

## **HUBUNGAN *DIGITAL DISTRACTION* TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS V SDN GENUKSARI 01**

Siti Amsiyah<sup>1</sup>, Nuhyal Ulia<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>PGSD FKIP Universitas Islam Sultan Agung

<sup>1</sup>34302200095@std.unissula.ac.id, <sup>2</sup>nuhyalulia@unissula.ac.id

### **ABSTRACT**

*This study, entitled The Relationship between Digital Distraction and the Concentration of Fifth Grade Students at SDN Genuksari 01, is motivated by the development of the digital era, which has facilitated the acquisition of information and learning resources. However, technology has also created a problem known as digital distraction, which has the ability to disrupt student concentration. Digital distraction occurs when students' attention is diverted from learning activities to the use of digital devices for non-academic purposes. The purpose of this study is to determine the relationship and influence of digital distraction on student concentration. This study uses a quantitative approach with a correlational methodology. The sample size is 52 students, selected using a saturated sampling method. Data were collected using a questionnaire about digital distraction and learning concentration, which has been validated and is reliable. Data were analyzed using descriptive statistics, normality tests, linearity tests, Spearman's Rank correlation test, and simple linear regression. Theoretically, this study is based on the theory of cognitive load and self-regulated learning, which explains how digital distraction affects students' attention and self-control processes during learning. The results show that digital distraction and student concentration have a moderate influence. The correlation test resulted in -0.194, indicating a very weak and negligible negative relationship ( $p > 0.05$ ). Regression tests revealed that digital distraction had no significant effect on learning concentration ( $p = 0.092$ ; contribution: 5.6%). Based on these findings, it was concluded that digital distraction was not the primary factor affecting students' learning concentration. Therefore, it is important to manage technology properly while strengthening internal elements and creating an effective learning environment.*

**Keywords:** *digital distraction, learning concentration, elementary school students, and the digital era.*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini berjudul Hubungan *Digital Distraction* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V di SDN Genuksari 01 dilatar belakangi oleh perkembangan era digital yang telah memudahkan perolehan informasi dan sumber belajar. Namun, teknologi juga telah menimbulkan masalah yang dikenal sebagai gangguan digital, yang memiliki kemampuan untuk mengganggu konsentrasi siswa. *Digital distraction* terjadi ketika perhatian siswa dialihkan dari kegiatan belajar ke penggunaan perangkat digital untuk tujuan non-akademik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dan pengaruh *digital distraction* terhadap konsentrasi belajar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metodologi korelasional. Ukuran sampel adalah 52 siswa, dipilih menggunakan metode pengambilan sampel jenuh. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tentang

*digital distraction* dan konsentrasi belajar, yang telah divalidasi dan reliabel. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, uji korelasi Rank Spearman, dan regresi linier sederhana. Secara teoritis, penelitian ini didasarkan pada teori beban kognitif dan pembelajaran mandiri, yang menjelaskan bagaimana *digital distraction* memengaruhi perhatian dan proses pengendalian diri siswa selama belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *digital distraction* dan konsentrasi siswa memiliki pengaruh yang moderat. Uji korelasi menghasilkan  $-0,194$ , menunjukkan hubungan negatif yang sangat lemah dan dapat diabaikan ( $p > 0,05$ ). Uji regresi mengungkapkan bahwa *digital distraction* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar ( $p = 0,092$ ; kontribusi: 5,6%). Berdasarkan temuan tersebut, disimpulkan bahwa *digital distraction* bukanlah faktor utama yang memengaruhi konsentrasi belajar siswa. Oleh karena itu, penting untuk mengelola teknologi dengan benar sekaligus memperkuat elemen internal dan menciptakan lingkungan belajar yang efektif.

**Kata kunci:** *digital distraction*, konsentrasi belajar, siswa sekolah dasar, dan era digital.

## A. Pendahuluan

Kemajuan teknologi digital telah memberikan dampak yang cukup besar pada bidang pendidikan, terutama dalam hal akses terhadap informasi dan sumber belajar. Pengenalan perangkat digital seperti smartphone, tablet, dan internet telah membuat pembelajaran menjadi lebih mudah beradaptasi, interaktif, dan individual. (Iryna, 2023). Namun, di balik keunggulan-keunggulan tersebut, muncul hambatan baru berupa *digital distraction*, yaitu kondisi di mana konsentrasi siswa terganggu akibat penggunaan perangkat digital untuk tujuan non-akademik. (Flanigan & Kim, 2022; Martin et al., 2025; Wang, 2022). Masalah ini sangat mengkhawatirkan, terutama di kalangan siswa sekolah dasar yang

masih dalam tahap pertumbuhan kognitif dan memiliki pengendalian diri yang lemah.

