. Performa ini bisa dicapai dipisahkan dari aktivitas belajar. Performa akademik sebagai bentuk cerminan dari penguasaan yang ada pada peserta didik pada keterampilan, pengetahuan dan juga sikap setelah mengikuti proses pembelajaran (Tarumasely, 2021).

Berdasarkan definisi-definisi yang diberikan pada pernyataan diatas, maka kesimpulannya ialah performa akademik dijadikan sebagai cerminan dari perubahan pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan sikap peserta didik setelah mengikuti proses belajar. Performa akademik yang dicapai setiap individu tidak sama, hal ini dapat diakibatkan sebab hadirnya beberapa penyebab yang terdapat dalam diri seseorang maupun yang berasal dari luar.

## **2.6 *Structural Equation Model (SEM)***

*Structural Equation Modeling (SEM)* merupakan salah satu sistem yang dilakukan dalam menghitung ataupun memberikan bentuk terhadap statistik atau model. SEM ini tentunya termasuk dalam cara yang bisa memberikan representasi pada deret menuju diagram jalur. SEM memiliki pengujian yang bisa dilaksanakan dengan berhubungan, maksudnya ialah model struktural yang dimiliki melaksanakan sebuah pengukuran dari interaksi yang tercipta diantara konstruksi dependen juga independen dimana model pengukuran ini memberikan hitungan perihal keterkaitan yang ada pada variabel laten dan juga variabel indikator (Nawangsari, 2011).

Teknik *Structural Equation Modelling (SEM)* yaitu serangkaian dalam teknik statistik yang dapat mengukur serangkaian hubungan yang bermacam-macam yang mana tidak bisa dirampungkan jika hanya menerapkan persamaan regresi linier (Harahap, 2016). Teknik *Structural Equation Modelling (SEM)* merupakan sebuah Teknik dalam menggabungkan pendekatan *structural model* (model struktural), *factor analysis* (analisis factor), *path analysis* (analisis jalur) (Harahap, 2016).

## **2.7 *Partial Least Square-Structural Equation Modeling (PLS-SEM)***

Dalam melakukan pengujian untuk menghasilkan dampak prediktif yang terjadi diantar konstruk atau tidaknya diperlukan PLS. PLS ini bisa digunakan jika memiliki dasar atas skema model yaitu sementara ataupun pengukuran yang terjadi

pada masing-masing variabel laten yang terbaru, hingga nantinya bisa memiliki desain yang bertujuan melaksanakan perkiraan (Wibisono, 2015).

Analisis melalui PLS memiliki dua tahapan sebagai berikut:

a. Model Pengukuran (*outer model*)

Outer model atau yang biasa disebut model pengukuran tersebut didalamnya menjunjung tiga patokan yang akan diterapkan dengan tujuan untuk mengukur outer model serta meneliti gambaran pengaruh yang didapatkan dari antar variabel laten yang satu dan yang lainnya berdasarkan dengan aspek-aspek tertentu yakni, *discriminant validity*, uji reabilitas serta uji *convergent validity* yang kemudian dipaparkan lebih lanjut dibawah ini:

1) *Convergent Validity*

*Convergent Validity* atau yang biasa disebut validitas konvergen tersebut diputuskan oleh *loading factor* yang memiliki nilai lebih tinggi dari 0,70 serta AVE (Average Variance Extracted) yang memiliki nilai lebih tinggi dari 0,50 (Jr Hair et al., 2011).

2) *Discriminant Validity*

*Discriminant Validity* atau yang juga biasa disebut sebagai validitas diskriminan merupakan memiliki fungsi dalam kegiatan menghitung atau mengukur terkait sejauh manakah perbedaan yang dari sebuah konstruk serta dengan konstruk lainnya (Haryono, 2016).

*Discriminant Validity* tersebut dilakukan proses evaluasi dengan proses menilai cross loading serta dengan kuadrat AVE yang ada. Cara mengevaluasinya yaitu dengan membandingkan nilai akar kuadrat AVE dengan nilai korelasi atau dengan hubungan antar konstruk. Sebuah konstruk dapat disebut sebagai hal yang valid jika mendapat nilai yang besar dari nilai didalam akar kuadrat korelasi antar konstruk konstruk AVE yang dibandingkan dengan yang satu dan yang lainnya (Jr Hair et al., 2011) Ciri khusus daripada *cross loading* yaitu nilai suatu konstruk dengan tanda memiliki nilai lebih besar daripada nilai dalam korelasi konstruk yang lain (Garson, 2016).

### 3) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas tersebut dapat dilihat berdasarkan ukuran besar tidaknya suatu nilai CR (*Composite Reliability*). Haryono (2016) menyatakan bahwasanya nilai CR yang tinggi tersebut dapat memberikan kepastian bahwa semua indikator dari seseorang memiliki sidat konkrit dengan pengungkurannya. Standar nilai yang digunakan dalam composite reliability yaitu sebesar  $\geq 0,70$  (Haryono, 2016).

#### b. Model Struktural (*inner model*)

Inner model atau bisa disebut model struktural tersebut merupakan sebuah tahap lanjutan setelah dilakukan uji model pengukuran. Inner model merupakan sebuah tahap uji model struktural. Tolok ukur yang digunakan sebagai patokan pada kegiatan evaluasi model struktural merupakan R-Square serta signifikansi dari bootstrapping.

##### 1) R-Square

R-Square selama ini dipergunakan sebagai teknik untuk menentukan besar tidaknya variasi perubahan dari luar (eksogen) serta variabel dari dalam (endogen) (Jogiyanto, 2011; Hamid & Anwar, 2019). Masing-masing kriteria nilai R-Square yakni 0,25; 0,50; 0,75 yang kemudian menampakkan kekuatan masing-masing sifat dari model tersebut diantaranya ada lemah, sedang, serta kuat (Ghozali & Latan, 2015).

##### 2) Path Coefficient (Uji Hipotesis)

*Path Coefficient* atau yang dapat disebut sebagai uji hipotesis tersebut mengacu terhadap signifikansi hubungan antar satu variabel dengan variabel yang lainnya dengan mengacu dengan nilai *p-value* serta *t-statistics* dengan menggunakan suatu proses *bootstrapping*. Menurut Haryono (2016) standarisasi yang diterapkan didalam nilai *p-value* yakni  $\leq 0,05$  serta dalam nilai *t-statistics* yakni  $\geq$  berdasarkan nilai T Tabel. Maksud dan tujuan dari diberlakukannya *path coefficient* merupakan untuk menguji diterima ataupun ditolaknya rumusan hipotesis yang telah diajukan sebelumnya.

## 2.8 Integrasi Keilmuan

Dengan adanya media sosial dan internet tentunya memberikan berbagai kemudahan dalam hidup kita. Penggunaan media sosial apabila diatur dengan baik maka dapat memberikan beragam manfaat kepada kita. Namun dibalik kemudahan yang diberikan dari media sosial dan internet kepada kita, dampak negatif dapat terjadi apabila kita tidak menggunakan media sosial dan internet dengan sebagaimana mestinya. Berbagai dampak negatif seperti stres dan juga kelelahan akibat penggunaan teknologi dan media sosial yang berlebihan dapat terjadi kepada kita apabila kita tidak menerapkan batasan maupun mengatur penggunaan media sosial dan internet agar memberikan manfaat dan meminimalisir berbagai hal yang sia-sia. Kemudahan informasi yang didapatkan dari teknologi dapat diolah menjadi sebuah pengetahuan agar dapat dimanfaatkan dengan baik. Terkait dengan fenomena tersebut, peneliti melakukan wawancara mengenai integrasi keilmuan yang sesuai dengan tema penelitian yang diambil menurut perspektif pandangan Islam. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Ustadz Jundi Al-Maahy, Lc. Dari program magister Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Madinah. Beliau menyampaikan dalil yang berkaitan dengan dampak negatif dari penggunaan media sosial yang berlebihan yang mana dalam pandangan Islam, penggunaan media sosial yang berlebihan yang tidak kita kontrol dengan baik dapat membuat kita lalai dan dapat membawa kita pada kerusakan akhlak dan moralitas akibat negatif dari penggunaan media sosial dan internet. Sebagaimana dalam Al-Quran pada QS Al-Munafiqun ayat 9.

الْخَسِرُونَ ۗ هُمْ أَقْوَابِكُمْ ذَلِكَ يَفْعَلُ وَمَنْ اللَّهُ ذَكَرَ عَنْ أَوْلَادِكُمْ وَلَا أَمْوَالِكُمْ تَلْهَكُمُ لَا أَمْنُوا الَّذِينَ يَأْتِيهَا

Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah harta bendamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. Dan barangsiapa yang berbuat demikian, maka mereka itulah termasuk orang-orang yang rugi”.

Makna dari ayat di atas, dijelaskan bahwa jangan sampai harta benda kita seperti gadget, media sosial, *handphone*, komputer dll yang menjadi fasilitas yang kita gunakan dalam kehidupan kita, membuat kita jauh dari mengingat Allah. Dan

juga, ketika kita terlalu asyik dalam menggunakan media sosial dan teknologi, jangan sampai hal tersebut membuat kita lalai dari kewajiban kita sebagai seorang muslim. Sehingga, kita sebagai seorang muslim dalam menggunakan media sosial dan internet tidak melakukan hal yang sia-sia dan tetap menggunakannya untuk tujuan kebaikan.

Kemudian selanjutnya dari Hadits Arba'in An-Nawawi yang ke-15:

الْآخِرَ الْيَوْمَ ۖ وَاللَّهُ يُؤْمِنُ كَمَا كَانَ مَنْ قَالَ وَسَلَّمَ ۖ وَعَلَى اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ رَسُولٌ أَنْ عَنَّهُ اللَّهُ رَضِيَ هُرَيْرَةَ أَبِي عَنْ  
وَالْيَوْمَ بِاللَّهِ يُؤْمِنُ كَمَا كَانَ وَمَنْ، جَارَهُ فَلْيُكْرِمَ آخِرُ الْوَالِ وَالْيَوْمَ بِاللَّهِ يُؤْمِنُ كَمَا كَانَ مَنْ وَ، لِيَصْنُتْ أَوْ خَيْرًا فَلْيُقَلِّ  
(ومسلم البخاري رواه) ضَيْفَهُ فَلْيُكْرِمَ الْآخِرَ

Artinya:

“Dari Abu Hurairah radhiyallahu anhu, sesungguhnya Rasulullah shallallahu`alaihi wa sallam bersabda, "Siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, hendaklah dia berkata baik atau diam, siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir hendaklah dia menghormati tetangganya dan barangsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir maka hendaklah dia memuliakan tamunya" (Riwayat Bukhari dan Muslim).

Hadits di atas menjelaskan tentang bagaimana kita harus menjaga adab dan menjaga apa yang kita tuliskan. Termasuk di media sosial, kita harus menjaga apa yang kita tuliskan di media sosial agar nantinya kita tidak menggunakan media sosial dengan sia-sia.

Kemudian Hadits yang ketiga:

(يَعْنِيهِ لَا مَا تَزَكَّهِ الْمَرْءُ إِسْلَامَ حُسْنٍ مِنْ إِنْ).

Artinya:

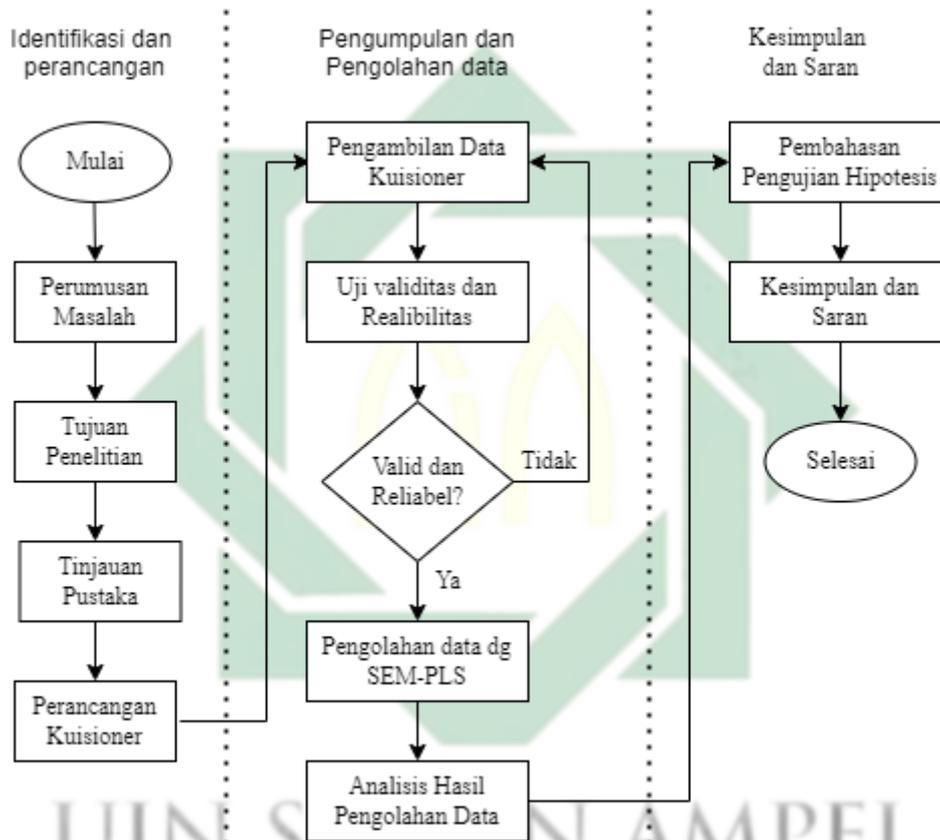
Rasulullah shallallahu`alaihi wa sallam bersabda: “Sesungguhnya di antara tanda sempurnanya Islam seseorang adalah meninggalkan hal-hal yang tidak bermanfaat” (HR. Tarmuzi).

Hadits di atas menjelaskan agar kita bisa meninggalkan hal-hal yang berlebihan dan tidak penting. Ketika kita menggunakan media sosial yang berlebihan, hal tersebut akan menghilangkan kebaikan dan menimbulkan dampak negatif dari penggunaan media sosial. Dalam segala perkara apabila dilakukan secara berlebihan maka akan berdampak tidak baik termasuk dari penggunaan teknologi dan media sosial yang berlebihan.

