



Screen Time Dan Aktivitas Digital Mahasiswa Universitas Andalas: Implikasinya Terhadap Praktik Ibadah

Wahyuddin Luthfi Abdullah

Universitas Andalas, Indonesia

Email Korespondensi: wahyuddin.luthfi@eb.unand.ac.id

Article received: 01 Januari 2026, Review process: 12 Januari 2026

Article Accepted: 22 Februari 2026, Article published: 01 Maret 2026

ABSTRACT

This study examines screen time and digital activities among first-year Muslim students at Andalas University and their implications for religious practice. The transition to university life is accompanied by increased exposure to digital technology, which may influence daily behavior patterns, including worship. This research aims to describe the level of screen time and religious practice, analyze their relationship, and identify differences in religious practice based on dominant types of digital activity. A quantitative descriptive-correlational design was employed involving 262 first-year Muslim students. Data were collected through a closed-ended questionnaire using a Likert scale and analyzed using descriptive statistics, Pearson correlation, multiple linear regression with demographic controls, linearity testing, and one-way analysis of variance. The results indicate that students' screen time is in the moderate to high category, while their religious practice is generally at a fairly good level. A weak but statistically significant positive relationship was found between screen time and religious practice. Regression analysis confirmed that screen time remains a significant predictor after controlling for gender, age, and faculty, although its practical contribution is limited. Furthermore, students whose dominant digital activity is educational show significantly higher religious practice compared to those oriented toward entertainment and social media. These findings suggest that the relationship between digital behavior and religious practice is complex and context-dependent.

Keyword: Screen Time, Digital Activity, Religious Practice, Muslim Students

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji screen time dan aktivitas digital mahasiswa baru Muslim Universitas Andalas serta implikasinya terhadap praktik ibadah. Masa transisi menuju kehidupan kampus ditandai dengan meningkatnya penggunaan teknologi digital yang berpotensi memengaruhi pola perilaku sehari-hari, termasuk aktivitas keagamaan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat screen time dan praktik ibadah, menganalisis hubungan keduanya, serta mengidentifikasi perbedaan praktik ibadah berdasarkan jenis aktivitas digital dominan. Penelitian menggunakan desain kuantitatif deskriptif-korelasional dengan melibatkan 262 mahasiswa baru Muslim. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup berskala Likert dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif, korelasi Pearson, regresi linier berganda dengan kontrol demografis, uji linieritas, serta analisis varians satu arah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat screen time berada pada kategori sedang hingga tinggi, sedangkan praktik ibadah berada pada kategori cukup baik. Ditemukan hubungan positif yang lemah namun signifikan secara statistik antara screen time dan praktik ibadah. Screen time tetap menjadi prediktor signifikan setelah dikontrol oleh

jenis kelamin, usia, dan fakultas, meskipun kontribusinya relatif kecil. Selain itu, mahasiswa dengan aktivitas digital dominan pada bidang edukasi memiliki praktik ibadah yang lebih tinggi dibandingkan kelompok hiburan dan media sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa relasi antara perilaku digital dan praktik ibadah bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh konteks penggunaan teknologi.

Kata Kunci: *Screen Time, Aktivitas Digital, Praktik Ibadah, Mahasiswa Muslim*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dalam satu dekade terakhir telah mengubah secara signifikan pola kehidupan mahasiswa, terutama dalam hal penggunaan perangkat berbasis layar atau *screen time*. Telepon pintar dan komputer tidak lagi hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai media utama untuk kegiatan akademik, hiburan, interaksi sosial, akses informasi, serta ruang bagi pergeseran sikap keagamaan mahasiswa (Anwar, 2024). Bagi mahasiswa baru, fase transisi dari pendidikan menengah ke pendidikan tinggi sering kali disertai dengan tuntutan adaptasi akademik, pembentukan relasi sosial baru, dan pengelolaan waktu yang lebih mandiri. Kondisi ini menjadikan penggunaan teknologi digital semakin intensif dan terintegrasi dalam aktivitas sehari-hari yang berpotensi memengaruhi pembentukan identitas religius mahasiswa di era digital (Anggreani & Rafi'i, 2025; Enjang & Supandi, 2025).