Penggunaan perangkat digital oleh anak-anak meningkat di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Menurut Common Sense Media (2020) lebih dari 53% anak usia dini memiliki akses ke perangkat digital, dengan sebagian besar menggunakannya untuk hiburan, seperti menonton film dan bermain game. Di Indonesia, tren ini terlihat dari meningkatnya penggunaan internet dan telepon seluler oleh anak-anak, dengan 35,57% mengakses internet dan 39,71% menggunakan ponsel (Adimaja, 2025). Meskipun teknologi dapat membantu pembelajaran dengan meningkatkan motivasi dan kreativitas (Adelia et al., 2025;

Mardiansyah, 2025), penggunaan yang berlebihan berpotensi mengurangi fokus, mengganggu konsentrasi, dan memengaruhi prestasi akademik (Rahmawati et al., 2025). Notifikasi, media sosial, dan aktivitas digital lainnya yang tidak terkait dengan pembelajaran seringkali menyebabkan *digital distraction*, mengganggu perhatian dan memori kerja siswa selama tugas pembelajaran (Langreo, 2023; Perez-Juarez et al., 2023).

Secara teori, *digital distraction* dapat meningkatkan beban kognitif sekaligus menurunkan kemampuan siswa untuk memperoleh dan mempertahankan pengetahuan (Chen & Yan, 2016). Lebih lanjut, faktor-faktor seperti kurangnya pengawasan, kebiasaan penggunaan perangkat, dan lingkungan belajar berdampak pada tingkat konsentrasi siswa (Kamaruddin et al., 2023; OECD, 2024b). Wawancara dan observasi di SDN Genuksari 01 mengungkapkan bahwa, meskipun ada pembatasan penggunaan ponsel pintar di sekolah, siswa mudah teralihkannya perhatiannya, baik oleh interaksi sosial maupun kebiasaan di luar sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa masalah konsentrasi dipengaruhi tidak hanya

oleh penggunaan gadget digital secara langsung, tetapi juga oleh variabel lain yang lebih kompleks.

Penelitian ini mengkaji siswa kelas lima di SDN Genuksari 01 untuk mengetahui hubungan dan pengaruh *digital distraction* terhadap konsentrasi belajar. Penelitian ini penting karena masih sedikit penelitian tentang *digital distraction* di kalangan anak sekolah dasar. Oleh karena itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis terhadap manajemen pembelajaran di era digital.

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) telah menghasilkan perubahan signifikan di banyak bidang kehidupan manusia, termasuk pendidikan, bisnis, dan kehidupan sosial. Era digital ditandai dengan dominasi teknologi dalam aktivitas manusia dan meningkatnya penggunaan data, konektivitas internet, dan otomatisasi untuk meningkatkan produktivitas dan kreativitas (Tapscott et al., 2021; Wisnubroto, 2024). Transformasi ini didorong oleh terobosan dalam kecerdasan buatan, big data, dan pembelajaran mesin, yang dengan cepat memengaruhi sistem

pembelajaran modern (UNESCO et al., 2019). Selain itu, inovasi digital meningkatkan akses ke pendidikan dan mempercepat terwujudnya pembelajaran universal (Unesco, 2023).

Era digital ditandai dengan konektivitas tinggi, akses informasi yang cepat, dan integrasi lintas platform, yang menghasilkan budaya komunikasi instan (Schwab, 2016). Generasi saat ini, yang dikenal sebagai penduduk asli digital, tumbuh besar dengan teknologi, menjadikan perangkat digital sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari mereka (Kristy et al., 2024). Keadaan ini menciptakan peluang besar untuk inovasi pembelajaran sekaligus menimbulkan kekhawatiran seperti ketergantungan teknologi dan berkurangnya rentang perhatian siswa.

Kemajuan pesat TIK, seperti internet, komputasi awan, kecerdasan buatan, dan big data, telah mengubah cara orang mengakses dan berinteraksi dengan informasi (Machmud et al., 2021). Digitalisasi juga mempercepat perkembangan masyarakat berbasis pengetahuan, di mana informasi memainkan peran penting dalam kemajuan sosial dan ekonomi (OECD, 2024a). Teknologi

digital berfungsi sebagai katalis dalam pendidikan, memperluas akses, fleksibilitas, dan kualitas pembelajaran di seluruh dunia.

Penggunaan teknologi dalam pendidikan telah terbukti meningkatkan keterlibatan siswa dan hasil belajar. Studi menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis teknologi dapat secara dramatis meningkatkan partisipasi siswa dibandingkan dengan pendekatan tradisional (Lee et al., 2022). Selain itu, digitalisasi mendorong pengembangan keterampilan abad ke-21 seperti berpikir kritis, kreativitas, kerja sama, dan literasi digital (OECD, 2024b). Dengan demikian, teknologi merupakan alat sekaligus aspek penting dalam mereformasi sistem pendidikan.

Namun, munculnya era digital telah menimbulkan sejumlah konsekuensi negatif yang harus ditangani. Digitalisasi berpotensi memperdalam kesenjangan sosial dan menciptakan jenis ketidaksetaraan baru dalam akses teknologi (Parks et al., 2025). Di sisi lain, dampak media digital terhadap budaya dapat mengubah cita-cita sosial (Fauzan et al., 2025). Selain itu, penggunaan teknologi yang

berlebihan memengaruhi kesehatan mental, termasuk peningkatan stres, kecemasan, dan isolasi sosial (Liñan, 2025).

