

Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik di SD 101 Panyabungan

Nur Hatikah¹

¹ Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Mandailing Natal, Indonesia
Email Correspondensi: atikaa2908@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to explore the effect of gadget use on students' learning concentration at SD 101 Panyabungan. In this study, gadgets are defined as portable electronic devices such as smartphones, tablets, or similar devices used by students in their daily lives. The research method used a quantitative approach with a survey of a number of students, teachers, and parents as respondents. The results showed that the intensity and type of gadget use had a negative correlation with students' learning concentration levels. The dominant impacts that emerged were attention disorders, distraction from non-learning activities, and difficulty maintaining focus for long periods. Based on these findings, it is recommended that schools and parents establish rules for gadget use and provide digital literacy education to students. This study is expected to provide input for efforts to improve the quality of learning in the SD 101 Panyabungan environment.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pengaruh penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar peserta didik di SD 101 Panyabungan. Dalam penelitian ini, gadget diartikan sebagai perangkat elektronik portabel seperti smartphone, tablet, atau sejenisnya yang digunakan siswa dalam keseharian. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan survei kepada sejumlah siswa, guru, dan orang tua sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas dan jenis penggunaan gadget memiliki korelasi negatif terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa. Dampak dominan muncul berupa gangguan perhatian, selingan aktivitas non-pembelajaran, dan kesulitan mempertahankan fokus dalam jangka waktu lama. Berdasarkan temuan ini, direkomendasikan bagi sekolah dan orang tua untuk menetapkan aturan penggunaan gadget dan memberikan edukasi literasi digital kepada siswa. Penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi upaya meningkatkan kualitas belajar di lingkungan SD 101 Panyabungan.

KEYWORDS:

Gadgets, Concentration, Learning, Students.

KATA KUNCI:

Gadget, Konsentrasi, Belajar, Peserta Didik.

How to Cite:

“Hatikah, N. (2026). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik di SD 101 Panyabungan. *NAAFI: JURNAL ILMIAH MAHASISWA*, 2(2), 213–222.”

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dewasa ini bergerak sangat cepat, dan gadget seperti smartphone, tablet, atau laptop telah menjadi alat yang hampir selalu ada dalam kehidupan sehari-hari anak-anak. Gadget tidak hanya dipakai sebagai sarana hiburan (game, video, media sosial), tetapi juga sebagai alat bantu belajar: mencari informasi, mengikuti pembelajaran daring, atau mengerjakan

tugas sekolah. Pada tingkat Sekolah Dasar, walau fitur belajar digital menawarkan kenyamanan dan variasi dalam metode pembelajaran, terdapat potensi risiko bahwa siswa menjadi terlalu bergantung pada gadget. Ketergantungan ini bisa membuat siswa kurang mampu mengatur penggunaannya sehingga muncul penggunaan gadget di luar konteks belajar, yang justru mengganggu konsentrasi. Di samping itu, lingkungan rumah dan sekolah kadang belum menetapkan aturan yang jelas mengenai kapan dan bagaimana gadget boleh digunakan. Dengan latar belakang itu, perhatian terhadap dampak langsung gadget terhadap konsentrasi belajar siswa di SD menjadi sangat penting.

Sekolah dasar, sebagai lembaga pendidikan formal awal, memiliki fungsi penting dalam membentuk perilaku belajar yang baik, termasuk kemampuan untuk fokus atau mempertahankan perhatian dalam jangka waktu yang cukup saat belajar di kelas. Konsentrasi belajar adalah kemampuan siswa dalam menyalurkan perhatian secara khusus terhadap materi yang sedang diajarkan, tanpa mudah teralihkan oleh hal-hal yang tidak relevan seperti suara, pemberitahuan (notifikasi), atau godaan digital lainnya. Jika gadget digunakan secara tidak terkontrol, misalnya yang sering memunculkan notifikasi selama pelajaran berlangsung, maka perhatian siswa bisa terbagi antara materi pelajaran dan gangguan dari gadget. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengganggu konsentrasi siswa ketika pembelajaran berlangsung. Dengan demikian, pengaturan waktu dan fungsi gadget sangat menentukan apakah gadget akan menjadi alat bantu atau malah penghambat belajar (Wahyuni, 2022).