Dalam konteks mahasiswa Muslim, intensitas penggunaan perangkat digital kerap dipersepsikan memiliki implikasi tertentu terhadap praktik keberagamaan, khususnya pelaksanaan ibadah. Persepsi tersebut umumnya didasarkan pada anggapan teori perpindahan waktu (*time displacement*), di mana meningkatnya *screen time* dikhawatirkan dapat mengurangi alokasi waktu dan perhatian terhadap aktivitas religius (Sagran & Tengku Siti, 2023; Uecker & McClure, 2022). Namun, relasi antara penggunaan teknologi digital dan praktik ibadah tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai hubungan sebab-akibat yang linear. Teknologi juga berperan sebagai medium di mana otoritas keagamaan dan praktik Islami diimajinasikan kembali oleh generasi muda melalui interaksi di ruang siber (Campbell, 2022). Penggunaan teknologi memiliki karakter yang heterogen, baik dari segi durasi, tujuan, maupun jenis aktivitas yang dilakukan, sehingga dampaknya terhadap kehidupan religius dapat bervariasi secara kompleks (Dossi et al., 2022).

Sejumlah kajian menunjukkan bahwa aktivitas digital yang berorientasi pada hiburan dan media sosial lebih sering dikaitkan dengan distraksi dan risiko adiksi (Peni & Mundzir, 2024), sedangkan penggunaan untuk kepentingan akademik atau pencarian informasi keagamaan tidak selalu menimbulkan dampak negatif yang serupa (Fatimah et al., 2024; Rahmadsyah & Zuhri, 2023). Fenomena ini memperlihatkan bahwa media digital juga memiliki potensi sebagai sarana dakwah yang mampu memperkuat religiositas dan moderasi beragama di kalangan mahasiswa (Afsinatun et al., 2025; Hidayat et al., 2023; Nasrullah, 2021). Hal ini didukung oleh temuan bahwa durasi penggunaan gawai tidak secara otomatis menurunkan intensitas ibadah mahasiswa (Mubarak, 2021), melainkan justru dapat menjadi ruang konstruksi identitas religius yang baru (Zainuddin & Hasanah,

2022). Dengan demikian, analisis mengenai *screen time* perlu mempertimbangkan tidak hanya lamanya penggunaan, tetapi juga konteks dan orientasi aktivitas digital yang dijalani.

Di lingkungan Universitas Andalas, mahasiswa baru Muslim tidak hanya menghadapi intensitas aktivitas digital yang tinggi, tetapi juga berada dalam sistem pembinaan keagamaan yang terstruktur melalui program Asistensi Agama Islam (AAI) dan mata kuliah Agama Islam. Konteks institusional ini berpotensi memengaruhi cara mereka memanfaatkan teknologi dalam kehidupan sehari-hari, sebagaimana fenomena serupa yang diamati pada mahasiswa di perguruan tinggi negeri lainnya (Rahmawati et al., 2024). Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengkaji tingkat *screen time* dan praktik ibadah mahasiswa baru Muslim Universitas Andalas, menganalisis hubungan di antara keduanya, serta menelaah perbedaan praktik ibadah berdasarkan jenis aktivitas digital yang dominan. Kajian ini diharapkan memberikan gambaran empiris yang lebih proporsional tanpa terjebak pada pandangan yang menyederhanakan teknologi sebagai faktor yang secara inheren merugikan praktik keagamaan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-korelasional (Sugiyono, 2020). Desain ini dipilih untuk menggambarkan tingkat *screen time* dan praktik ibadah mahasiswa serta menganalisis hubungan dan perbedaan antarvariabel tanpa melakukan manipulasi perlakuan dan tanpa mengklaim hubungan sebab-akibat secara eksperimental. Subjek penelitian adalah mahasiswa baru Muslim Universitas Andalas yang mengikuti perkuliahan pada semester pertama tahun akademik berjalan. Pengambilan data dilakukan secara daring dengan melibatkan responden yang memenuhi kriteria tersebut. Seluruh data yang masuk diperiksa kelengkapannya dan hanya respons yang lengkap yang diikutsertakan dalam proses analisis.