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### 3.1 Diagram Alir Penelitian

Untuk memperlancar dalam melakukan penelitian, maka dilakukan pembuatan *flowchart* diagram alir penelitian yang ditunjukkan pada Gambar 3.1 sebagai berikut:



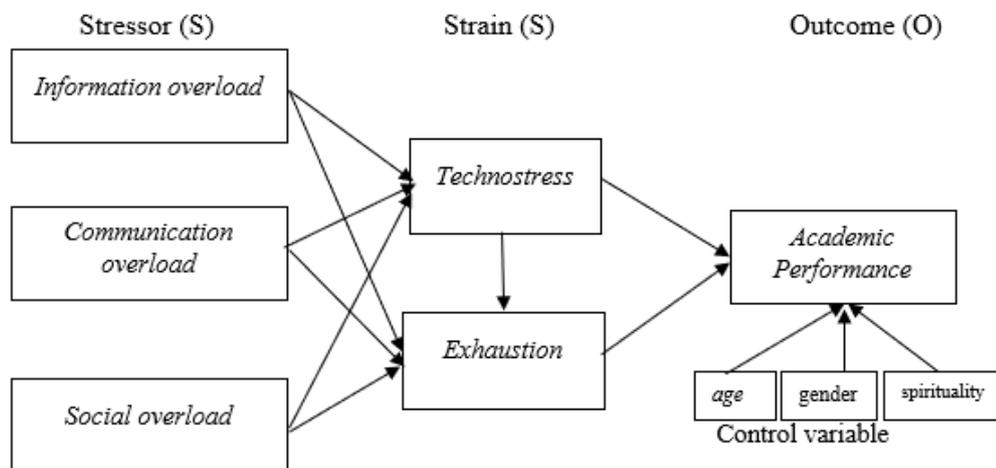
**Gambar 3. 1** Diagram Alir Penelitian

Alur penelitian *flowchart* pada Gambar 3.1 di atas digunakan untuk menggambarkan bagaimana proses selama penelitian ini dilaksanakan, hal tersebut bertujuan agar memudahkan dalam proses pelaksanaan penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian jenis kuantitatif yang proses analisis datanya berupa data angka statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis pada hubungan antar variabel, untuk menguji teori dan melihat besarnya hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2017).

### 3.2 Rancangan Penelitian

Penelitian ini menerapkan model SSO dan menerapkan teknik analisis data SEM (*Structural Equation Modeling*). Pendekatan SEM diterapkan dengan tujuan agar dapat melihat apakah variabel-variabel tersebut saling mempengaruhi atau tidak. Teknik yang digunakan pada penelitian ini memiliki tujuan agar dapat memberikan informasi mengenai dampak antara *information overload*, *communication overload*, dan *social overload* dengan performa akademik pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

Penelitian ini menggunakan model SSO (*Stress-Strain-Outcome*) yang telah dikemukakan oleh penelitian terdahulu oleh (Yu et al., 2019). Dalam riset ini digunakan Variabel yakni: SO (*Social Overload*) yang digunakan menjadi variabel independen, CO (*Communication Overload*) serta IO (*Information Overload*). Sedangkan Variabel EX (*Exhaustion*), AP (*Academic Performance*) serta TS (*Technostress*) yang digunakan sebagai variabel dependen. Dan variabel kontrol yaitu *age*, *gender* dan dengan menambahkan variabel kontrol *spirituality*. Berikut merupakan model desain penelitian ini berdasarkan model SSO.



Gambar 3. 2 Desain Penelitian

#### 3.1.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan dengan rumusan masalah, hipotesis dan model analisis adalah sebagai berikut:

### 1. Variabel Eksogen

Berdasarkan pendapat (Santoso, 2011), variabel eksogen merupakan variabel independen yang dapat mempengaruhi atau memberi pengaruh terhadap variabel dependen. Adapun variabel eksogen dalam penelitian ini adalah *information overload, communication overload, social overload*.

### 2. Variabel Endogen

Menurut (Santoso, 2011), variabel endogen ini adalah variabel dependen yang diberi pengaruh dari variabel lain yaitu variabel eksogen. Dimana variabel endogen yang digunakan dalam penelitian ini ialah *technostress, exhaustion*, dan performa akademik.

### 3. Variabel Kontrol

Menurut (Sugiyono, 2017), Variabel kontrol adalah variabel yang dikendalikan sehingga variabel independen terhadap variabel dependen tidak terpengaruh oleh faktor luar. Variabel kontrol pada penelitian ini adalah *age, gender* dan *spirituality*.

#### 3.1.2 Definisi Operasional

Penelitian ini menggunakan model SSO berdasarkan model yang digunakan dalam penelitian sebelumnya oleh (Yu et al., 2019), operasional variabel yang digunakan ditunjukkan pada tabel berikut:

**Tabel 3. 1** Definisi Operasional Variabel

Variabel	Item	Pernyataan
<i>Information Overload</i> (IO)	IO1	Perhatian dan fokus saya seringkali teralihkan dengan banyaknya informasi yang berbeda-beda dari yang saya baca di internet.
	IO2	Saya kewalahan dalam menerima banyaknya informasi yang saya baca setiap hari dari internet.
	IO3	Saya merasa tidak nyaman menerima informasi yang terlalu banyak di internet dibandingkan saya kekurangan informasi.
<i>Communication Overload</i> (CO)	CO1	Saya merasa terganggu dengan notifikasi dari media sosial dan internet saat saya sedang bekerja/belajar.
	CO2	Saya kadang merasa terbebani dengan komunikasi yang terlalu banyak di media sosial.
	CO3	Saya merasa kewalahan dalam menerima pesan dan kabar dari teman di media sosial.

Variabel	Item	Pernyataan
<i>Social Overload</i> (SO)	SO1	Saya sering memperhatikan kesejahteraan dari kehidupan teman-teman saya di internet dan media sosial.
	SO2	Saya sering ikut campur dengan masalah teman-teman saya di internet dan media sosial.
	SO3	Saya merasa perlu menyenangkan teman-teman saya di internet dan media sosial.
	SO4	Saya sangat peduli dengan teman-teman saya di internet dan media sosial.
	SO5	Saya merasa perlu memperhatikan apapun yang teman-teman saya posting di media sosial.
<i>Technostress</i> (TS)	TS1	Saya terpaksa menjalani rutinitas yang padat karena penggunaan media sosial dan internet.
	TS2	Saya terpaksa mengubah kebiasaan saya untuk beradaptasi dengan perkembangan yg terjadi di media sosial dan internet.
	TS3	Saya harus meluangkan waktu saya untuk membuka media sosial agar tidak tertinggal pembaruan
	TS4	Saya merasa kehidupan saya sangat dipengaruhi oleh media sosial dan internet.
	TS5	Saya tidak punya cukup waktu untuk meningkatkan keterampilan saya di media sosial dan internet.
	TS6	Saya merasa minder dengan orang yang lebih mahir dalam menggunakan media sosial maupun teknologi internet.
<i>Exhaustion</i> (EX)	EX1	Saya merasa kehilangan semangat akibat aktivitas yang mengharuskan saya menggunakan media sosial dan internet.
	EX2	Saya merasa lelah atau bosan dengan aktivitas saya di internet dan media sosial.
	EX3	Saya merasa terbebani dalam menggunakan media sosial dan internet.
<i>Academic Performance</i> (AP)	AP1	Saya merasa yakin dengan keterampilan dan kemampuan akademis saya.
	AP2	Saya mampu mengerjakan tugas-tugas mata kuliah saya.
	AP3	Saya mampu mengerjakan tugas kuliah dengan baik dan efisien.
	AP4	Saya merasa nilai akademis saya sudah sesuai dengan yang saya harapkan.

(Sumber: (Yu et al., 2019))

### 3.3 Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi yaitu seluruh obyek dan subyek yang telah diklasifikasikan berdasarkan karakteristik serta sifat khusus yang sebelum melaksanakan penelitian tentunya telah ditentukan terlebih dahulu agar saat pelaksanaan penelitian nantinya dapat mendapatkan kesimpulan (Sugiyono, 2018). Riset yang dilaksanakan ini memiliki populasi penelitian yaitu seluruh mahasiswa baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan yang sedang menempuh pendidikan tingkat Strata-1 pada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Dalam penelitian ini subjek yang digunakan yaitu para mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya dengan status aktif yang didalamnya dibagi lagi kedalam Sembilan fakultas yang berbeda, yakni Fakultas Ushuluddin dan Filsafat (FUF), Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam (FEBI), Fakultas Adab dan Humaniora (FAHUM), Fakultas Psikologi dan Kesehatan (FPK), Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK), Fakultas Syariah dan Hukum (FSH), Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK), Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP), dan Fakultas Sains dan Teknologi (SAINTEK).

Data berikut dihimpun dari data PDDikti KEMDIKBUD tahun 2021 yang menunjukkan data mahasiswa aktif sebagai kriteria data populasi pada penelitian ini:

**Tabel 3. 2** Jumlah Mahasiswa Strata-1 UIN Sunan Ampel Surabaya

No	Fakultas	Jumlah
1.	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	2797
2.	Fakultas Dakwah dan Komunikasi	2772
3.	Fakultas Adab dan Humaniora	1608
4.	Fakultas Psikologi dan Kesehatan	734
5.	Fakultas Ushuluddin dan Filsafat	1942
6.	Fakultas Syariah dan Hukum	3248
7.	Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	3502
8.	Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	1394
9.	Fakultas Sains dan Teknologi	1718
Total		19715

Sumber: PDDikti KEMDIKBUD Tahun 2021

## 2. Sampel

Metode yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah *proportionate stratified random sampling*, yakni memilih subjek dari masing-masing wilayah serta menentukan proporsi jumlah anggota sampel agar nantinya jumlah subjek di masing-masing wilayah dapat seimbang (Sugiyono, 2018). Metode ini dipilih oleh peneliti disebabkan adanya populasi pada UIN Sunan Ampel Surabaya yang terbagi menjadi sembilan fakultas. Dari masing-masing fakultas nantinya akan diambil sampel yang kemudian nantinya digunakan dengan tujuan untuk mewakili seluruh mahasiswa program studi di fakultas tersebut. Dalam riset ini menggunakan rumus Slovin pada saat menentukan jumlah minimum.

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditolerir yaitu sebesar 7% atau 0,07.

Data yang diperoleh dari PDDikti KEMDIKBUD Tahun 2021 menunjukkan jumlah populasi mahasiswa strata-1 UIN Sunan Ampel Surabaya sebesar 19715 mahasiswa. Sesuai pada rumus Slovin tersebut, didapatkan total minimal sampel sebesar:

$$\begin{aligned} n &= \frac{19715}{1 + 19715(0,07)^2} \\ &= 201,9 \text{ dibulatkan menjadi } 202 \text{ orang} \end{aligned}$$

Dari keseluruhan jumlah populasi 19715, didapatkan sampel sebanyak 202. Kemudian jumlah sampel dibagi dari sembilan fakultas populasi dengan menggunakan rumus *stratified random sampling* oleh (Sugiyono, 2018) untuk menghitung distribusi sampel pada setiap fakultas sebagai berikut:

$$n = \frac{X}{N} \times N_1$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang diinginkan pada masing-masing fakultas

N = Jumlah seluruh populasi mahasiswa UINSA

X = Populasi di setiap fakultas

N<sub>1</sub> = Sampel

Dengan sampel sebanyak 202 responden, maka ketentuan jumlah responden pada setiap fakultas sebagai berikut:

**Tabel 3. 3** Jumlah Sampel Pada Setiap Fakultas

No	Fakultas	Jumlah Populasi	Sampel
1.	Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	$\frac{2797}{19715} \times 202$	29
2.	Fakultas Dakwah dan Komunikasi	$\frac{2772}{19715} \times 202$	28
3.	Fakultas Adab dan Humaniora	$\frac{1608}{19715} \times 202$	16
4.	Fakultas Psikologi dan Kesehatan	$\frac{734}{19715} \times 202$	8
5.	Fakultas Ushuluddin dan Filsafat	$\frac{1942}{19715} \times 202$	20
6.	Fakultas Syariah dan Hukum	$\frac{3248}{19715} \times 202$	33
7.	Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	$\frac{3502}{19715} \times 202$	36
8.	Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	$\frac{1394}{19715} \times 202$	14
9.	Fakultas Sains dan Teknologi	$\frac{1718}{19715} \times 202$	18
Total			202

Maka, dari 202 jumlah sampel yang telah ditentukan, pembagian jumlah sampel dari masing-masing fakultas sesuai pada rumus *stratified random sampling* dan ditampilkan pada tabel di atas.

### 3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode yang dilaksanakan saat mengumpulkan data ialah dengan menyebarkan google form pada responden. Dari data tersebut menghasilkan kuesioner yang memiliki variabel dari model.

Diadopsi dari Ismail et al. (2013), kegiatan yang melaksanakan sebuah pengumpulan data dengan dibantu kuesioner dari responden dalam mendapatkan informasi atau data. Kuesioner dikelompokkan ke dalam 2 bagian, yakni:

1. Kuesioner yang memuat informasi mengenai identitas dan karakter responden yang terbagi atas jenis kelamin, nama, usia, program studi, fakultas, dan lama penggunaan media sosial setiap harinya.
2. Kuisisioner bagian kedua memuat pertanyaan seputar *information overload*, yang dibagi menjadi:
  - 1) Pertanyaan mengenai pengaruh *information overload* berjumlah 3 butir pertanyaan dengan nomor 1-3.
  - 2) Pertanyaan mengenai pengaruh *communication overload* berjumlah 3 butir pertanyaan dengan nomor 4-6.
  - 3) Pertanyaan mengenai pengaruh *social overload* berjumlah 5 butir pertanyaan dengan nomor 7-11.
  - 4) Pertanyaan mengenai *technostress* berjumlah 6 butir pertanyaan dengan nomor 12-17.
  - 5) Pertanyaan mengenai *exhaustion* berjumlah 3 butir pertanyaan dengan nomor 18-20.
  - 6) Pertanyaan mengenai *Academic Performance* berjumlah 4 butir pertanyaan dengan nomor 21-24.

Pengukuran data dengan menggunakan skala likert (Sugiyono, 2018) pada setiap variabel yang diteliti. Pemberian bobot untuk kuesioner nantinya dijabarkan menggunakan nilai 1 – 5 dari skala likert.

### 3.5 Metode Analisis Data

Saat melaksanakan sebuah analisis data, ada dua tahapan yang dilaksanakan, yakni:

1. Uji Validitas

Untuk menyatakan sebuah kuesioner tersebut valid bisa dilakukan penghitungan dengan uji validitas. Pernyataan valid ini bisa didapat dari kuesioner jika terdapat pernyataan dengan bisa memberikan penjelasan mengenai hasil akhir yang telah dilakukan pengukuran dengan bantuan kuesioner.

2. Uji Reliabilitas

Kuesioner ini ialah sebuah poin atau indikator yang digunakan oleh variabel dengan menerapkan uji reliabilitas. Hal ini bisa didukung jika reliabel dari jawaban ini menunjukkan hasil yang konsisten.

### 3.6 Teknik Analisis Data

Terdapat tahapan yang nantinya akan dipakai dalam melakukan analisis data berdasarkan PLS-SEM yaitu sebagai berikut (Mindra, 2008):

1. Merancang model struktural

Model ini merupakan model yang memiliki rancangan atas dasar keterkaitan yang terjadi antar suatu variabel laten. Model ini memiliki tiga variabel laten eksogen (*information overload*, *communication overload*, *social overload*) dan variabel laten endogen (*technostress*, *exhaustion*, dan performa akademik). Terdapat interaksi yang terjadi pada variabel ini dengan bentuk sebab akibat yang memiliki keterkaitan dan kepengaruhannya.