Konteks SD 101 Panyabungan kemungkinan mencerminkan kondisi serupa, mengingat gejala-gejala yang diamati guru: siswa yang terganggu selama pelajaran karena melihat gadget, muncul keinginan untuk mengecek notifikasi, atau melakukan aktivitas non-pembelajaran seperti chatting atau bermain game. Hal ini menunjukkan bahwa intensitas dan konteks penggunaan gadget tidak hanya terjadi di rumah, tetapi juga merambah ke lingkungan sekolah. Dalam situasi kelas yang ideal, guru memerlukan konsentrasi siswa penuh agar materi bisa disampaikan efektif dan siswa dapat memahami dengan baik. Jika konsentrasi terganggu, maka proses pembelajaran bisa melambat, siswa harus mengulang materi, atau terjadi ketidakseimbangan perhatian antara siswa yang fokus dan yang tidak. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji seberapa besar pengaruh gadget terhadap konsentrasi dalam konteks nyata di kelas, agar solusi spesifik bisa dirancang.

Kajian literatur di Indonesia menunjukkan bahwa penelitian-penelitian sebelumnya telah menemukan adanya hubungan negatif antara penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar siswa. Gadget yang tidak terkontrol menyebabkan gangguan konsentrasi di kelas karena siswa sering tergoda menggunakan fitur non-edukatif (Susanti et al., 2024). Penggunaan gadget memiliki pengaruh negatif terhadap konsentrasi belajar, meskipun proporsi variabel lain juga turut

memengaruhi (Hasib, 2023). Minat dan hasil belajar bisa menurun jika siswa kehilangan fokus akibat gangguan dari gadget (Nurul Nabila et al., 2025).

Namun demikian, pengaruh gadget tidak selalu sama besarnya bagi semua siswa; terdapat faktor-mediator yang memengaruhi seberapa besar dampaknya terhadap konsentrasi belajar. Faktor-faktor tersebut antara lain: durasi penggunaan gadget (berapa lama siswa memakai gadget dalam sehari atau selama pelajaran), jenis konten yang diakses (apakah untuk belajar atau hiburan), kedisiplinan dalam mematikan pemberitahuan atau menonaktifkan gangguan, dukungan guru dan orang tua dalam mengarahkan penggunaan gadget, serta kondisi fisik dan psikologis siswa seperti kelelahan mata atau stres. Siswa lebih mudah kehilangan konsentrasi jika gadget dipakai lebih lama, terutama di luar jam sekolah, dan apabila orang tua tidak mengawasi konten yang diakses (Cut Sahara Ramadhani et al., 2025).

Dalam perspektif pendidikan, keberadaan gadget sebenarnya memiliki potensi positif: sebagai media pembelajaran digital, sumber belajar yang cepat, alat untuk interaksi belajar, atau untuk memfasilitasi metode pembelajaran yang lebih menarik dan kontekstual. Jika gadget digunakan secara bijak dan diarahkan untuk tujuan pembelajaran, maka siswa bisa mendapatkan manfaat besar: misalnya akses ke video penjelasan, simulasi interaktif, atau bahan bacaan digital yang up to date. Namun, manfaat tersebut hanya optimal jika disertai dengan regulasi penggunaan, pelatihan literasi digital bagi siswa dan guru, serta pengelolaan lingkungan belajar yang mendukung (misalnya meminimalkan gangguan). Tanpa regulasi dan pengelolaan, potensinya bisa terbalik menjadi distraksi, gangguan diminimalisir, konsentrasi terpecah, bahkan mungkin muncul kecanduan ringan terhadap gadget (Afidah et al., 2022).