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner tertutup dengan skala Likert lima tingkat (Sugiyono, 2020). Instrumen penelitian terdiri atas dua bagian utama, yaitu pengukuran *screen time* dan pengukuran praktik ibadah. *Screen time* dioperasionalkan sebagai durasi dan pola penggunaan perangkat digital berbasis layar dalam aktivitas sehari-hari, sedangkan praktik ibadah dioperasionalkan sebagai tingkat pelaksanaan ibadah yang mencakup aspek kuantitas dan kualitas. Selain itu, kuesioner juga memuat pertanyaan mengenai jenis aktivitas digital dominan serta karakteristik demografis responden. Analisis data dilakukan secara bertahap menggunakan teknik statistik yang relevan (Sugiyono, 2020). Pertama, dilakukan analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan kecenderungan umum masing-masing variabel. Kedua, hubungan antara *screen time* dan praktik ibadah diuji menggunakan korelasi Pearson. Ketiga, untuk menguji peran *screen time* sebagai prediktor setelah mengontrol variabel demografis, digunakan analisis regresi linier berganda. Keempat, asumsi linieritas hubungan antarvariabel diuji dengan membandingkan model linier dan kuadratik. Kelima, perbedaan praktik ibadah berdasarkan jenis aktivitas digital dominan dianalisis menggunakan *One-*

Way ANOVA. Seluruh pengolahan dan analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada 262 mahasiswa baru Muslim Universitas Andalas menunjukkan bahwa seluruh data responden dinyatakan lengkap dan layak untuk dianalisis. Responden berasal dari berbagai fakultas dan berada pada rentang usia mahasiswa tahun pertama yang sedang dalam masa transisi akademik. Selain mengikuti perkuliahan reguler, seluruh responden juga mengikuti program pembinaan religius yang terstruktur, yaitu program Asistensi Agama Islam (AAI) dan mata kuliah Pendidikan Agama Islam (PAI) pada semester pertama, sehingga para mahasiswa berada dalam konteks pembinaan keagamaan yang relatif seragam di lingkungan kampus.

Berdasarkan analisis statistik deskriptif, variabel *screen time* memiliki nilai rata-rata sebesar 3,62 dengan standar deviasi 0,41, yang mengindikasikan bahwa penggunaan perangkat digital berada pada kategori sedang hingga tinggi dan telah menjadi bagian penting dari aktivitas harian mahasiswa baru. Di sisi lain, variabel praktik ibadah memiliki nilai rata-rata sebesar 3,70 dengan standar deviasi 0,44, yang menunjukkan kategori cukup baik. Temuan ini memperlihatkan bahwa meskipun mahasiswa berada dalam lingkungan digital yang intensif, pelaksanaan ibadah secara umum masih terjaga dengan baik. Terkait distribusi aktivitas digital dominan, mayoritas mahasiswa menggunakan perangkat digital untuk media sosial (63,4%), diikuti hiburan digital (18,3%), aktivitas edukasi (16,8%), dan aktivitas religius digital (1,5%). Dominasi media sosial dan hiburan menunjukkan orientasi utama penggunaan teknologi adalah fungsi sosial dan rekreatif, sementara pemanfaatan digital secara eksplisit untuk kepentingan religius masih relatif terbatas.

Uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif yang lemah antara *screen time* dan praktik ibadah dengan nilai $r = 0,139$ dan $p = 0,024$. Hasil ini berarti peningkatan *screen time* cenderung diikuti oleh sedikit peningkatan skor praktik ibadah, yang secara substantif menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital tidak serta-merta mengurangi aktivitas ibadah mahasiswa. Hal ini dapat dijelaskan oleh kemungkinan pemanfaatan teknologi untuk aktivitas produktif atau reflektif, seperti mengakses informasi keagamaan, pengingat waktu salat, atau konten motivasional religius. Melalui analisis regresi linier berganda, ditemukan bahwa *screen time* tetap menjadi prediktor signifikan terhadap praktik ibadah setelah dikontrol oleh variabel jenis kelamin, usia, dan fakultas, dengan koefisien $b = 0,178$, $p = 0,010$, dan $R^2 = 0,060$. Nilai R^2 tersebut menunjukkan bahwa model menjelaskan sekitar 6% variasi praktik ibadah, sementara sisanya ditentukan oleh faktor lain seperti lingkungan sosial, pembinaan kampus (AAI dan PAI), serta latar belakang keluarga. Uji linieritas lebih lanjut menunjukkan bahwa hubungan ini bersifat linier sederhana tanpa pola perubahan tajam pada tingkat penggunaan tertentu ($\Delta R^2 = 0,008$; $p = 0,138$).

Hasil uji *One-Way ANOVA* mengungkapkan adanya perbedaan praktik ibadah yang signifikan berdasarkan jenis aktivitas digital dominan ($F = 5,741$; $p =$

0,001). Uji lanjut Tukey menunjukkan bahwa kelompok aktivitas edukasi memiliki skor praktik ibadah yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan kelompok hiburan (selisih mean = 0,33; $p = 0,001$) dan kelompok media sosial (selisih mean = 0,25; $p = 0,003$). Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang menggunakan teknologi untuk kepentingan akademik cenderung memiliki pola hidup yang lebih terstruktur, yang turut mendukung keteraturan dalam pelaksanaan ibadah.

Analisis terpisah antara aspek kuantitas dan kualitas ibadah menunjukkan hasil yang kontras, di mana pengaruh *screen time* terhadap kuantitas ibadah tidak signifikan ($p = 0,389$), namun berpengaruh positif signifikan terhadap kualitas ibadah ($b = 0,202$; $p = 0,006$). Hal ini mengindikasikan bahwa teknologi digital lebih berkaitan dengan aspek penghayatan, kekhusyukan, dan refleksi spiritual daripada frekuensi formal semata. Secara teoretis, temuan ini memperkuat pandangan Al-Ghazali (2016) dalam *Ihya' Ulumuddin* mengenai pentingnya kehadiran hati (*hudhurul qalb*) dan kedalaman makna batin dalam ibadah. Hal ini juga sejalan dengan pemikiran Al-Qaradhawi (2005) bahwa kualitas pengabdian lebih utama daripada rutinitas tanpa ruh, serta sejalan dengan wawasan M. Quraish Shihab (1996) mengenai pemanfaatan sarana modern untuk tujuan ukhrawi. Secara keseluruhan, intensitas penggunaan teknologi digital tidak identik dengan kemerosotan kehidupan religius; sebaliknya, konteks pembinaan melalui program Asistensi Agama Islam (AAI) dan mata kuliah Agama Islam berperan sebagai faktor penyangga yang membantu mahasiswa menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan kewajiban keagamaan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data terhadap 262 mahasiswa baru Muslim Universitas Andalas, penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *screen time* berada pada kategori sedang hingga tinggi, sedangkan praktik ibadah secara umum berada pada kategori cukup baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa intensitas penggunaan perangkat digital telah menjadi bagian integral dari kehidupan mahasiswa awal perkuliahan, namun tidak diikuti oleh penurunan signifikan dalam pelaksanaan ibadah. Hasil uji korelasi dan regresi menunjukkan adanya hubungan positif yang lemah antara *screen time* dan praktik ibadah, serta peran *screen time* sebagai prediktor yang signifikan setelah dikontrol oleh faktor demografis, meskipun kontribusinya relatif kecil. Hal ini menegaskan bahwa perilaku digital bukan merupakan faktor dominan dalam menentukan tingkat praktik ibadah mahasiswa.