2. Merancang model pengukuran

Model ini merupakan model yang memiliki hubungan atas variabel laten juga variabel manifest. Dalam variabel laten *information overload* memiliki tiga variabel manifest. Lalu variabel laten *communication overload* dengan tiga variabel manifest, variabel *social overload* dengan lima variabel manifest, variabel *technostress* dengan enam variabel manifest, variabel *exhaustion* dengan tiga variabel manifest, dan variabel performa akademik terdiri dari empat variabel manifest. Setiap variabel laten terdiri dari dimensi dan variabel manifest (observed variables), maka pendekatan PLS yang digunakan adalah *second order factor model*.

3. Mengkonstruksi diagram jalur  
Langkah selanjutnya yaitu menciptakan sebuah diagram jalur agar dapat menghubungkan antara variabel laten eksogen dan endogen serta indikatornya.
4. Mengevaluasi model pengukuran  
Melaksanakan evaluasi kepada tiap model pengukuran dalam masing-masing indikator agar dapat memahami nilai-nilai pengukuran dengan nilai yang paling baik dengan menerapkan nilai AVE.
5. Menguji hipotesis model struktural dan pengukuran  
Dalam penelitian ini pengujian hipotesis dengan menggunakan metode bootstrap resampling. Teknik ini digunakan agar dapat memastikan bahwa data-data yang dipergunakan nantinya akan mendapat terjajah dengan bebas, tidak memerlukan pendapat yang bermacam-macam serta sampel yang diperlukan juga sederhana dan tidak terlalu besar.

### 3.6 Hipotesis

Hipotesis yang diajukan adalah sebagai berikut:

**H1<sub>a</sub>** : *Information overload* berpengaruh terhadap *technostress*

Informasi yang berlebihan dari internet dan media sosial juga dapat memberikan gangguan. Individu cenderung mengalami rasa kebingungan ketika menghadapi banyaknya informasi yang diterima (S. Zhang et al., 2016). Pada penelitian yang dikemukakan oleh (Misra & Stokols, 2012) menyatakan bahwa tingginya tingkat *information overload* atau penerimaan informasi yang berlebihan dapat berhubungan positif dengan stress.

**H1<sub>b</sub>** : *Information overload* berpengaruh terhadap *exhaustion*

Ketika jumlah informasi yang diterima melebihi kemampuan individu untuk dapat memproses secara efektif, maka *information overload* sangat mungkin terjadi, dan mengakibatkan emosi menjadi negatif (Ragu-Nathan et al., 2008). *Information overload* juga dapat menjadi masalah serius bagi individu yang memiliki keterbatasan kognitif sehingga mudah merasa lelah. Riset terdahulu yang telah dilaksanakan oleh (Lee et al., 2016) tersebut mengemukakan jika ada hubungan dari *information overload* dengan *exhaustion*.

**H2<sub>a</sub>** : *Communication overload* berpengaruh terhadap *technostress*

Agar individu tetap terhubung dengan teman-teman di berbagai media sosial, maka mereka harus memeriksa media sosial secara terus-menerus untuk memastikan bahwa tidak ada pesan yang. Komunikasi *online* yang dilakukan secara terus menerus ini dapat menjadi beban kognitif yang bisa menjadikan pengguna jatuh dalam keadaan stres akibat komunikasi yang berlebihan karena harus berpartisipasi pada banyaknya komunikasi secara *online* (Lee et al., 2016).

**H2<sub>b</sub>** : *Communication overload* berpengaruh terhadap *exhaustion*

Merasa tidak mampu menghadapi banyaknya komunikasi dan bersosialisasi di media sosial dapat memicu kelelahan (S. Zhang et al., 2016). Sedangkan bagi mahasiswa, komunikasi yang dilakukan di media sosial dapat mengganggu jam belajar dan meningkatkan kesulitan untuk berkonsentrasi pada jam pelajaran dan membuat mereka merasa lelah (Lee et al., 2016).

**H3<sub>a</sub>** : *Social overload* berpengaruh terhadap *technostress*

Saat menggunakan media sosial, pengguna cenderung menghabiskan banyak waktu dan energi daripada yang mereka perlukan karena begitu banyaknya media sosial yang diikuti. Ketika individu mengalami *social overload*, mereka mungkin merasakan efek kelelahan (Amandeep Dhir et al., 2018). Efek kelelahan yang dikombinasikan dengan tuntutan sosial, membuat individu berada di bawah situasi yang mengarah ke *technostress*.

**H3<sub>b</sub>** : *Social overload* berpengaruh terhadap *exhaustion*

Dengan media sosial yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi dengan orang lain tanpa batas, dapat membuat pengguna merasa lelah dan tidak nyaman ketika menanggapi begitu banyaknya interaksi di media sosial. Seperti yang dijelaskan oleh (Maier et al., 2015), *social overload* adalah kondisi dimana pengguna memberikan terlalu banyak dukungan sosial kepada orang lain di media sosial. Hal ini dapat menyebabkan perasaan lelah.

**H4** : *Technostress* berpengaruh terhadap *exhaustion*

Kondisi yang menggambarkan pengguna yang merasa lelah ketika beraktivitas menggunakan TI (Maier et al., 2015). Oleh karena itu, asumsi

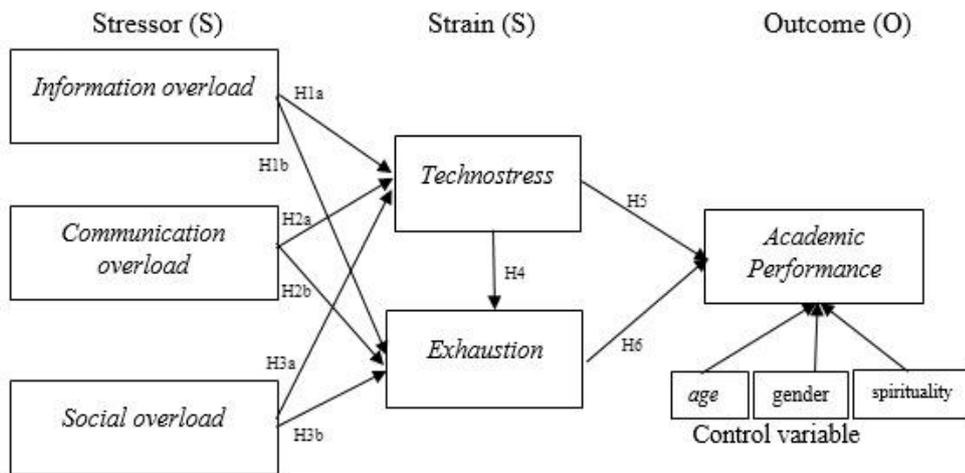
bahwa *technostress* dapat menginduksi kelelahan, hal ini menjelaskan mengapa banyak pengguna yang merasa lelah saat menggunakan media sosial.

**H<sub>5</sub>** : *Technostress* berpengaruh terhadap *academic performance*

Kondisi *technostress* mengambil banyak energi yang berpotensi menghabiskan waktu belajar guna mencapai performa akademik yang lebih baik. Individu yang mengalami *technostress* cenderung sulit untuk melakukan keseimbangan antara penggunaan teknologi dan studi.

**H<sub>6</sub>** : *Exhaustion* berpengaruh terhadap *academic performance*

Penggunaan media sosial yang terus menerus, semakin banyak orang merasa bahwa mereka sedang menghadapi lebih banyak informasi daripada yang mereka harapkan. Pengguna harus menghabiskan banyak energi di media sosial dan internet sehingga merasa kelelahan. Dalam konteks pendidikan, (Yu et al., 2019) menyimpulkan bahwa *exhaustion* dapat mengganggu performa akademik karena tidak dapat berkonsentrasi untuk belajar.



**Gambar 3.2** Hipotesis (Yu et al., 2019)

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Deskripsi Objek Penelitian

Objek riset yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan peranan mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan pendidikan strata 1 yang aktif menggunakan media sosial dan internet. Pada bab ini akan menjelaskan mengenai PLS-SEM (Partial Least Square Structural Equation Modeling) yang digunakan untuk menganalisis pengaruh *overload* penggunaan media sosial terhadap performa akademik mahasiswa.

#### 4.2 Penentuan Sampel

Penelitian ini menggunakan mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya strata-1 sebagai sampel. Sesuai dengan data PDDikti KEMDIKBUD Tahun 2021 yang menunjukkan jumlah populasi mahasiswa strata-1 UIN Sunan Ampel Surabaya sebesar 19.715 mahasiswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *proportionate stratified random sampling* dengan tingkat error 7% yang berarti jumlah dari sampel yang harus dipenuhi yakni 202 sampel dan diproporsionalkan jumlah sampelnya pada setiap fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya.

#### 4.3 Deskripsi Data Sebaran

Didalam penelitian ini kuesioner disebarakan dengan menggunakan media google *form* dan disebarakan secara online. Dibawah ini merupakan gambaran dari Google form yang disebarakan kepada mahasiswa:



#### Analisis Pengaruh Information Overload Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Menggunakan Stressor Strain Outcome Perspective

Assalamu'alaikum Wr. Wb.  
Nama saya Muqoffi Khoisyatullah, mahasiswa Program Studi Sistem Informasi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Saat ini saya sedang melakukan penelitian yang berjudul "Analisis Pengaruh Information Overload Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Menggunakan Stressor Strain Outcome Perspective".  
Pada kesempatan ini, saya memohon kesediaan saudara/saudari untuk membantu mengisi kuesioner saya dengan kriteria sebagai berikut:

1. Mahasiswa Strata 1 UIN Sunan Ampel Surabaya
2. Aktif menggunakan internet dan media sosial

Pengisian kuesioner ini bersifat sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Seluruh data dan jawaban yang Anda berikan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya dan tidak akan mencantumkan identitas anda.

Sebagai bentuk terima kasih, responden memiliki kesempatan untuk mendapatkan reward berupa saldo e-wallet (OVO/Shopeepay/Go Pay/DANA) yang akan dipilih secara acak sebanyak 50 orang dan akan langsung dikirim setelah penelitian ini selesai.

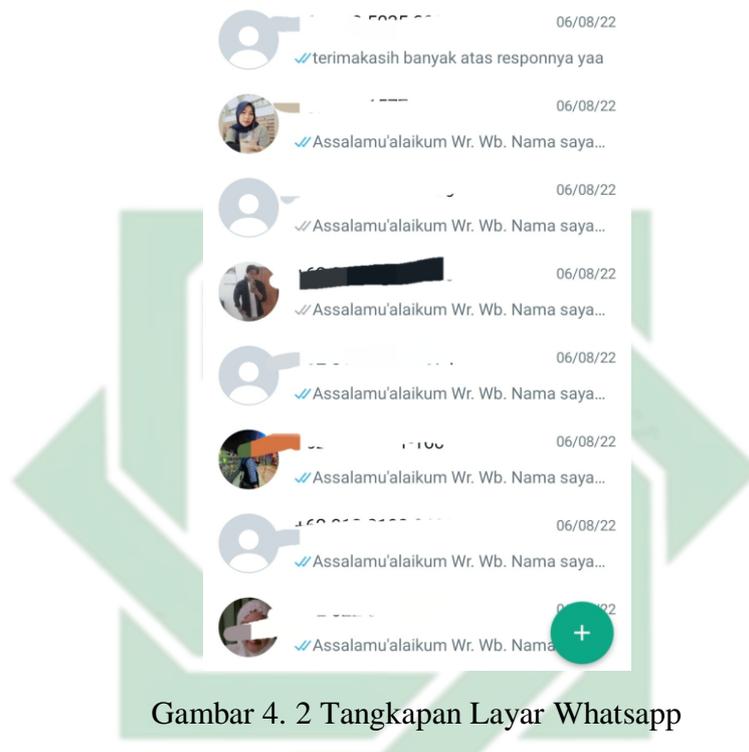
Jika terdapat pertanyaan terkait pengisian kuesioner silakan hubungi melalui email: [muqoffihos@gmail.com](mailto:muqoffihos@gmail.com)

Akhir kata saya ucapkan terima kasih atas ketersediaan teman-teman dalam mengisi kuesioner ini.

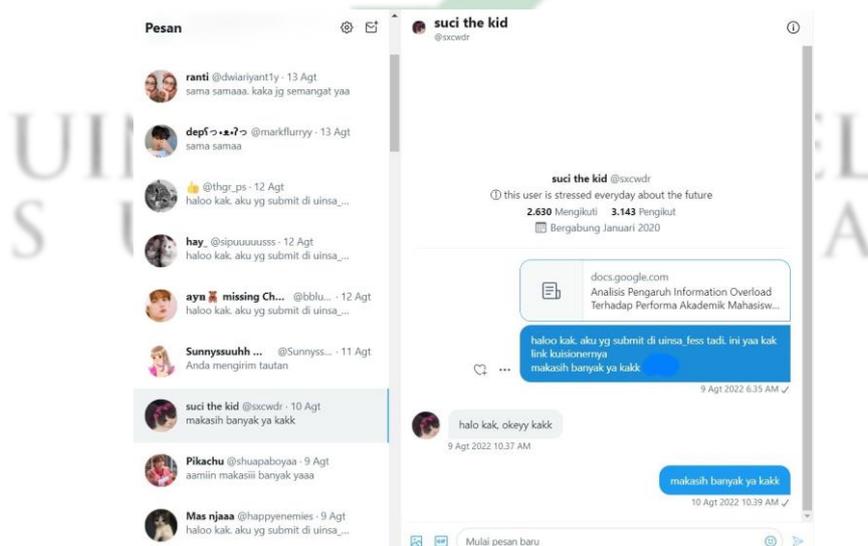
Hormat saya,  
Muqoffi Khoisyatullah

Gambar 4. 1 Tangkapan Layar Google Form

Kuisisioner disebarkan kepada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya melalui berbagai macam *platform* seperti WhatsApp dan Twitter. Dibawah ini merupakan gambar tangkapan layar dari penyebaran kuisisioner melalui whatsapp dan twitter:



Gambar 4. 2 Tangkapan Layar Whatsapp



Gambar 4. 3 Tangkapan Layar Twitter

Setelah pengambilan data dengan menyebarkan kuisioner secara online, didapatkan 233 sampel dari 9 fakultas di UIN Sunan Ampel Surabaya dan diambil sebanyak 202 sampel yang telah diproporsionalkan ke 9 fakultas yang terdapat di UIN Sunan Ampel Surabaya. Berikut adalah deskripsi sebaran data dari para responden:

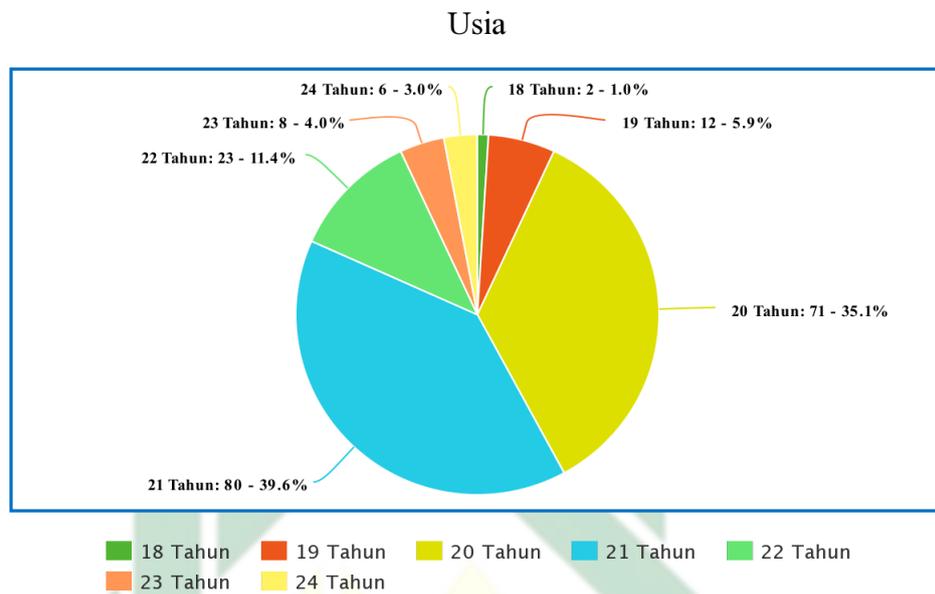
Tabel 4. 1 Data Demografis Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>		
18 Tahun	2	1%
19 Tahun	12	6%
20 Tahun	71	35%
21 Tahun	80	40%
22 Tahun	23	11%
23 Tahun	8	4%
24 Tahun	6	3%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	64	32%
Perempuan	138	68%
<b>Asal Fakultas</b>		
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam	29	14%
Fakultas Dakwah dan Komunikasi	28	14%
Fakultas Adab dan Humaniora	16	8%
Fakultas Psikologi dan Kesehatan	8	4%
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat	20	10%
Fakultas Syariah dan Hukum	33	16%
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	36	18%
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	14	7%
Fakultas Sains dan Teknologi	18	9%

**a. Data Demografi Responden Berdasarkan Usia**

Dari Gambar 4.4 di bawah merupakan sebaran data responden berdasarkan usia. Gambar 4.4 menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini didominasi oleh responden dengan usia 21 tahun sebanyak 80 responden dengan persentase

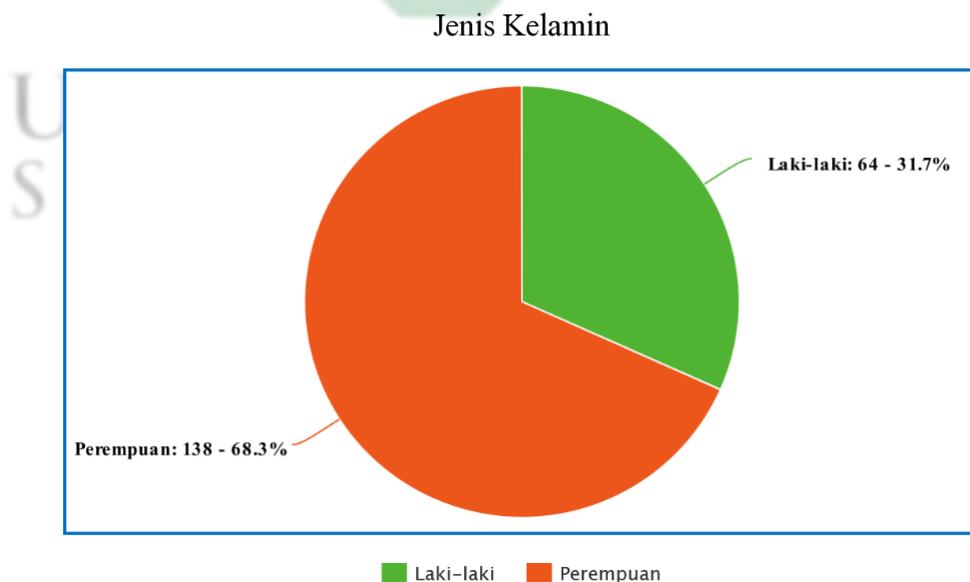
39.6% dari keseluruhan data responden. Sedangkan responden dengan usia 18 tahun berjumlah hanya 2 responden dengan persentase 1%.



Gambar 4. 4 Demografi Usia Responden

**b. Data Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

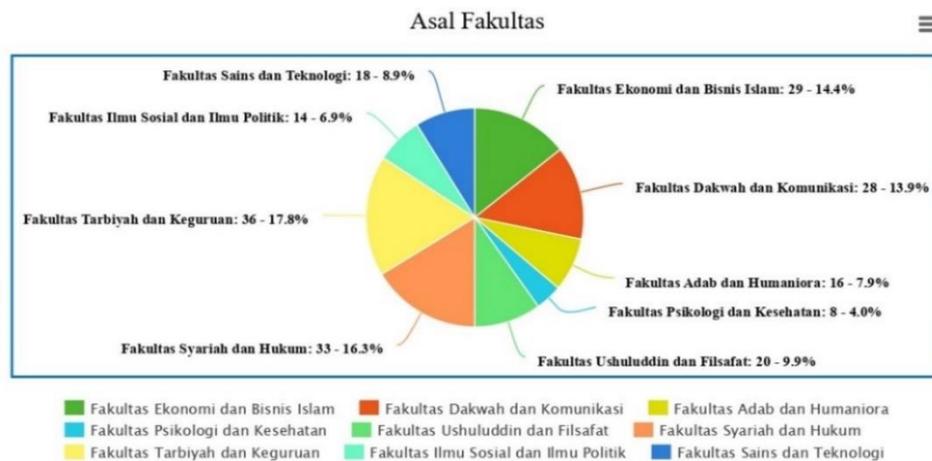
Sebaran data responden berdasarkan jenis kelamin berikut pada Gambar 4.5 menunjukkan bahwa responden perempuan mendominasi dengan jumlah 138 responden dengan persentase 68.3% sedangkan responden laki-laki berjumlah 64 dengan persentase 31.7%.



Gambar 4. 5 Demografi Jenis Kelamin Responden

**c. Data Demografi Responden Berdasarkan Asal Fakultas**

Sebaran data responden berdasarkan asal fakultas dilihat dari Gambar 4.6 menunjukkan responden yang berasal dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan mendominasi dengan banyaknya responden dari fakultas tersebut sebanyak 36 yang memiliki persentase 17.8%. Persentase responden paling rendah yaitu responden dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan dengan persentase 4% yang berjumlah 8 responden.



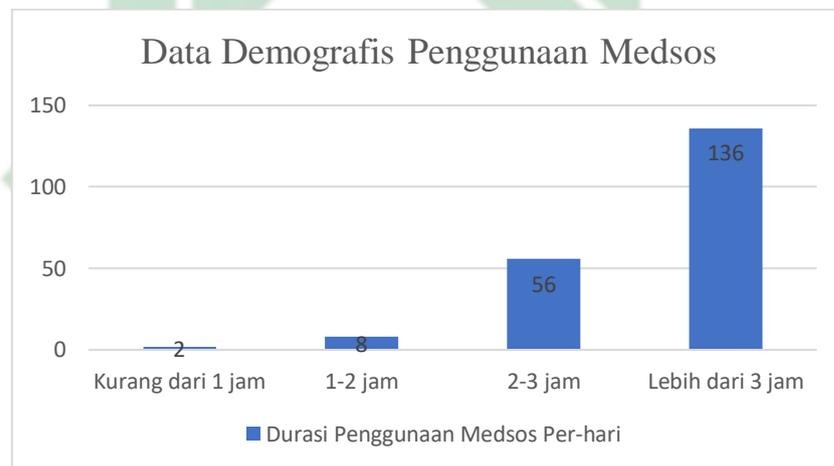
Gambar 4. 6 Demografi Asal Fakultas

**d. Data Demografi Responden Berdasarkan Penggunaan Media Sosial**

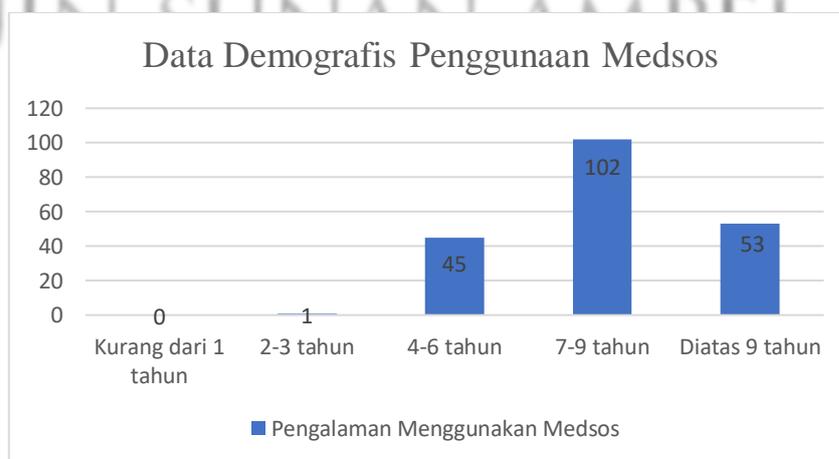
Tabel 4. 2 Data Demografis Penggunaan Media Sosial

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
<b>Durasi Penggunaan Medsos</b>		
Per-hari	2	1%
Kurang dari 1 jam	8	4%
1-2 jam	56	28%
2-3 jam	136	67%
Diatas 3 jam		
<b>Pengalaman Menggunakan Medsos</b>		
Medsos	0	0%
Kurang dari 1 tahun	1	0,5%
2-3 tahun	45	22%
4-6 tahun	102	51%
7-9 tahun	53	26%
Diatas 9 tahun		

Pada Tabel 4.2 di atas menyatakan jika data penelitian yang diperoleh dari responden yang telah mengisi survey atau kuesioner tersebut kebanyakan dari pengguna media sosial yang rata-rata perhari menggunakan sosial media > 3 jam dengan jumlah total responden sebanyak 67% dari total keseluruhan, tepatnya yaitu sebanyak 136 orang. Hal tersebut menggambarkan jika sebagian besar mahasiswa sangat ketergantungan menggunakan media sosial dengan jangka waktu penggunaan yang cukup lama. Selain dari itu, dapat juga dilihat dari Tabel 4.2 bahwasannya kebanyakan responden memiliki pengalaman dalam menggunakan media sosial selama 7 hingga 9 tahun dengan data sebanyak 102 responden (51%). Berikut data demografis responden dalam penggunaan media sosial per-hari dan data demografis responden dalam pengalaman tahun penggunaan media sosial.



Gambar 4. 7 Demografi Penggunaan Medsos Per-hari



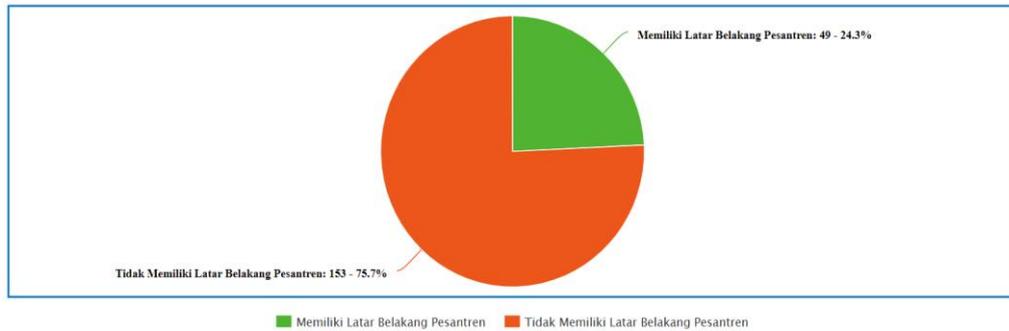
Gambar 4. 8 Demografi Pengalaman Menggunakan Medsos

**e. Data Demografi Responden Berdasarkan Spiritualitas**

Tabel 4. 3 Data Demografis Spiritualitas Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Memiliki Latar Belakang Pesantren	49	24%
Tidak Memiliki Latar Belakang Pesantren	153	76%

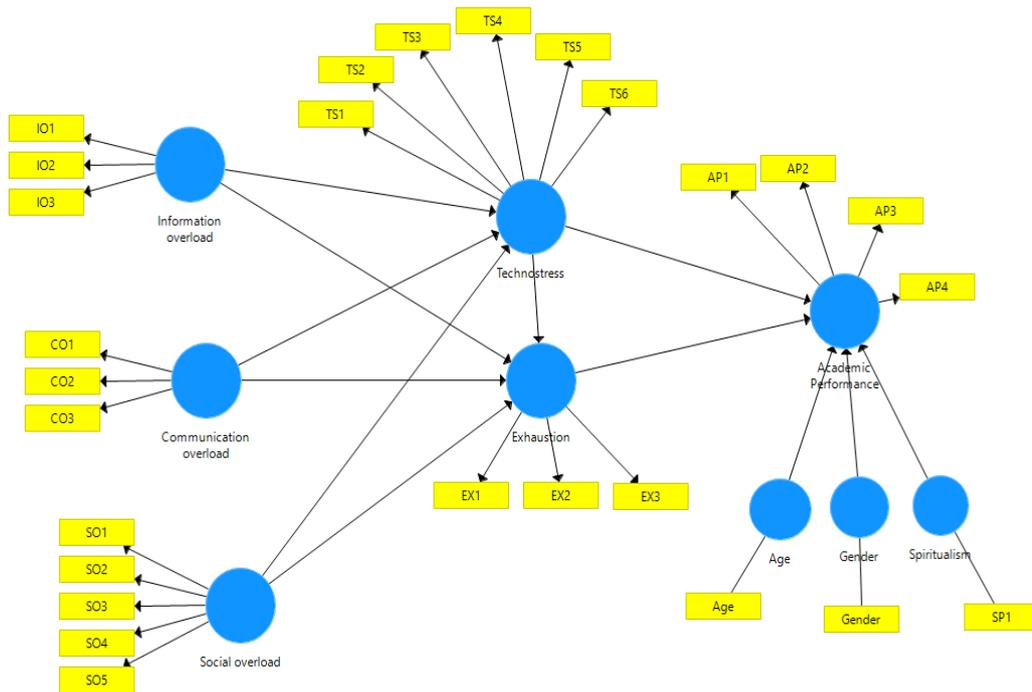
Pada Tabel 4.3 data demografis terhadap 202 responden di atas, terdapat 49 responden (24%) yang memiliki latar belakang pesantren, dan responden yang tidak memiliki latar belakang pesantren mendominasi dengan jumlah 153 responden (76%).



Gambar 4. 9 Demografi Spiritualitas Responden

**4.4 Rancangan Model Analisis**

Riset pada penelitian ini menggunakan model yang dirancang dengan menggunakan bentuk model SSO sesuai dengan penelitian terdahulu yang telah dikemukakan oleh (Yu et al., 2019). Variabel penelitian pada rancangan model analisis berikut menggunakan variabel sesuai pada penelitian (Yu et al., 2019) dengan variabel kontrol *spirituality*, *age*, *gender* yang telah ditambahkan dan dirancang menggunakan bantuan *software* Smart PLS 3.0. Lebih jelasnya digambarkan pada Gambar 4.10 berikut.