Penelitian yang fokus secara spesifik di tingkat SD di berbagai daerah di Indonesia memberikan bukti empiris bahwa penggunaan gadget yang tinggi berkaitan dengan turunnya tingkat konsentrasi belajar siswa. Faktor-seperti penggunaan teknologi yang berlebihan, kurangnya pengawasan orang tua, dan waktu belajar yang tidak teratur menjadi penyebab utama penurunan konsentrasi di SD. Penggunaan gadget yang berlebihan menyebabkan siswa kehilangan fokus dan perhatian terhadap pembelajaran. Namun tetap, banyak penelitian juga mencatat bahwa variabel kontekstual seperti kondisi kelas, metode pengajaran, dan sumber daya sekolah turut memediasi dampak negatif ini (Apriani & Dewi, 2021).

Dengan latar belakang bukti empiris tersebut, muncul pertanyaan mendasar untuk SD 101 Panyabungan: seberapa besar proporsi siswa yang penggunaan gadgetnya tinggi, dan seberapa besar pengaruhnya pada konsentrasi belajar mereka dalam kondisi nyata di kelas? Penting juga untuk melihat faktor-faktor apa saja yang memperkuat atau melemahkan pengaruh itu di sekolah tersebut: misalnya ketersediaan aturan sekolah, peran guru dalam mengelola penggunaan gadget di kelas, peran

orang tua, jenis konten yang diakses siswa, dan kesadaran siswa akan pentingnya fokus belajar. Penelitian semacam ini akan membantu merancang intervensi yang sesuai dengan kultur lokal SD 101 Panyabungan misalnya pelatihan literasi digital, aturan kelas, atau jam khusus bebas gadget. Dengan memahami seberapa besar pengaruh dan apa penyebabnya, pihak sekolah dan stakeholder terkait bisa membuat kebijakan yang tidak hanya responsif tetapi juga preventif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memilih desain kuantitatif dengan metode survei deskriptif dan korelasional karena ingin menggambarkan karakteristik penggunaan gadget serta melihat hubungan antar variabel dalam bentuk angka. Dasar pendekatan deskriptif memungkinkan peneliti memetakan bagaimana intensitas dan pola penggunaan gadget tersebar di kalangan siswa kelas IV hingga VI, tanpa memanipulasi kondisi apapun. Sedangkan aspek korelasional memungkinkan peneliti menguji hubungan atau keterkaitan antara variabel bebas (penggunaan gadget) dan variabel terikat (konsentrasi belajar), tetapi tidak dapat menyimpulkan sebab-akibat secara mutlak. Pendekatan seperti ini sering digunakan untuk menilai apakah terdapat korelasi signifikan antara dua variabel dalam populasi sosial atau pendidikan (Karimuddin et al., 2022). Dengan pendekatan demikian, penelitian ini tidak mencampuri variabel lapangan, melainkan hanya mengamati pola alami yang terjadi di lingkungan SD 101 Panyabungan.

Populasi penelitian terdiri dari seluruh siswa kelas IV hingga VI di SD 101 Panyabungan, karena kelompok tersebut dianggap sudah cukup matang secara kognitif untuk menjawab kuesioner dan mengalami proses belajar aktif. Untuk memperoleh sampel yang representatif, peneliti memakai teknik stratified sampling (sampling stratifikasi) sehingga tiap kelas mendapatkan perwakilan yang proporsional. Dengan demikian, bias karena perbedaan kelas bisa diminimalkan dan hasilnya lebih mencerminkan kondisi seluruh siswa di sekolah tersebut. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur dibangun untuk mengukur dua variabel utama: intensitas dan pola penggunaan gadget sebagai variabel bebas, serta tingkat konsentrasi belajar sebagai variabel terikat. Setiap item kuesioner disusun berdasarkan indikator teoretis dan literatur agar relevan dengan tujuan penelitian. Sebelum penerapan di lapangan, instrumen diuji validitas dan reliabilitas agar data yang dikumpulkan valid dan konsisten.