Analisis perbedaan berdasarkan jenis aktivitas digital menunjukkan bahwa mahasiswa dengan orientasi penggunaan teknologi pada aktivitas edukasi memiliki tingkat praktik ibadah yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang dominan menggunakan teknologi untuk hiburan dan media sosial. Selain itu, pemisahan praktik ibadah ke dalam aspek kuantitas dan kualitas menunjukkan bahwa *screen time* lebih berkaitan dengan kualitas ibadah daripada frekuensinya. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa relasi antara *screen time*, aktivitas digital, dan praktik ibadah mahasiswa baru bersifat kompleks dan

kontekstual, serta sangat dipengaruhi oleh orientasi penggunaan teknologi dan lingkungan pembinaan religius di perguruan tinggi.

DAFTAR RUJUKAN

- Afsinatun, S., Syahri, A., Imtihan, N., & Dinawisda, N. (2025). Digital da'wah exposure and religious moderation among Indonesian Islamic university students. *Jurnal Edukasi*.
- Afsinatun, S., Syahri, A., Imtihan, N., & Dinawisda, N. (2025). Digital da'wah exposure and religious moderation among Indonesian Islamic university students. *Jurnal Edukasi*.
- Anggreani, M. N., & Rafi'i, M. (2025). Digital faith: How social media shapes the religious identity of Muslim youth. *Jurnal INSIS*.
- Anwar, K. (2024). Social media and religiosity: Shifting the religious attitudes of students. *Akademika: Journal of Social Sciences*.
- Campbell, H. A. (2022). Digital Islam and Muslim millennials: How social media influencers reimagine religious authority and Islamic practices. *Religions*, 13(4), 335.
- Dossi, F., et al. (2022). Association between religiosity/spirituality and internet behavior: A systematic review. *Journal of Religion and Health*.
- Enjang, & Supandi, D. (2025). The impact of social media on Muslim religious identity in the 21st century. *Al-Afkar Journal for Islamic Studies*, 8(1).
- Fatimah, F. A., Widyaningrum, R., & Daryono, R. W. (2024). Religiosity through students' self-awareness: Analysis of the influence of screen time media and the official Gus Iqdam YouTube channel. *Potensia: Jurnal Kependidikan Islam*, 10(1), 34-51.
- Hidayat, A., Syam, H., & Munir, A. (2023). Literasi digital dan dampaknya terhadap perilaku keagamaan mahasiswa di era disrupsi. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 8(1), 45-60.
- Mubarak, Z. (2021). Intensitas penggunaan gadget dan pengaruhnya terhadap rutinitas ibadah mahasiswa di lingkungan kampus. *Jurnal Sosiologi Agama Indonesia*, 2(2), 112-128.
- Nasrullah, R. (2021). Media sosial dan dakwah digital: Potensi, tantangan, dan implikasinya. *Jurnal Komunikasi Islam*, 7(2), 112-130.
- Peni, W. N., & Mundzir, I. (2024). Hubungan religiositas dengan social media addictions pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 6(1), 38-45.
- Rahmadisyah, A., & Zuhri, S. (2023). Penggunaan aplikasi TikTok dan hubungannya dengan karakter keagamaan mahasiswa Muslim. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Islam*, 2(1), 45-58.
- Rahmawati, J. R., Puspita, D. A., Azis, M. Z., & Fadhil, A. (2024). Dampak media sosial terhadap religiositas mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. *Hikmah: Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 168-182.
- Sagran, A. J. I., & Tengku Siti, A. T. M. A. (2023). Religiosity and time displacement: Examination of social media usage and Islamic religiosity among university students. *Kalijaga Journal of Communication*, 5(1), 1-23.

- Uecker, J. E., & McClure, P. K. (2022). Screen time, social media, and religious commitment among adolescents. *The Sociological Quarterly*.
- Zainuddin, M., & Hasanah, U. (2022). Konstruksi identitas religius mahasiswa melalui aktivitas di media sosial. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 11(3), 301-315.
- Al-Ghazali, A. H. M. (2016). *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan ilmu-ilmu agama* (P. Purwanto, Penerj.). Bandung: Penerbit Marja.
- Al-Qaradhawi, Y. (2005). *Ibadah dalam Islam* (Terjemahan). Jakarta: Akbar Media Eka Sarana.
- Shihab, M. Q. (1996). *Wawasan al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.