Gambar 4. 10 Rancangan Model Analisis

Pada Gambar 4.10 diatas, kita dapat melihat variabel eksogen pada penelitian ini adalah *information overload*, *communication overload*, *social overload*. Variabel eksogen memberi pengaruh terhadap variabel endogen. Dan variabel endogen pada penelitian ini adalah *technostress*, *exhaustion* dan *academic performance*. Variabel *Age*, *gender* dan *Spirituality* bertindak sebagai variabel kontrol untuk meneliti pengaruh terhadap variabel dependen *academic performance*.

#### 4.5 Analisis Outer Model

Analisis *outer model* atau analisis terhadap model pengukuran pada Smart PLS, Tahapan analisis *outer model* dipisahkan jadi 2 tahapan yakni uji validitas diskriminan serta uji validitas konvergen.

##### 4.5.1 Uji Validitas Konvergen

Uji validitas konvergen tersebut memiliki tujuan agar dapat mendapat informasi akankah suatu indikator tersebut dapat memberi dampak variabel. Untuk menentukannya dapat disaksikan pada nilai *outer loading* serta AVE-nya. Tabel berikut adalah hasil pengukuran *outer model* penelitian:

Tabel 4. 4 Uji Validitas Konvergen

Variabel		Indikator	<i>Outer Loading</i>	<i>Composite Reliability</i>	AVE
<i>Information Overload</i>	IO	IO1	0,777	0,792	0,559
		IO2	0,702		
		IO3	0,763		
<i>Communication Overload</i>	CO	CO1	0,721	0,812	0,591
		CO2	0,767		
		CO3	0,815		
<i>Social Overload</i>	SO	SO1	0,798	0,868	0,568
		SO2	0,759		
		SO3	0,717		
		SO4	0,760		
		SO5	0,734		
<i>Technostress</i>	TS	TS1	0,749	0,897	0,593
		TS2	0,800		
		TS3	0,777		
		TS4	0,778		
		TS5	0,759		
		TS6	0,757		
<i>Exhaustion</i>	EX	EX1	0,811	0,829	0,619
		EX2	0,828		
		EX3	0,718		
<i>Academic Performance</i>	AP	AP1	0,749	0,860	0,607
		AP2	0,757		
		AP3	0,729		
		AP4	0,872		
<i>Age</i>			1,000	1,000	1,000
<i>Gender</i>			1,000	1,000	1,000
<i>Spirituality</i>			1,000	1,000	1,000

Pada Tabel 4.4 diatas menjelaskan bahwa setiap variabel serta indikator memiliki nilai *outer loading* > 0,7 dan nilai AVE pada setiap variabel > 0,5. Maka seluruh indikator diatas telah memenuhi syarat validitas konvergen karena memiliki nilai *outer loading* diatas 0,7 pada setiap indikator, dan nilai AVE diatas 0,5 pada setiap variabel.

#### 4.5.2 Uji Validitas Diskriminan

Langkah selanjutnya setelah melakukan uji validitas konvergen yakni melakukan pengujian validitas diskriminan untuk menguji validitas dari indikator. Indikator dinyatakan valid pada tahapan ini jika nilai yang terdapat dari masing-masing indikator yang menghitung variabel tersebut memiliki nilai yang lebih

tinggi dari nilai yang ada pada variabel lainnya. Tabel berikut menunjukkan nilai *cross loading* pada tahap uji validitas diskriminan:

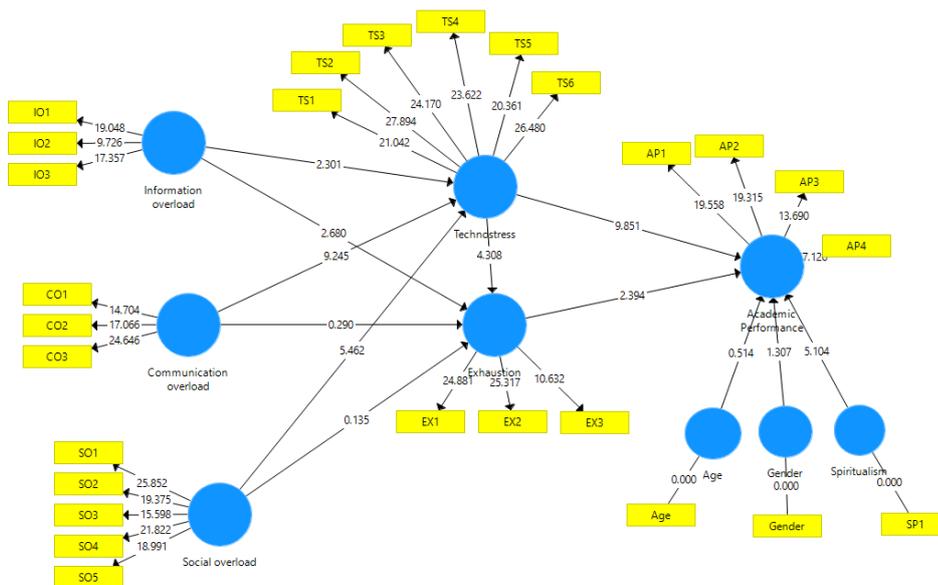
Tabel 4. 5 Uji Validitas Diskriminan

Kode	AP	Age	CO	EX	Gender	IO	SO	SP	TS
AP1	0.749	-0.089	0.412	0.111	0.061	0.167	0.360	-0.239	0.416
AP2	0.757	-0.017	0.368	0.080	0.105	0.188	0.237	-0.250	0.326
AP3	0.729	-0.106	0.260	0.132	-0.009	0.149	0.183	-0.220	0.308
AP4	0.872	-0.161	0.427	0.124	0.103	0.315	0.333	-0.323	0.490
Age	-0.126	1.000	0.076	-0.131	0.127	-0.117	-0.165	0.199	-0.113
CO1	0.416	0.008	0.721	0.267	0.118	0.341	0.419	-0.106	0.574
CO2	0.292	0.078	0.767	0.296	0.134	0.442	0.306	0.051	0.532
CO3	0.394	0.089	0.815	0.379	0.149	0.339	0.354	-0.056	0.523
EX1	0.153	-0.076	0.416	0.811	0.067	0.379	0.276	-0.097	0.468
EX2	0.129	-0.130	0.285	0.828	-0.091	0.347	0.296	-0.066	0.427
EX3	0.032	-0.112	0.241	0.718	-0.008	0.276	0.215	0.061	0.312
Gender	0.090	0.127	0.174	-0.010	1.000	0.069	-0.025	0.061	0.066
IO1	0.282	-0.174	0.432	0.339	-0.009	0.777	0.394	-0.107	0.443
IO2	0.033	0.009	0.221	0.332	0.048	0.702	0.262	-0.001	0.293
IO3	0.273	-0.076	0.415	0.298	0.124	0.763	0.314	-0.048	0.397
SO1	0.259	-0.145	0.320	0.223	-0.087	0.259	0.798	-0.049	0.451
SO2	0.320	-0.156	0.279	0.234	-0.160	0.275	0.759	-0.127	0.404
SO3	0.212	-0.101	0.321	0.306	0.048	0.389	0.717	-0.174	0.410
SO4	0.318	-0.120	0.401	0.195	-0.004	0.323	0.760	-0.006	0.532
SO5	0.275	-0.103	0.427	0.310	0.086	0.393	0.734	-0.102	0.468
SP	0.337	-0.199	0.049	0.058	-0.061	0.075	0.119	1.000	0.072
TS1	0.344	-0.088	0.504	0.490	0.052	0.451	0.460	-0.059	0.749
TS2	0.427	-0.103	0.563	0.418	0.120	0.455	0.503	-0.033	0.800
TS3	0.388	-0.098	0.549	0.359	0.036	0.296	0.413	-0.044	0.777
TS4	0.423	-0.129	0.560	0.368	0.072	0.321	0.483	-0.043	0.778
TS5	0.261	-0.071	0.527	0.376	0.062	0.469	0.480	0.055	0.759
TS6	0.480	-0.033	0.563	0.394	-0.037	0.370	0.453	-0.195	0.757

Pada Tabel 4.5 diatas menunjukkan jika nilai *cross loading* yang terdapat di setiap indikator yang dicetak tebal mempunyai nilai yang lebih tinggi dibanding nilai dalam variabel lainnya dalam setiap baris. Sehingga dapat dikatakan bahwa setiap indikator dan variabel terbukti valid dan memenuhi tahap *discriminant validity*.

#### 4.6 Analisis Inner Model

Setelah tahapan *outer model* maka tahap selanjutnya adalah *inner model* atau tahap untuk menganalisis terhadap model berbentuk struktural yang melalui Smart PLS. Tahap *inner model* dilakukan melalui tahapan koefisien determinasi ( $R^2$ ) dan uji hipotesis. Hasil dari analisis *inner model* adalah sebagai berikut:



Gambar 4. 11 Analisis Inner Model

Pada Gambar 4.11 di atas merupakan *output* model setelah dilakukan *bootstrapping*. Nilai dari setiap indikator terhadap variabel laten dapat dilihat dari hasil analisis dari tahapan *bootstrapping* pada Tabel 4.6 di bawah.

Tabel 4. 6 Hasil Analisis Inner Model

Konstruk	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviatiton (STDEV)	T Statistic (\O/STD EV)	P Values
IO1 <- Information overload	0.777	0.777	0.041	19.048	0.000
IO2 <- Information overload	0.702	0.699	0.072	9.726	0.000
IO3 <- Information overload	0.763	0.760	0.044	17.357	0.000
CO1 <- Communication overload	0.721	0.721	0.049	14.704	0.000
CO2 <- Communication overload	0.767	0.765	0.045	17.066	0.000
CO3 <- Communication overload	0.815	0.814	0.033	24.646	0.000
SO1 <- Social overload	0.798	0.796	0.031	25.852	0.000
SO2 <- Social overload	0.759	0.757	0.039	19.375	0.000
SO3 <- Social overload	0.717	0.711	0.046	15.598	0.000
SO4 <- Social overload	0.760	0.760	0.035	21.822	0.000

SO5 <- Social overload	0.734	0.733	0.039	18.991	0.000
TS1 <- Technostress	0.749	0.749	0.036	21.042	0.000
TS2 <- Technostress	0.800	0.800	0.029	27.894	0.000
TS3 <- Technostress	0.777	0.775	0.032	24.170	0.000
TS4 <- Technostress	0.778	0.777	0.033	23.622	0.000
TS5 <- Technostress	0.759	0.757	0.037	20.361	0.000
TS6 <- Technostress	0.757	0.756	0.029	26.480	0.000
EX1 <- Exhaustion	0.811	0.808	0.033	24.881	0.000
EX2 <- Exhaustion	0.828	0.826	0.033	25.317	0.000
EX3 <- Exhaustion	0.718	0.713	0.068	10.632	0.000
AP1 <- Academic Performance	0.749	0.747	0.038	19.558	0.000
AP2 <- Academic Performance	0.757	0.756	0.039	19.315	0.000
AP3 <- Academic Performance	0.729	0.729	0.053	13.690	0.000
AP4 <- Academic Performance	0.872	0.873	0.015	57.126	0.000
Age <- Age	1.000	1.000	0.000		
Gender <- Gender	1.000	1.000	0.000		
SP1 <- Spiritualism	1.000	1.000	0.000		

Dari Tabel 4.6 diatas menunjukkan setiap indikator memiliki masing-masing nilai terhadap variabel latennya.

#### Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi ( $R^2$ ) dilaksanakan sebagai bentuk untuk menilai seberapa kuat pengaruhnya pada variabel endogen. Dikatakan kuat apabila memiliki nilai skor 0,67 dikatakan sebagai moderat hanya apabila memiliki nilai skor 0,33 serta dapat dikatakan melemah jika memiliki nilai skor 0,19 (Chin, 1998).

Berikut ini adalah tabel dari nilai *R Square*.

**Tabel 4. 7** Nilai R Square

Variabel	<i>Adjusted R Square</i>
<i>Academic Performance</i>	0,360
<i>Exhaustion</i>	0,295
<i>Technostress</i>	0,605

Dari Tabel 4.7 di atas terlihat bahwa variabel *academic performance* memiliki skor nilai 0,360 yang artinya moderat. Variabel *exhaustion* memiliki skor nilai 0,295 maknanya lemah serta variabel *technostress* memiliki skor nilai 0,605 yang artinya moderat.

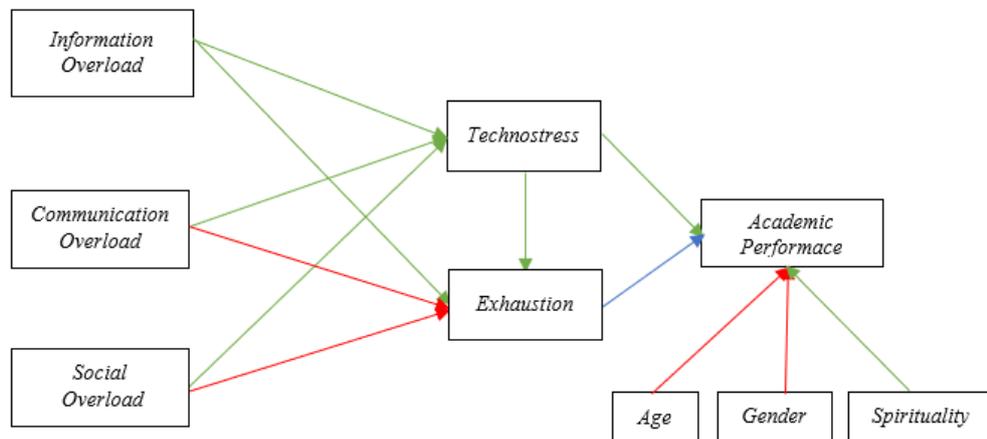
#### 4.7 Uji Hipotesis

*Path Coefficient* untuk menentukan diterima atau ditolaknya suatu hipotesis dalam penelitian ini. Hasil perhitungan dari bootstrapping adalah untuk menampilkan nilai *t-statistic* dan *p-value* dapat dilihat pada Tabel 4.8 berikut.