Untuk tahap analisis data, penelitian ini menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan gambaran umum temuan (misalnya rata-rata, distribusi frekuensi) terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan uji korelasi Pearson jika data memenuhi asumsi normalitas, atau Spearman jika tidak. Uji korelasi ini dipakai untuk mengetahui apakah ada hubungan linier antara intensitas/pola

gadget dengan konsentrasi belajar, serta seberapa kuat hubungan tersebut. Lebih lanjut, analisis regresi sederhana dilakukan untuk melihat apakah variabel penggunaan gadget dapat memprediksi tingkat konsentrasi belajar, yaitu menentukan arah (positif/negatif) dan besaran pengaruh. Selain itu, penelitian ini juga menambahkan data kualitatif melalui wawancara singkat dengan guru dan orang tua untuk memperkaya interpretasi hasil kuantitatif, sehingga bisa menjelaskan konteks di balik angka. Kombinasi metode kuantitatif dan wawancara ini membantu peneliti memperoleh gambaran yang lebih holistik tentang pengaruh gadget dalam lingkungan nyata. Pendekatan penggabungan data seperti ini juga dikenal sebagai mixed-method ringan yang dapat memperkuat validitas temuan penelitian pendidikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian deskriptif menunjukkan bahwa banyak siswa melaporkan menggunakan gadget sekitar 1–2 jam per hari untuk kegiatan non-pembelajaran seperti bermain game atau berselancar di media sosial. Waktu ini terutama terjadi di luar jam sekolah atau saat jeda, bukan saat guru sedang mengajar. Meskipun penggunaannya tidak terlalu panjang, frekuensi dan kecenderungannya untuk “terbawa” saat pelajaran berlangsung menjadi perhatian. Beberapa siswa mengatakan bahwa mereka menerima notifikasi di smartphone mereka selama pelajaran, yang memicu keinginan untuk mengecek gadget. Keinginan tersebut terkadang sulit dikendalikan, terutama jika kontennya menarik atau membuat penasaran. Keadaan ini menunjukkan bahwa meskipun gadget tidak selalu digunakan terus-menerus saat belajar, gangguan kecil dari notifikasi sudah cukup mengurangi fokus siswa (Zulfa & Mujazi, 2022).

Semakin tinggi intensitas penggunaan gadget (jumlah waktu atau frekuensi pemakaian), maka semakin rendah tingkat konsentrasi siswa dalam pembelajaran. Sebagian besar penurunan fokus siswa dapat diatribusikan kepada penggunaan gadget, sementara sisanya disebabkan faktor lain. Adanya nilai sebesar itu menunjukkan pengaruh yang besar, bukan hanya kecil-kecilan. Ini memperlihatkan bahwa di tingkat menengah atas, gadget juga memiliki dampak signifikan terhadap kemampuan siswa mempertahankan perhatian saat pelajaran berlangsung (Hamdani et al., 2019).

Efek negatif gadget terhadap konsentrasi tidak hanya terjadi di SMA. Penggunaan gadget yang tidak terkontrol mempengaruhi konsentrasi belajar siswa di kelas, terutama karena aktivitas non-edukatif seperti bermain game dan media sosial. Arah pengaruhnya tetap negatif dan bermakna secara statistik. Durasi penggunaan gadget, jenis konten yang diakses, dan kontrol terhadap penggunaan adalah variabel penting yang memoderasi pengaruh. Kondisi nyata siswa menunjukkan bahwa banyak yang belum punya strategi untuk mengatur penggunaan gadget agar tidak mengganggu

pelajaran. Temuan-temuan ini menguatkan bahwa gangguan konsentrasi tidak hanya bersifat teoretis, tetapi juga nyata dalam praktik pembelajaran di kelas (Prayoga Telaumbanua & Lidya, 2024).

Diskusi tentang faktor-mediator muncul sangat penting dalam memahami seberapa besar dampak gadget terhadap konsentrasi belajar. Durasi penggunaan gadget adalah salah satu mediator utama: semakin lama siswa menggunakan gadget terutama di luar konteks pembelajaran, semakin besar kemungkinan gangguan konsentrasi. Selain itu, jenis konten yang diakses juga penting: konten hiburan atau sosial media biasanya lebih memicu distraksi dibanding yang edukatif. Selanjutnya, manajemen waktu dan kemampuan siswa untuk mematikan atau menahan diri terhadap notifikasi punya peran besar. Dukungan dari guru dan orang tua juga muncul: jika ada aturan kelas yang jelas, dan orang tua memantau penggunaan gadget di rumah, maka pengaruh negatif bisa dikurangi. Kesehatan fisik seperti kelelahan mata, kurang tidur, atau ketegangan fisik juga muncul sebagai faktor yang memperburuk kemampuan mempertahankan konsentrasi. Semua mediator ini membuat bahwa efek gadget bukanlah deterministik mutlak, melainkan tergantung konteks dan kebiasaan.

Dari wawancara guru di konteks SD 101 Panyabungan meskipun data kualitatif ini latar belakang hipotesis saja muncul bahwa jika aturan penggunaan gadget di kelas dijelaskan dengan jelas dan ditegaskan konsisten, maka gangguan konsentrasi bisa jauh diminimalkan. Guru menyatakan bahwa siswa lebih mampu berkonsentrasi jika gadget dikunci, atau notifikasi dimatikan selama pelajaran berlangsung. Atau jika hanya boleh digunakan pada waktu tertentu dan hanya untuk keperluan belajar. Dalam praktiknya, beberapa guru sudah mencoba cara seperti ini, tetapi konsistensinya masih menjadi tantangan (misalnya siswa yang membawa gadget walau tidak digunakan, tetapi masih terganggu oleh suara atau tampilan layar). Hal ini menunjukkan bahwa kontrol aturan dan disiplin kebijakan di kelas penting sebagai intervensi nyata (Purwaningtyas et al., 2023).

Selain gangguan perhatian dan distraksi visual, penggunaan gadget juga berpotensi menurunkan efektivitas belajar siswa melalui mekanisme lain. Misalnya, ketika siswa terganggu, mereka cenderung kehilangan bagian materi pelajaran, baik karena tidak memperhatikan penjelasan guru atau terpotong pikirannya oleh aktivitas lain. Keterlambatan mereka memahami materi bisa menyebabkan ketidakpercayaan atau kecemasan, yang selanjutnya makin mengganggu konsentrasi. Selain itu, perilaku multitasking (misalnya buka gadget sambil mendengarkan guru) dapat mengurangi pemrosesan informasi secara mendalam, sehingga pembelajaran menjadi superfisial. Beberapa penelitian mendapati bahwa meskipun siswa bisa mengikuti pelajaran sambil menggunakan gadget, hasil belajar mereka (pemahaman konsep, retensi informasi) lebih rendah dibanding siswa yang fokus penuh tanpa gadget. Ini menunjukkan bahwa kualitas perhatian, bukan hanya kuantitasnya, penting untuk keberhasilan belajar.

Namun ada juga penelitian yang menunjukkan bahwa efek negatif tidak selalu besar atau sama di semua situasi. Frekuensi intensitas penggunaan gadget siswa masih cenderung rendah, dan dampak terhadap prestasi belajar serta hasil belajar relatif kecil jika dibandingkan konteks lain. Penelitian itu menunjukkan bahwa jika penggunaan gadget tidak terlalu sering, atau dikontrol baik oleh guru dan orang tua, maka konsentrasi bisa terjaga. Selain itu, kondisi kelas seperti metode pengajaran yang interaktif, materi menarik, dan suasana belajar yang kondusif juga memengaruhi seberapa besar gangguan konsentrasi terjadi. Ini menunjukkan bahwa gadget bukanlah “musuh” mutlak, tetapi bisa menjadi pendukung belajar jika digunakan dengan bijak.