**Tabel 4. 8** Hasil Uji Hipotesis Model

<b>Hipotesis</b>	<b>Original Sample (O)</b>	<b>T Statistik</b>	<b>P Value</b>	<b>Hasil Uji</b>
H1a <i>Information overload -&gt; Technostress</i>	0,133	2,279	0,023	<b>Diterima</b>
H1b <i>Information overload -&gt; Exhaustion</i>	0,219	2,783	0,006	<b>Diterima</b>
H2a <i>Communication overload -&gt; Technostress</i>	0,495	8,363	0,000	<b>Diterima</b>
H2b <i>Communication overload -&gt; Exhaustion</i>	0,028	0,287	0,775	<b>Ditolak</b>
H3a <i>Social overload -&gt; Technostress</i>	0,314	5,316	0,000	<b>Diterima</b>
H3b <i>Social overload -&gt; Exhaustion</i>	-0,012	0,143	0,886	<b>Ditolak</b>
H4 <i>Technostress -&gt; Exhaustion</i>	0,397	4,426	0,000	<b>Diterima</b>
H5 <i>Technostress -&gt; Academic Performance</i>	0,567	9,631	0,000	<b>Diterima</b>
H6 <i>Exhaustion -&gt; Academic Performance</i>	-0,174	2,307	0,021	<b>Diterima</b>
<i>Age -&gt;Academic Performance</i>	-0,034	0,544	0,587	<b>Ditolak</b>
<i>Gender -&gt;Academic Performance</i>	0,074	1,300	0,194	<b>Ditolak</b>
<i>Spirituality -&gt;Academic Performance</i>	0,304	5,096	0,000	<b>Diterima</b>

Pada Gambar 4.12 berikut diberikan gambaran dalam bentuk visualisasi sederhana dari hasil analisis *path coefficient* uji hipotesis agar lebih mudah dipahami.



**Gambar 4. 12** Visualisasi *Path Coefficient*

Keterangan:

- ▶ Memiliki pengaruh positif dan signifikan
- ▶ Memiliki pengaruh negatif dan signifikan
- ▶ Tidak memiliki pengaruh signifikan

Pada Tabel 4.9 berikut juga dicantumkan rangkuman sifat pengaruh antar variabel dilihat dari nilai *original sample* yang menunjukkan arah hubungan pada hipotesis yang telah diuji.

**Tabel 4. 9** Sifat Pengaruh Dalam Model

Hipotesis	<i>Original Sample</i> (O)	Arah Hubungan
H1a = Terdapat pengaruh signifikan dari <i>Information overload</i> terhadap <i>Technostress</i>	0,133	Positif dan Signifikan
H1b = Terdapat pengaruh signifikan dari <i>Information overload</i> terhadap <i>Exhaustion</i>	0,219	Positif dan Signifikan
H2a = Terdapat pengaruh signifikan dari <i>Communication overload</i> terhadap <i>Technostress</i>	0,495	Positif dan Signifikan

H2b = Tidak terdapat pengaruh dari <i>Communication overload</i> terhadap <i>Exhaustion</i>	0,028	Tidak Signifikan
H3a = Terdapat pengaruh signifikan dari <i>social overload</i> terhadap <i>Technostress</i>	0,314	Positif dan Signifikan
H3b = Tidak terdapat pengaruh dari <i>social overload</i> terhadap <i>Exhaustion</i>	-0,012	Tidak Signifikan
H4 = Terdapat pengaruh signifikan dari <i>Technostress</i> terhadap <i>Exhaustion</i>	0,397	Positif dan Signifikan
H5 = Terdapat pengaruh dari <i>Technostress</i> terhadap <i>Academic Performance</i>	0,567	Positif dan Signifikan
H6 = Terdapat pengaruh dari <i>Exhaustion</i> terhadap <i>Academic Performance</i>	-0,174	Negatif dan Signifikan
Tidak terdapat pengaruh dari <i>Age</i> terhadap <i>Academic Performance</i>	-0,034	Tidak Signifikan
Tidak terdapat pengaruh dari <i>Gender</i> terhadap <i>Academic Performance</i>	0,074	Tidak Signifikan
Terdapat pengaruh dari <i>Spirituality</i> terhadap <i>Academic Performance</i>	0,304	Positif dan Signifikan

Dari hasil uji *path coefficient* atau uji hipotesis pada Tabel 4.8 diatas, untuk melihat tingkat signifikansi dalam pengujian hipotesis adalah dengan memantau nilai T tabel terlebih dahulu. Nilai T Tabel dengan jumlah sampel 202 adalah 1,65. Apabila nilai T Statistik lebih dari 1,65 (nilai T tabel) maka hubungan variabelnya memiliki hubungan yang cukup signifikan. Sedangkan jika pada *P Value*, variabel akan memberikan pengaruh signifikan apabila mempunyai nilai 0,000 atau dibawah 0,05. Nilai *original sample* digunakan untuk menilai arah hubungan apakah negatif atau positif pada hubungan antar variabel. Hasil pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

Hipotesis pertama (H1a) pengaruh *information overload* terhadap *technostress* memperlihatkan bahwa nilai T Statistik 2,279 lebih dari 1,65 serta nilai *P Value* 0,023 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* 0,133 positif. Kesimpulannya,

terdapat pengaruh positif dan signifikan *information overload* terhadap *technostress*.

Hipotesis kedua (H1b) yaitu pengaruh *information overload* terhadap *exhaustion* memperlihatkan bahwa nilai T Statistik 2,783 lebih dari 1,65 serta nilai *P Value* 0,006 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* 0,219 positif. Kesimpulannya, yaitu terdapat pengaruh positif dan signifikan *information overload* terhadap *exhaustion*.

Hipotesis ketiga (H2a) yaitu pengaruh *communication overload* terhadap *technostress* memperlihatkan bahwa nilai T Statistik 8,363 lebih dari 1,65 serta nilai *P Value* 0,000 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* 0,495 positif. Kesimpulannya, yaitu terdapat pengaruh positif dan signifikan *communication overload* terhadap *technostress*.

Hipotesis keempat (H2b) yaitu pengaruh *communication overload* terhadap *exhaustion* dengan nilai T Statistik 0,287 yang seharusnya diatas 1,65 dan *P Value* 0,775 yang seharusnya dibawah 0,05. Kesimpulannya, tidak terdapat pengaruh *communication overload* terhadap *exhaustion*.

Hipotesis kelima (H3a) yaitu pengaruh *social overload* terhadap *technostress* memperlihatkan nilai T Statistik 5,316 lebih dari 1,65 serta nilai *P Value* 0,000 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* 0,314 positif. Kesimpulannya, terdapat pengaruh positif dan signifikan *social overload* terhadap *technostress*.

Hipotesis keenam (H3b) pengaruh *social overload* terhadap *exhaustion* memperlihatkan nilai T Statistik 0,143 yang seharusnya diatas 1,65 serta nilai *P Value* 0,886 yang seharusnya dibawah 0,05. Kesimpulannya tidak terdapat pengaruh *social overload* terhadap *exhaustion*.

Hipotesis ketujuh (H4) yaitu pengaruh *technostress* terhadap *exhaustion* memperlihatkan nilai T Statistik 4,426 lebih dari 1,65 serta nilai *P Value* 0,000 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* 0,397 positif. Kesimpulannya, terdapat pengaruh positif dan signifikan *technostress* terhadap *exhaustion*.

Hipotesis kedelapan (H5) yaitu pengaruh *technostress* terhadap *academic performance* menunjukkan nilai T Statistik 9,631 lebih dari 1,65 serta nilai *P Value* 0,000 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* 0,567 positif. Kesimpulannya,

yaitu terdapat pengaruh negatif signifikan *technostress* terhadap *academic performance*.

Hipotesis kesembilan (H6) adalah pengaruh *exhaustion* terhadap *academic performance* memperlihatkan nilai T Statistik 2,307 lebih dari 1,65 serta *P Value* 0,021 dibawah 0,05. Dengan nilai *original sample* -0,174 negatif. Kesimpulannya yaitu terdapat pengaruh negatif signifikan *exhaustion* terhadap *academic performance*.

#### **4.8 Pembahasan**

Pada tahap ini merupakan pemaparan dari hasil penelitian. Dengan menggunakan paradigma SSO, yang akan mengkaji bagaimana fenomena *overload* (*information overload*, *communication overload* dan *social overload*) dari penggunaan media sosial berhubungan dengan performa akademik mahasiswa melalui faktor *technostress* dan *exhaustion*. Berikut pemaparannya.

##### **4.8.1 Overload terhadap Technostress**

Melalui paradigma SSO (*Stressor Strain Outcome*), berikut adalah pemaparan pengaruh *stressor* yang diinduksi oleh faktor *overload* (*information overload*, *communication overload* dan *social overload*) terhadap *technostress* berdasarkan hasil analisis data pada Gambar 4.12. Hasil penelitian berikut menjelaskan tentang efek *Overload* yang disebabkan oleh penggunaan media sosial yang berlebihan terhadap *technostress* pada mahasiswa.

1. *Information overload* berpengaruh terhadap *technostress* dilihat dari tabel 4.7 nilai T Statistik  $2,279 > 1,65$  dan *p value*  $0,023 < 0,05$  yang berarti hipotesis diterima. Pada nilai *original sample* nilai  $O = 0,133$  positif, yang berarti *Information overload* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *technostress* yang artinya semakin tinggi tingkat *information overload*, maka semakin tinggi juga tingkat *technostress*.

Temuan penelitian yang dilakukan sejalan dengan temuan penelitian (Ayyagari, 2012) yang membuktikan adanya hubungan atau korelasi positif antara pengaruh *information overload* terhadap *technostress* yang menyiratkan bahwa aktifitas yang melibatkan interaksi dengan teknologi informasi dapat menyebabkan individu terdampak pada kelebihan informasi ini. Yang mana, ketidakmampuan individu dan tuntutan lingkungan dalam penggunaan TI dapat menyebabkan *technostress*.

Selain itu, penelitian oleh (Yang & Lin, 2018) membuktikan adanya pengaruh positif antara *information overload* terhadap *technostress*. Yang mana, jumlah informasi berlebihan dari internet yang diterima individu tanpa adanya pembatasan diri sendiri dapat menyebabkan *anxiety* yang dapat menginduksi *technostress*.

2. *Communication overload* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *technostress* dengan nilai positif *original sample*  $O = 0,495$  dan nilai T Statistik  $8,363 > 1,65$  dan *p value*  $0,000 < 0,05$  yang artinya semakin tinggi tingkat *communication overload*, maka semakin tinggi juga tingkat *technostress*.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Cho et al., 2011) yang menunjukkan bahwa *communication overload* dapat berpengaruh pada kinerja mereka dalam berbagai konteks. Hal tersebut dikarenakan jejaring sosial yang dengan mudah dapat diakses juga membebani individu agar selalu merespon interaksi tersebut bahkan dalam situasi mendesak yang dapat mengorbankan waktu belajar mereka (Rojas-Osorio & Alvarez-Risco, 2019). Beban komunikasi tersebut menyebabkan *technostress* yang menghasilkan kelelahan secara fisik dan emosional dari penggunaan teknologi (Nawaz et al., 2018),

3. *Social overload* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *technostress* dengan nilai positif *original sample*  $O = 0,314$  dan nilai T Statistik  $5,316 > 1,65$  dan *p value*  $0,000 < 0,05$  yang artinya semakin tinggi tingkat *social overload*, maka semakin tinggi juga tingkat *technostress*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Alvarez-Risco et al., 2021) yang menjelaskan bahwa kelebihan beban sosial (*social overload*) atau interaksi yang terlalu sering dilakukan di media sosial seringkali menyulitkan pengguna untuk mengelola dan memperhatikan begitu banyak informasi, hal tersebut berkontribusi pada *technostress*.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu, ketiga dimensi *overload* (*information overload*, *communication overload* dan *social overload*) secara simultan memberikan pengaruh terhadap *technostress*. Temuan dalam penelitian ini seirama dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh (Choi et al., 2014) yang mengemukakan bahwasanya ketiga dimensi *overload* ini merupakan pengaruh yang signifikan terhadap *technostress*. Oleh karena itu, penggunaan media sosial yang berlebihan yang diinduksi oleh *information overload*, *communication overload* dan

*social overload* merupakan faktor pengaruh yang menyebabkan *technostress* pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

#### **4.8.2 Overload Terhadap Exhaustion**

Melalui paradigma SSO (*Stressor Strain Outcome*), berikut adalah pemaparan pengaruh *stressor* yang diinduksi oleh faktor *overload* (*information overload*, *communication overload* dan *social media overload*) terhadap *exhaustion* berdasarkan hasil analisis data pada Gambar 4.12.

1. *Information overload* berpengaruh terhadap *exhaustion* dilihat dari nilai T Statistik  $2,783 > 1,65$  dan *p value*  $0,006 < 0,05$  yang berarti hipotesis diterima. Pada nilai *original sample* nilai  $O = 0,219$  positif, yang berarti *Information overload* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *exhaustion* yang artinya semakin tinggi tingkat *information overload*, maka semakin tinggi juga tingkat *exhaustion*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fu et al., 2020) yang mana, *information overload* secara positif berhubungan dengan media sosial *exhaustion*. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa apabila informasi dari media sosial dan internet yang diterima oleh pengguna melampaui kemampuan pemrosesan pengguna, maka terjadi perasaan lelah dalam menggunakan media sosial.

2. *Communication overload* tidak memiliki pengaruh terhadap *exhaustion*. Hipotesis ini ditolak karena memiliki nilai T Statistik  $0,287$  yang lebih rendah dari nilai T tabel  $1,65$  dan *p value*  $0,775$  yang melebihi  $0,05$ .

Terdapat beberapa pendapat tentang korelasi *communication overload* terhadap *exhaustion*. Berlawanan dengan penelitian (Eliyana et al., 2020) yang menyatakan bahwa hubungan antara *communication overload* terhadap *social media exhaustion* adalah positif dan signifikan karena terdapat rasa lelah karena penggunaan media sosial yang terlalu memakan banyak waktu pada pekerja *online marketing*. Hal tersebut dikarenakan pekerja *online marketing* harus selalu melakukan komunikasi secara *online* yang merupakan bagian dari pekerjaan mereka.

Dari hasil penelitian diatas, penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Shi et al., 2020) yang mana *communication overload* tidak memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *exhaustion*.

3. *Social overload* tidak memiliki pengaruh terhadap *exhaustion*. Hipotesis ini ditolak karena memiliki nilai T Statistik 0,143 yang lebih rendah dari nilai T tabel 1,65 dan *p value* 0,886 yang melebihi 0,05.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Shi et al., 2020) yang menyatakan tidak terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *social overload* terhadap *exhaustion*.

Berbeda dengan *information overload* yang berpengaruh positif dan signifikan terhadap *exhaustion*, faktor *communication overload* dan *social overload* tidak memiliki pengaruh terhadap *exhaustion* seperti yang diharapkan. Temuan ini berbeda dengan penelitian sebelumnya (Lee et al., 2016; Maier et al., 2015; S. Zhang et al., 2016) yang menyatakan bahwa *information*, *communication*, dan *social overload* memiliki pengaruh signifikan terhadap *exhaustion*.

Hasil dari penelitian ini menyiratkan bahwa mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya dalam kasus ini tidak mengalami kelelahan ketika menggunakan media sosial. Hal ini terjadi ketika mahasiswa memilih untuk mengurangi intensitas komunikasi *online* di media sosial, seperti menyaring komunikasi dan interaksi yang tidak diperlukan di media sosial sehingga beban komunikasi (*communication overload*) dari penggunaan media sosial yang berlebihan tidak terjadi. Selain itu, mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya juga tidak memberi begitu banyak dukungan dan perbandingan status sosial (*social overload*) yang dituntut dari penggunaan media sosial.

Sebagaimana dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Shi et al., 2020). Temuan ini juga mengungkapkan bahwa dalam menggunakan media sosial, faktor komunikasi (*communication overload*) dan faktor respon dukungan sosial (*social overload*) membutuhkan daya kognitif energi yang lebih sedikit dibandingkan faktor informasi (*information overload*) yang artinya, mahasiswa dapat memilih untuk mengabaikan atau menunda interaksi (*communication overload*) di media sosial dan menunda kebutuhan/tuntutan sosial (*social overload*) ketika mereka merasa bahwa hal tersebut dapat menghabiskan banyak energi mereka yang dapat menyebabkan kelelahan. Sehingga mengurangi tingkat kelelahan atau *exhaustion* dalam menggunakan media sosial.

#### 4.8.3 *Technostress* dan *Exhaustion* Terhadap Performa Akademik

Melalui paradigma SSO (*Stressor Strain Outcome*), berikut adalah pemaparan pengaruh *strain* yang diinduksi oleh faktor *technostress* dan *exhaustion* terhadap performa akademik mahasiswa berdasarkan hasil analisis data pada Gambar 4.12.

1. *Technostress* berpengaruh terhadap *exhaustion* yang dilihat dari nilai T Statistik  $4,426 > 1,65$  dan *p value*  $0,000 < 0,05$  maka hipotesis ini diterima. Pada nilai *original sample* nilai  $O = 0,397$  positif, yang berarti *technostress* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *exhaustion* yang artinya semakin tinggi tingkat *technostress*, maka semakin tinggi juga tingkat *exhaustion*. Temuan pada penelitian ini sejalan dengan penelitian (Shi et al., 2020; Yu et al., 2019) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dari *technostress* terhadap *exhaustion*.

Hasil dari penelitian ini memaparkan bahwa *technostress* erat kaitannya dengan *exhaustion*. Mahasiswa yang memiliki tingkat *technostress* tinggi maka juga memiliki tingkat *exhaustion* yang tinggi.

2. *Technostress* memiliki pengaruh terhadap *Academic Performance* dengan nilai T Statistik  $9,631 > 1,65$  dan nilai *p value*  $0,000$  maka hipotesis ini diterima. Pada nilai *original sample* memiliki nilai  $O = 0,567$  positif yang berarti *technostress* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *academic performance* yang artinya semakin tinggi tingkat *technostress* pada mahasiswa maka performa akademik mereka juga semakin membaik.

Temuan pada penelitian ini berlawanan dengan penelitian oleh (Upadhyaya & Vrinda, 2021) yang menyatakan hubungan negatif pada *technostress* terhadap performa akademik, yang mana apabila mahasiswa memiliki tingkat *technostress* yang tinggi maka performa akademik mereka akan menurun.

3. *Exhaustion* memiliki pengaruh terhadap *academic performance* dengan nilai T Statistik  $2,307 > 1,65$  dan nilai *p value*  $0,021 < 0,05$  maka hipotesis ini diterima. Pada nilai *original sample* memiliki nilai  $O = -0,174$  negatif yang berarti *exhaustion* memiliki korelasi negatif signifikan terhadap *academic performance* yang artinya apabila mahasiswa memiliki tingkat *exhaustion* yang tinggi yang disebabkan dari penggunaan media sosial yang berlebihan maka performa akademik mereka jadi menurun.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Choi et al., 2014; Shi et al., 2020) yang menunjukkan bahwa *exhaustion* merupakan faktor yang mempengaruhi kinerja dalam lingkup akademis maupun organisasi yang menyiratkan bahwa ketika kelelahan akibat terjadi, mahasiswa tidak dapat berkonsentrasi pada kegiatan sekolah mereka sehingga dapat menurunkan performa akademik mereka.

Dari hasil penelitian ini terdapat hal yang menarik dari pengaruh *technostress* terhadap performa akademik. Apabila mahasiswa memiliki tingkat *technostress* yang tinggi, maka performa akademik mereka semakin membaik. Hal ini terjadi karena mahasiswa telah terbiasa dengan penggunaan media sosial dalam kesehariannya. Meskipun mahasiswa merasakan stres akibat daripada penggunaan media sosial yang berlebih, hal ini sudah menjadi kebiasaan yang bisa dibuang melekat dan juga menjadi suatu keharusan dalam kegiatan pembelajaran sehingga menjadikan performa akademik mereka semakin meningkat atau membaik. Penelitian ini menunjukkan perbedaan kultur, baik kultur pembelajaran maupun kultur penggunaan media sosial antara mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya dengan mahasiswa di China pada penelitian yang dilakukan oleh (Yu et al., 2019) yang mana performa akademik mereka akan menurun apabila tingkat *technostress* mereka tinggi. Selain perbedaan kultur, perbedaan tahun pada penelitian sebelumnya juga berpengaruh terhadap bagaimana perkembangan konten, perkembangan media sosial maupun perkembangan teknologi dari waktu ke waktu, yang pada akhirnya mahasiswa dapat menangani tingkat *overload* dan hal tersebut mempengaruhi hasil identifikasi faktor stres terhadap performa akademik sehingga mahasiswa meskipun mengalami *technostress* namun hal tersebut menjadikan performa akademik menjadi semakin membaik.

Sedangkan dari pengaruh *exhaustion* terhadap performa akademik, penelitian ini menunjukkan bahwa apabila mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya mengalami kelelahan akibat dari penggunaan media sosial yang berlebih, maka performa akademik mereka menurun. Kelelahan ini diinduksi oleh pengaruh dari informasi yang berlebihan yang didapatkan ketika menggunakan medsos pada faktor *stressor*. Mahasiswa merasa tidak nyaman ketika menerima terlalu banyak informasi sehingga menyebabkan perhatian dan fokus mereka terganggu dalam proses

pembelajaran. Hal tersebut dapat membuat performa akademik mahasiswa menurun.

#### **4.8.4 Variabel Kontrol *Spirituality*, *Age* dan *Gender* Terhadap Performa**

##### **Akademik**

Penelitian ini menggunakan variabel *age*, *gender* dan *spirituality* yang ditambahkan pada model SSO sebagai variabel kontrol untuk mengevaluasi apakah terdapat pengaruh karakteristik pribadi responden terhadap performa akademik mahasiswa. Variabel kontrol *age* dan *gender* digunakan sebagaimana dari penelitian sebelumnya (Hsiao et al., 2017; Shi et al., 2020; Yu et al., 2019) yang telah menunjukkan bahwa perbedaan usia dan jenis kelamin digunakan untuk mengukur perilaku individu pada performa akademik mahasiswa melalui model SSO. Sedangkan *spirituality* digunakan sebagai variabel kontrol seperti pada penelitian (Kotzé & Kleynhans, 2013) yang mengukur faktor *religion* sebagai prediktor terhadap kinerja akademik. Aspek *spirituality* diukur menggunakan peran latar belakang spiritual dari mahasiswa.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menggunakan PLS, variabel *age* memiliki nilai T Statistik = 0,54 kurang dari nilai minimal *t-table* 1,65 dan *p value* sebesar 0,587 lebih dari nilai maksimal 0,05. Hasil dari pengujian tersebut menunjukkan pengaruh *age* kepada *academic performance* tidak signifikan atau dalam kata lain, umur mahasiswa tidak memiliki pengaruh terhadap performa akademik mahasiswa.

Variabel kontrol yang kedua adalah *gender*, hasil pengujian menunjukkan nilai T Statistik = 1,300 kurang dari *t table* 1,65 dan *p value* 0,194 lebih dari nilai maksimal 0,05. Hasil pengujian tersebut menunjukkan bahwa pengaruh *gender* terhadap *academic performance* tidak signifikan. Yang artinya, jenis kelamin mahasiswa baik laki-laki maupun perempuan tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap performa akademik mereka.

Hasil dari pengukuran variabel kontrol *age* dan *gender* pada penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hsiao et al., 2017; Shi et al., 2020) yang menyatakan tidak adanya pengaruh signifikan pada umur dan jenis kelamin mahasiswa terhadap performa akademik mereka.

Variabel kontrol yang ketiga adalah *spirituality* dengan menggunakan indikator latar belakang pesantren. Hasil pengujian menunjukkan nilai T Statistik = 5,096 > 1,65 dan nilai *p value* = 0,000. Dengan nilai *original sample* O = 0,304 positif yang berarti terdapat pengaruh positif dan signifikan *spirituality* terhadap *academic performance*. Yang artinya, mahasiswa dengan tingkat spiritualitas tinggi yang memiliki latar belakang pesantren, memiliki performa akademik yang baik.

Hal ini senada dengan penelitian oleh (Kotzé & Kleynhans, 2013) yang meneliti hubungan antara faktor *religion* dengan *academic performance*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor *religion* berpengaruh positif signifikan terhadap performa akademik mahasiswa. Faktor tersebut bertindak sebagai mekanisme perlindungan pribadi yang dapat mencegah atau mengurangi hasil perkembangan negatif dari penggunaan media sosial. Sedangkan dalam penelitian ini, faktor *spirituality* dengan indikator “Latar Belakang Pesantren” memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *academic performance*. Yang berarti, mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang pernah mengenyam pendidikan pesantren memiliki performa akademik yang baik berdasarkan dari hasil analisis melalui model *Stressor Strain Outcome* ini.

Penelitian yang telah dilakukan ini memberikan pemahaman tentang bagaimana penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mempengaruhi performa akademik. Dengan mengidentifikasi peran *overload* melalui model *Stressor Strain Outcome*, diharapkan mahasiswa dapat mengenali perilaku penggunaan media sosial mereka sehingga dapat mengurangi konsekuensi negatif yang dapat ditimbulkan seperti stress dan kelelahan akibat penggunaan teknologi. Selain itu, mahasiswa dan civitas akademik dapat mengembangkan strategi pembelajaran mereka dengan memberikan *coping mechanism* untuk mengatur perilaku penggunaan media sosial seperti menawarkan tindakan penanggulangan untuk membantu mengidentifikasi situasi stres (Jena, 2015) dan meningkatkan kesadaran dalam penggunaan teknologi juga secara efektif dapat meningkatkan kinerja akademik (Ioannou & Papazafeiropoulou, 2017). Mahasiswa secara pribadi juga dapat membangun kesadaran atas dirinya sendiri untuk mengubah perilaku atau kebiasaan dan mengatur waktu mereka agar energi mereka tidak dihabiskan hanya untuk hanya berselancar di media sosial dan internet.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan tinjauan hasil penelitian dengan judul “Analisis Pengaruh *Overload* Penggunaan Media Sosial Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Menggunakan *Stressor Strain Outcome Perspective*” Berikut kesimpulan yang diambil.

1. *Information overload*, *communication overload* dan *social overload* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *technostress*. Namun hanya *social overload* yang memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *exhaustion*. Penggunaan media sosial dan internet yang berlebihan dapat menyebabkan *technostress*, namun hanya pengaruh *social overload* saja yang menyebabkan *exhaustion* pada mahasiswa.

*Technostress* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *academic performance*, namun *exhaustion* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap *academic performance*. Yang artinya meskipun mahasiswa merasakan *technostress* dari penggunaan media sosial yang berlebihan, performa akademik mereka semakin meningkat. Namun sebaliknya, mahasiswa yang merasakan *exhaustion* atau kelelahan dari dampak penggunaan media sosial yang berlebihan membuat performa akademik mereka menjadi menurun.

2. Variabel kontrol *Age* dan *gender* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap *academic performance*. Variabel kontrol *spirituality* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *academic performance*. Umur dan jenis kelamin mahasiswa tidak berpengaruh pada performa akademik. Dan mahasiswa yang memiliki latar belakang pesantren cenderung memiliki performa akademik yang baik.

#### **5.2 Saran**

Dari penelitian yang telah dilakukan, berikut saran untuk pengembangan pada penelitian berikutnya.

1. Penelitian ini menggunakan model *Stressor Strain Outcome* dan menggunakan tiga faktor *overload*. Saran penelitian selanjutnya dapat menggunakan atau mengembangkan model lain yang meneliti dampak terkait *information overload* dan penggunaan media sosial yang berlebih pada konteks akademis.

2. Penelitian ini menambahkan variabel kontrol *spirituality* yang hanya terbatas pada indikator “latar belakang pesantren” guna menguji karakteristik responden pada pengaruhnya terhadap performa akademik. Saran penelitian selanjutnya dapat menambahkan berbagai indikator terkait variabel kontrol *spirituality* tersebut dan juga menambahkan variabel lainnya untuk menguji sejauh mana perbedaan individu dalam menangani *overload* penggunaan teknologi dan *technostress* sehingga menyajikan penelitian yang lebih komprehensif.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Alvarez-Risco, A., Del-Aguila-Arcenales, S., Yáñez, J. A., Rosen, M. A., & Mejia, C. R. (2021). Influence of technostress on academic performance of university medicine students in peru during the covid-19 pandemic. *Sustainability (Switzerland)*, *13*(16). <https://doi.org/10.3390/su13168949>
- Amandeep Dhir, Yossiri Yossatorn, Puneet Kaur, & Sufen Chen. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, *40*.
- Ando, M., Ito, M., Srirat, T., Kondo, T., & Yoshimura, A. (2020). Memory T cell, exhaustion, and tumor immunity. In *Immunological Medicine* (Vol. 43, Issue 1). <https://doi.org/10.1080/25785826.2019.1698261>
- Anugraheni, A. R., Hermahayu, & Faizah, R. (2021). Pengaruh Penyesuaian Akademik dan Motivasi Akademik Terhadap Technostress pada Mahasiswa. *Borobudur Psychology Review*, *1*(2), 1–13.
- Ayyagari, R. (2012). *Impact of Information Overload and Task-technology Fit on Technostress*. <http://aisel.aisnet.org/sais2012/4>
- Bahri, S., Fauzi, A., & Ahmad, N. S. (2020). A communication overload scale for use with mobile instant messaging in work management. *Digital Business*, *1*(1), 100003. <https://doi.org/10.1016/j.digbus.2021.100003>
- Benselin, J. C., & Ragsdell, G. (2016). Information overload: The differences that age makes. *Journal of Librarianship and Information Science*, *48*(3). <https://doi.org/10.1177/0961000614566341>
- Chen, X., & Wei, S. (2019). Enterprise social media use and overload: A curvilinear relationship. *Journal of Information Technology*, *34*(1). <https://doi.org/10.1177/0268396218802728>
- Cheng, X., Bao, Y., & Zarifis, A. (2020). Investigating the impact of IT-mediated information interruption on emotional exhaustion in the workplace. *Information Processing and Management*, *57*(6). <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2020.102281>
- Chethiyar, S. D. M., Asad, M., Ud Kamaluddin, M. R., Ali, A., & Sulaiman, M. A. B. A. (2019). Impact of information and communication overload syndrome on the performance of students. *Opcion*, *35*(SpecialEdition24).
- Cho, J., Ramgolam, D. I., Schaefer, K. M., & Sandlin, A. N. (2011). The Rate and Delay in Overload: An Investigation of Communication Overload and Channel Synchronicity on Identification and Job Satisfaction. *Journal of Applied Communication Research*, *39*(1), 38–54. <https://doi.org/10.1080/00909882.2010.536847>