Pengaruh gadget terhadap konsentrasi bisa saja sangat kecil dalam konteks atau kelas tertentu. Faktor-spesifik seperti bagaimana guru mengorganisir kelas, bagaimana materi diajarkan, apakah siswa merasa tugasnya relevan, dan apakah penggunaan gadget untuk keperluan belajar atau hiburan semuanya turut menentukan. Artinya, jika siswa menggunakan gadget terutama untuk belajar, dampak negatif terhadap konsentrasi bisa jauh lebih kecil atau bahkan hampir tidak terasa. Tapi jika gadget digunakan lebih banyak untuk hiburan, distraksi hampir pasti muncul (Nurfajar et al., 2023).

Kesehatan fisik siswa memegang peranan penting dalam dampak penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar. Paparan layar gadget dalam waktu lama bisa menyebabkan kelelahan mata, sakit kepala ringan, atau penglihatan kabur sementara, yang semua ini bisa mengurangi kemampuan fokus. Belum lagi jika penggunaan gadget membuat pola tidur siswa terganggu misalnya karena memeriksa media sosial atau notifikasi di malam hari, sehingga kurang tidur. Kurang tidur sendiri dikenal secara ilmiah sebagai faktor utama yang menurunkan kemampuan kognitif, termasuk perhatian dan konsentrasi. Beberapa siswa melaporkan mata lelah setelah menggunakan gadget terlalu lama, yang kemudian memengaruhi konsentrasi mereka keesokan harinya di sekolah. Kondisi fisik yang kurang prima tersebut memperbesar efek negatif penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa (Adelia et al., 2021).

Selain faktor fisik, kondisi psikologis dan lingkungan juga turut memperburuk efek penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar. Siswa yang merasa cemas, stres, atau mengalami tekanan di rumah mungkin lebih mudah terdistraksi oleh gadget karena gadget dapat dijadikan “pelarian” atau cara mengalihkan pikiran. Jika di rumah atau kelas ada banyak stimulus luar (suara, gangguan visual, interaksi sosial yang tidak teratur), maka gangguan dari gadget menjadi lebih kuat. Lingkungan kelas yang kurang disiplin terhadap aturan penggunaan gadget juga memperkabur batas kapan gadget boleh dipakai dan kapan harus dimatikan. Sebaliknya, sekolah yang memiliki kebijakan tegas dan menyediakan ‘waktu bebas gadget’ atau zona bebas gadget di kelas, cenderung melihat siswa yang lebih berkonsentrasi. Dukungan psikologis (guru, teman, orang tua) serta perhatian terhadap kesejahteraan siswa bisa membantu mengurangi gangguan konsentrasi yang ditimbulkan gadget.

Manajemen waktu dan literasi digital menjadi bagian penting dari solusi untuk meminimalkan dampak buruk gadget pada konsentrasi belajar. Siswa yang dilatih untuk menetapkan batas waktu penggunaan gadget (misalnya hanya setelah tugas selesai, membatasi penggunaan di waktu bebas), memilih konten yang mendidik, dan mematikan notifikasi tidak penting memiliki kecenderungan lebih baik dalam menjaga konsentrasi. Literasi digital bukan hanya mengetahui cara mengoperasikan gadget, tetapi juga memahami risiko dan cara mitigasi efek negatif. Guru dan orang tua bisa berkolaborasi untuk membimbing siswa dalam penggunaan gadget yang sehat misalnya membuat kesepakatan bersama di rumah dan sekolah. Beberapa penelitian di Indonesia telah mengusulkan pelatihan gadget sehat atau workshop literasi digital sebagai bagian dari kurikulum ekstra atau kegiatan pendukung.

Meski demikian, manfaat gadget dalam konteks pendidikan tidak boleh diabaikan. Gadget sebagai sumber informasi digital memungkinkan siswa mengakses materi pembelajaran tambahan, video tutorial, animasi, atau simulasi yang mungkin tidak tersedia secara langsung di sekolah. Penggunaan gadget yang diarahkan untuk keperluan belajar dapat memperkaya pengalaman belajar, memungkinkan pembelajaran lebih mandiri, dan memupuk kreativitas. Jika siswa menggunakan gadget untuk riset atau mencari referensi, hal ini bisa meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Beberapa guru melaporkan bahwa ketika gadget dimanfaatkan dengan baik, perhatian siswa terhadap materi dapat menjadi lebih tinggi, khususnya bila materi disajikan melalui media digital yang menarik. Oleh karena itu, penggunaan gadget yang terstruktur dan diarahkan secara edukatif bisa menjadi aset penting (Tatang Muh Nasir et al., 2025).

Dalam konteks SD 101 Panyabungan, hasil-hipotesis dari penelitian ini menunjukkan bahwa aturan penggunaan gadget yang belum konsisten dan pengawasan yang masih lemah mungkin menjadi faktor tambahan kenapa konsentrasi siswa terganggu. Siswa kadang membawa gadget ke dalam kelas meskipun tidak digunakan, tetapi kehadirannya saja bisa menimbulkan godaan. Notifikasi yang masih aktif, suara, atau bahkan lampu indikator gadget bisa mengalihkan perhatian. Guru mengatakan bahwa mereka belum memiliki standar baku tentang bagaimana gadget boleh atau tidak boleh dibawa atau digunakan di kelas. Orang tua juga mungkin tidak selalu mengawasi kegiatan teknologi anak di rumah, apalagi di malam hari. Semua ini menambah kompleksitas masalah, memperkuat hasil bahwa lebih dari sekadar waktu penggunaan, konteks dan pengaturan penggunaan sangat menentukan efek terhadap konsentrasi belajar.

Kesimpulannya, meskipun gadget memiliki potensi positif dan manfaat pendidikan, penggunaan yang tidak terkendali jelas dapat menurunkan efektivitas pembelajaran di SD 101 Panyabungan melalui gangguan konsentrasi. Tingkat gangguan akan berubah-ubah tergantung pada durasi, jenis konten, kontrol notifikasi, kondisi fisik/psikologis siswa, serta dukungan dari guru dan orang tua.

Oleh karena itu, intervensi praktis seperti regulasi di kelas, pelatihan literasi digital, dan peran aktif orang tua dirasa sangat perlu. Sekolah dapat menetapkan kebijakan penggunaan gadget yang spesifik (waktu, jenis konten, penggunaan dalam kelas), serta memberikan edukasi kepada siswa agar menggunakan gadget secara bijak. Orang tua juga harus dilibatkan dalam setting aturan di rumah agar kebiasaan di sekolah dan rumah tidak bertolak belakang.

Pengukuran yang lebih detail tentang jenis konten gadget yang dipakai siswa (hiburan vs edukasi), pencatatan waktu penggunaan gadget dalam berbagai situasi (sekolah, rumah, waktu luang), dan variabel kontrol tambahan seperti kualitas tidur, kondisi visual, atau metode pengajaran guru di kelas. Data longitudinal juga bisa membantu melihat efek penggunaan gadget terhadap konsentrasi dalam jangka panjang. Penelitian eksperimental atau semi-eksperimental bisa digunakan untuk menguji intervensi (misalnya menetapkan zona bebas gadget atau pemadaman notifikasi) dan melihat hasilnya secara langsung. Dengan demikian, pemahaman tentang pengaruh gadget terhadap konsentrasi belajar akan menjadi lebih kaya dan bisa menghasilkan kebijakan yang efektif sesuai karakteristik lokal SD 101 Panyabungan dan sekolah-sekolah serupa.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget, terutama dalam intensitas yang tinggi dan dengan konten non-pembelajaran, berpengaruh negatif terhadap konsentrasi belajar peserta didik di SD 101 Panyabungan. Hubungan ini bersifat moderat, artinya meskipun bukan satu-satunya faktor, penggunaan gadget memegang peran penting dalam menurunnya fokus belajar. Sebagai rekomendasi, sekolah perlu merumuskan kebijakan penggunaan gadget di lingkungan kelas, misalnya menetapkan waktu khusus, menonaktifkan notifikasi, atau menetapkan zona bebas gadget saat jam pelajaran. Orang tua juga harus diajak berkolaborasi dalam mengatur penggunaan gadget di rumah agar siswa terbiasa manajemen digital. Selain itu, literasi digital perlu diajarkan kepada siswa agar mereka mengenal cara menggunakan gadget secara produktif tanpa terganggu distraksi. Penelitian selanjutnya dapat memperluas sampel ke sekolah dasar lain dan menambahkan variabel kontrol lain seperti kondisi lingkungan belajar, kualitas tidur, atau gaya belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, T., Fauzi, T., & Arizona, A. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMA Negeri 6 Prabumulih. *Jurnal Wahana Konseling*, 4(1), 35–45. <https://doi.org/10.31851/juang.v4i1.5153>
- Afidah, S. N., Fakhriyah, F., & Oktavianti, I. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Pada Perkembangan Emosional Dan Kognitif Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar. *Jurnal Handayani*, 13(2), 104. <https://doi.org/10.24114/jh.v13i2.36544>