- Choi, C. H., Kim, T. T., Lee, G., & Lee, S. K. (2014). Testing the stressor–strain–outcome model of customer-related social stressors in predicting emotional exhaustion, customer orientation and service recovery performance. *International Journal of Hospitality Management*, *36*, 272–285. <https://doi.org/10.1016/J.IJHM.2012.09.009>
- Dayton, Donny, Charles, E., & Limanto, S. (2021). Dampak Penggunaan Sosial Media Overload Terhadap Performa Akademik di Kota Batam. *EDUPEDIA*, *5*(1). <https://doi.org/10.24269/ed.v5i1.693>
- Dhir, A., Kaur, P., Chen, S., & Pallesen, S. (2019). Antecedents and consequences of social media fatigue. *International Journal of Information Management*, *48*. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2019.05.021>
- Eliyana, A., Ajija, S. R., Sridadi, A. R., Setyawati, A., & Emur, A. P. (2020). Information overload and communication overload on social media exhaustion and job performance. *Systematic Reviews in Pharmacy*, *11*(8). <https://doi.org/10.31838/srp.2020.8.52>
- Fan, J., & Smith, A. P. (2021). Information overload, wellbeing and covid-19: A survey in China. *Behavioral Sciences*, *11*(5). <https://doi.org/10.3390/bs11050062>
- Fan, M., Huang, Y., Qalati, S. A., Shah, S. M. M., Ostic, D., & Pu, Z. (2021). Effects of Information Overload, Communication Overload, and Inequality on Digital Distrust: A Cyber-Violence Behavior Mechanism. *Frontiers in Psychology*, *12*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.643981>
- Fu, S., Li, H., Liu, Y., Pirkkalainen, H., & Salo, M. (2020). Social media overload, exhaustion, and use discontinuance: Examining the effects of information overload, system feature overload, and social overload. *Information Processing and Management*, *57*(6). <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2020.102307>
- G. Novanda, & A. Supriyanto. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Penyimpangan Perilaku pada Mahasiswa. *Seminar Nasional Arah Manajemen Sekolah Pada Masa Dan Pasca Pandemi Covid-19*, 75–81.
- Gunaratne, C., Baral, N., Rand, W., Garibay, I., Jayalath, C., & Senevirathna, C. (2020). The effects of information overload on online conversation dynamics. *Computational and Mathematical Organization Theory*, *26*(2). <https://doi.org/10.1007/s10588-020-09314-9>
- Harahap, M., & Adeni, S. (2020). TREN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL SELAMA PANDEMI DI INDONESIA. *Professional: Jurnal Komunikasi Dan Administrasi Publik*, *7*(2), 13–23. <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/prof/article/view/1273>

- Holzer, J., Bürger, S., Lüftenegger, M., & Schober, B. (2022). Revealing associations between students' school-related well-being, achievement goals, and academic achievement. *Learning and Individual Differences, 95*, 102140. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102140>
- Hsiao, K. L., Shu, Y., & Huang, T. C. (2017). Exploring the effect of compulsive social app usage on technostress and academic performance: Perspectives from personality traits. *Telematics and Informatics, 34*(2), 679–690. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.11.001>
- Ioannou, A., & Papazafeiropoulou, A. (2017, October). *Using IT Mindfulness to Mitigate the Negative Consequences of Technostress*.
- Jena, R. K. (2015). Technostress in ICT enabled collaborative learning environment: An empirical study among Indian academician. *Computers in Human Behavior, 51*, 1116–1123. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2015.03.020>
- Jr Hair, Ringle, C., & Sarstedt, M. (2011). PLS-SEM: Indeed a silver bullet. *The Journal of Marketing Theory and Practice, 19*, 139–151. <https://doi.org/10.2753/MTP1069-6679190202>
- Khanam, Z. (2020). Social media use and academic performance: A study on undergraduate accounting Students in Bangladesh. *Asian Journal of Accounting Perspectives, 13*(2), 78–95.
- Khomsa, S., & Rohyani, I. (2021). Pengaruh Work-Family Conflict , Job Stress dan Emotional Exhaustion Terhadap Job Performance Karyawati Puskesmas Ayah I. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi (JIMMBA), 3*(2). <https://doi.org/10.32639/jimmba.v3i2.836>
- Kim, S. (2021). Caregivers' Information Overload and Their Personal Health Literacy. *Western Journal of Nursing Research, 43*(5). <https://doi.org/10.1177/0193945920959086>
- Kotzé, M., & Kleynhans, R. (2013). Psychological well-being and resilience as predictors of first-year students' academic performance. *Journal of Psychology in Africa, 23*(1), 51–59. <https://doi.org/10.1080/14330237.2013.10820593>
- Kurelović, E. K., Tomljanović, J., & Davidović, V. (2016). Information Overload, Information Literacy and Use of Technology by Students. *International Journal of Educational and Pedagogical Sciences, 10*(3).
- Lee, A. R., Son, S. M., & Kim, K. K. (2016). Information and communication technology overload and social networking service fatigue: A stress perspective. *Computers in Human Behavior, 55*, 51–61. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.08.011>

- Lim, C., & Ahn, J. (2021). Social overload and discontinuance intention on facebook: A comparative study. *Sustainability (Switzerland)*, 13(22). <https://doi.org/10.3390/su132212556>
- Liu, H., Liu, W., Yoganathan, V., & Osburg, V.-S. (2021). COVID-19 information overload and generation Z's social media discontinuance intention during the pandemic lockdown. *Technological Forecasting and Social Change*, 166, 120600. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.120600>
- Loh, J. M. I., & Saleh, A. (2022). Lashing out: emotional exhaustion triggers retaliatory incivility in the workplace. *Heliyon*, 8(1), e08694. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e08694>
- López-Cabarcos, M. Á., López-Carballeira, A., & Ferro-Soto, C. (2021). How to moderate emotional exhaustion among public healthcare professionals? *European Research on Management and Business Economics*, 27(2), 100140. <https://doi.org/10.1016/j.iedeen.2020.100140>
- Maier, C., Laumer, S., Eckhardt, A., & Weitzel, T. (2015). Giving too much social support: Social overload on social networking sites. *European Journal of Information Systems*, 24(5), 447–464. <https://doi.org/10.1057/ejis.2014.3>
- Malik, A., Dhir, A., Kaur, P., & Johri, A. (2021). Correlates of social media fatigue and academic performance decrement: A large cross-sectional study. *Information Technology and People*, 34(2), 557–580. <https://doi.org/10.1108/ITP-06-2019-0289>
- Mauludi, S. (2018). *SOCRATES CAFE: Bijak, Kritis, & Inspiratif Seputar Dunia & Masyarakat Digital Media Sosial, UU ITE, Hingga Cyber Crime*. PT. Elex Media Komputindo.
- Misra, S., & Stokols, D. (2012). Psychological and Health Outcomes of Perceived Information Overload. *Environment and Behavior*, 44(6), 737–759. <https://doi.org/10.1177/0013916511404408>
- Nawang Sari, A. Y. (2011). *STRUCTURAL EQUATION MODELING PADA PERHITUNGAN INDEKS KEPUASAN PELANGGAN DENGAN MENGGUNAKAN SOFTWARE AMOS*.
- Nawaz, M. A., Shah, Z., Nawaz, A., Asmi, F., Hassan, Z., & Raza, J. (2018). Overload and exhaustion: Classifying SNS discontinuance intentions. *Cogent Psychology*, 5(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2018.1515584>
- Nematzadeh, A., Ciampaglia, G. L., Ahn, Y. Y., & Flammini, A. (2019). Information overload in group communication: From conversation to cacophony in the Twitch chat. *Royal Society Open Science*, 6(10). <https://doi.org/10.1098/rsos.191412>
- Ngabidin, M. (2021). *Pembelajaran di Masa Pandemi, Inovasi Tiada Henti*. Deepublish.

- Nizwar, I., #1, A., Nugroho, A. S., & Harjito, B. (2018). Peringkasan Multidokumen Otomatis dengan Menggunakan Log-Likelihood Ratio (LLR) dan Maximal Marginal Relevance (MMR) untuk Artikel Bahasa Indonesia. In *JLK* (Vol. 1, Issue 1).
- Purawinangun, I. A., & Yusuf, M. (2020). GERAKAN LITERASI GENERASI MILENIAL MELALUI MEDIA SOSIAL. *Lingua Rima: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 9(1). <https://doi.org/10.31000/lgrm.v9i1.2401>
- Putri, B. V. F. M., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). Hubungan Antara Burnout Dan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Mataram. *Prosiding Saintek Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mataram*, 3(November 2020).
- Ragu-Nathan, T. S., Tarafdar, M., Ragu-Nathan, B. S., & Tu, Q. (2008). The consequences of technostress for end users in organizations: Conceptual development and validation. *Information Systems Research*, 19(4), 417–433. <https://doi.org/10.1287/isre.1070.0165>
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I. (2020). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19(2). <https://doi.org/10.7454/jps.2021.16>
- Raza, S. A., Qazi, W., Umer, B., & Khan, K. A. (2020). Influence of social networking sites on life satisfaction among university students: a mediating role of social benefit and social overload. *Health Education*, 120(2). <https://doi.org/10.1108/HE-07-2019-0034>
- Rojas-Osorio, M., & Alvarez-Risco, A. (2019). Intention to Use Smartphones among Peruvian University Students. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (IJIM)*, 13(03), 40–52. <https://doi.org/10.3991/ijim.v13i03.9356>
- Rumata, V. M., & Sakinah, A. M. (2020). The Impact of Internet Information and Communication Literacy and Overload, as Well as Social Influence, on ICT Adoption by Rural Communities. *Asia-Pacific Journal of Rural Development*, 30(1–2). <https://doi.org/10.1177/1018529120977250>
- Salazar-Concha, C., Ficapal-Cusí, P., Boada-Grau, J., & Camacho, L. J. (2021). Analyzing the evolution of technostress: A science mapping approach. *Heliyon*, 7(4), e06726. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06726>
- Santoso, S. (2011). *Structural Equation Modeling (SEM)*. PT. Elex Media Komputindo.
- Setyadi, H. J., & Taruk, M. (2019). Analisis Dampak Penggunaan Teknologi (Technostress) Kepada Dosen dan Staff Karyawan Yang Berpengaruh Terhadap Kinerja di Dalam Organisasi (Studi Kasus : Perguruan Tinggi di

- Kalimantan Timur). *Informatika Mulawarman : Jurnal Ilmiah Ilmu Komputer*, 14(1), 1–6. <https://doi.org/10.30872/jim.v14i1.1792>
- Shahzad, F., Abbas, A., Fateh, A., Kasim, R. S. R., Akram, K., & Ashraf, S. F. (2021). Late-Night Use of Social Media and Cognitive Engagement of Female Entrepreneurs: A Stressor–Strain–Outcome Perspective. *SAGE Open*, 11(3). <https://doi.org/10.1177/21582440211037652>
- Shensa, A., Sidani, J. E., Hoffman, B. L., Escobar-Viera, C. G., Melcher, E. M., Primack, B. A., Myers, S. P., & Burke, J. G. (2021). Positive and Negative Social Media Experiences Among Young Adults With and Without Depressive Symptoms. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 6(2), 378–387. <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00175-2>
- Shi, C., Yu, L., Wang, N., Cheng, B., & Cao, X. (2020). Effects of social media overload on academic performance: a stressor–strain–outcome perspective. *Asian Journal of Communication*, 30(2), 179–197. <https://doi.org/10.1080/01292986.2020.1748073>
- Simões, S., Oliveira, T., & Nunes, C. (2022). Influence of computers in students' academic achievement. *Heliyon*, 8(3), e09004. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09004>
- Sorjonen, K., Melin, B., & Nilsson, G. (2022). Lord's paradox in latent change score modeling: An example involving facilitating longitudinal effects between intelligence and academic achievement. *Personality and Individual Differences*, 189, 111520. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111520>
- Stoney Brooks. (2015). Does personal social media usage affect efficiency and well-being? *Computers in Human Behavior* .
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. CV Alfabeta.
- Suhaimi, F. A. binti, & Hussain, N. binti. (2017). The Influence of Information Overload on Students' Academic Performance. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 7(8). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v7-i8/3292>
- Suryanto, S., & Sasi, T. R. (2018). Technostress: Pengertian, Penyebab dan Koping Pustakawan. *Pustabiblia: Journal of Library and Information Science*, 1(2). <https://doi.org/10.18326/pustabiblia.v1i2.209-222>
- Tarumasely, Y. (2021). Pengaruh Self Regulated Learning dan Self Efficacy terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Edutama*, 8(1). <https://doi.org/10.30734/jpe.v8i1.1359>
- Taser, D., Aydin, E., Torgaloz, A. O., & Rofcanin, Y. (2022). An examination of remote e-working and flow experience: The role of technostress and

- loneliness. *Computers in Human Behavior*, 127, 107020.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107020>
- Tuan, L. T. (2022). Employee mindfulness and proactive coping for technostress in the COVID-19 outbreak: The roles of regulatory foci, technostress, and job insecurity. *Computers in Human Behavior*, 129, 107148.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107148>
- Upadhyaya, P., & Vrinda. (2021). Impact of technostress on academic productivity of university students. *Education and Information Technologies*, 26(2), 1647–1664. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10319-9>
- Utama, P. (2018). *Membangun Pendidikan Bermartabat : Pendidikan Berbasis Tahfidz Mencegah Stres dan Melejitkan Prestasi*. CV. Rasi Terbit.
- Whelan, E., Brooks, S., & Islam, A. K. M. N. (2019). Applying the SOBC paradigm to explain how social media overload affects academic performance. *Computers & Education*, 143, 103692.  
<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.103692>
- Yang, H.-L., & Lin, R.-X. (2018). *Yang and Lin: The Impacts of SoLoMo Services Technostress on Anxiety THE IMPACTS OF SOLOMO SERVICES TECHNOSTRESS ON ANXIETY*.
- Yu, L., Shi, C., & Cao, X. (2019). *Understanding the Effect of Social Media Overload on Academic Performance: A Stressor-Strain-Outcome Perspective*. <https://hdl.handle.net/10125/59703>
- Zhang, S., Zhao, L., Lu, Y., & Yang, J. (2016). Do you get tired of socializing? An empirical explanation of discontinuous usage behaviour in social network services. *Information and Management*, 53(7), 904–914.  
<https://doi.org/10.1016/j.im.2016.03.006>
- Zhang, X., Ding, X., & Ma, L. (2020). The influences of information overload and social overload on intention to switch in social media. *Behaviour and Information Technology*. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2020.1800820>
- Zhu, Y., & Bao, Z. (2018). The role of negative network externalities in SNS fatigue: An empirical study based on impression management concern, privacy concern, and social overload. *Data Technologies and Applications*, 52(3). <https://doi.org/10.1108/DTA-09-2017-0063>