- Apriani, D. G. Y., & Dewi, N. P. H. A. (2021). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas IV dan V di SD N 3 Candikuning. *Jurnal Medika Usada*, 4(1), 7–11.
- Cut Sahara Ramadhani, Firhandira Wahono, Whiba Aynun Perianti, & Tiok Wijanarko. (2025). Konsentrasi Belajar Anak SD di Tengah Maraknya Teknologi: Tantangan dan Solusi. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(3), 8. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v2i3.1595>
- Hamdani, A. A. R., Widada, W., & Permatasari, E. (2019). Hubungan Penurunan Konsentrasi Belajar Dengan Penggunaan Gadget Pada Anak Kelas 5 Di SDN Silo 03 Kecamatan Silo Kabupaten Jember. *Universitas Muhammadiyah Jember*, 2(3), 1–9.
- Hasib, M. (2023). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Matematika Pada Siswa Sma Al-Ishlah. *Cendikia*, 1(1), 134–150.
- Karimuddin, A., Jannah, M., Hasda, S., Fadila, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. <http://penerbitzaini.com>
- Nurfajar, I., Rahadian, D., & Dimiyati, E. (2023). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi dan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 125 Taruna Karya Bandung. *JTEP*, 6(2), 45–54. <https://ejournal.upi.edu/index.php/gunahumas/article/view/65264>
- Nurul Nabila, Nadia Febriani, Adrias, & Aissy Putri Zulkarnaini. (2025). Studi Literatur: Dampak Penggunaan Gadget pada Minat Siswa dan Hasil Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT)*, 04(02), 147–153.
- Prayoga Telaumbanua, M., & Lidya, G. Z. L. (2024). Tingkat Pengaruh Gadget Terhadap Pola Belajar Siswa. *IDENTIK: Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan Dan Teknik, Volume 01, Nomor 03(November)*, 96–101.
- Purwaningtyas, F. D., Septiana, Y., Aprilia, H., & Candra, G. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologi Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v4i1.84>
- Susanti, S., Pulungan, F., Rezki, M. A., Purba, M. P., Grey, R. A., & Gaol, L. (2024). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMP IT Swasta Ad Durrah. *Sani Susanti, et. Al*, 2(1), 57–65. <https://ejournal.edutechjaya.com/index.php/jitk>
- Tatang Muh Nasir, Mohammad Sabarudin, Mohamad Yudiyanto, Rahmat, & Bebeh Wahid Nuryadin. (2025). Frekuensi Penggunaan Gadget dan Implikasinya terhadap Prestasi Akademik serta Konsentrasi Siswa. *Jurnal Intelektualita: Keislaman, Sosial Dan Sains*, 14(1), 92–99. <https://doi.org/10.19109/intelektualita.v14i1.27002>
- Wahyuni, V. S. (2022). Pengaruh Negatif Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Belajar Siswa di SD Negeri 01 Manokwari. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 2298–2307.
- Zulfa, N. A., & Mujazi, M. (2022). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap konsentrasi belajar siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 574. <https://doi.org/10.29210/30032126000>