Salah satu dampak nyata dari pertumbuhan teknologi dalam pendidikan adalah terciptanya fenomena *digital distraction*, yang terjadi ketika perhatian siswa dialihkan dari kegiatan belajar ke penggunaan perangkat digital yang tidak terkait (Flanigan & Kim, 2022; Wang, 2022). Gangguan ini terkait dengan kapasitas memori kerja yang terbatas, seperti yang dibahas dalam *Cognitive Load Theory*, oleh karena itu penggunaan teknologi yang tidak terkontrol dapat menghambat proses pembelajaran. Karakteristik perilaku, kognitif, dan psikologis yang memengaruhi *digital distraction* meliputi kecenderungan multitasking, impulsivitas, dan rasa takut ketinggalan (*fear of missing out*) (Rizky et al., 2025; Throuvala et al., 2021).

Di sisi lain, fokus dalam belajar merupakan keterampilan penting yang menentukan kemampuan siswa untuk memahami materi pembelajaran. Konsentrasi mencakup perhatian selektif, regulasi kognitif, dan keterlibatan emosional dan perilaku dalam proses pembelajaran (Lin et al.,

2023; Maiztegi-kortabarria et al., 2024). Siswa dengan tingkat konsentrasi tinggi dapat mempertahankan konsentrasi, menyelesaikan pekerjaan secara efisien, dan menghindari gangguan eksternal (Rachmat & Fajri, 2020). Namun, paparan yang lebih besar terhadap gangguan digital telah ditemukan dapat mengganggu konsentrasi siswa dan mengganggu keterlibatan kognitif (Lin et al., 2023).

Beberapa penelitian telah menemukan korelasi negatif antara *digital distraction* dan perhatian siswa. Tingkat gangguan digital mengurangi kemampuan siswa untuk mempertahankan fokus dan minat dalam belajar (Flanigan et al., 2022; Wang, 2022). Faktor psikologis seperti FoMO dan kebiasaan penggunaan media digital memperburuk penurunan fokus (Throuvala et al., 2021). Oleh karena itu, mengetahui hubungan antara gangguan digital dan fokus sangat penting dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang adaptif, seimbang, dan sukses di era digital, terutama untuk siswa sekolah dasar pada tahap awal perkembangan kognitif.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *digital distraction* dan konsentrasi belajar siswa menggunakan analisis statistik. Metode ini dipilih karena memungkinkan pengukuran numerik fenomena dan pengujian hipotesis secara empiris, sehingga temuan penelitian dapat diterapkan pada populasi yang lebih besar (Creswell & Creswell, 2023; Sugiyono, 2023). Dengan metode ini memungkinkan peneliti untuk menilai kekuatan hubungan antar variabel secara terukur dan metodis.

Desain penelitian yang digunakan adalah *ex post facto*, yang menyelidiki hubungan sebab-akibat tanpa memperlakukan variabel yang diteliti. Variabel *digital distraction* dan konsentrasi belajar diamati dalam lingkungan alami tanpa manipulasi, sehingga sesuai untuk konteks pendidikan yang tidak memungkinkan intervensi langsung (Creswell & Creswell, 2023; Sugiyono, 2023). Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi hubungan nyata yang ada dalam lingkungan belajar siswa.

Populasi penelitian mencakup dari seluruh 83 siswa kelas lima dari SDN Genuksari 01 Kota Semarang, yang dibagi menjadi tiga kelas. Sampel ini dipilih berdasarkan ciri-ciri perkembangan kognitif anak, yaitu pada tahap operasional konkret, di mana mereka mungkin menunjukkan konsentrasi saat belajar tetapi masih rentan terhadap *digital distraction*. Selain itu, penggunaan gadget digital yang beragam oleh siswa menjadikan mereka demografi yang tepat untuk mempelajari fenomena *digital distraction*.

Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*, untuk memastikan bahwa setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih. Sampel sebanyak 56 siswa dipilih dari seluruh populasi. Teknik ini digunakan untuk meningkatkan keterwakilan data dan menghilangkan bias sampel, sehingga temuan penelitian menjadi lebih valid dan dapat diandalkan (Sugiyono, 2023).

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan skala Likert lima tingkat, mulai dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju. Instrumen ini dipilih karena

efektif dalam mengumpulkan data dari sejumlah besar responden dan dapat secara statistik menilai sikap, persepsi, dan perilaku. Kuesioner disusun menggunakan indikator teoretis tentang *digital distraction* dan karakteristik konsentrasi belajar, kemudian disajikan langsung kepada siswa dengan dukungan guru untuk memastikan pemahaman responden.

Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup yang didasarkan pada indikator untuk setiap variabel. *Digital distraction* diukur melalui aspek *behavioral distraction*, *cognitive distraction*, ketergantungan psikologis, dan dampak kontekstual sosial. Sementara itu, fokus pembelajaran dinilai melalui perhatian berkelanjutan, perilaku fokus pada tugas, pemrosesan kognitif, ketekunan, keterlibatan, dan pengaturan diri. Setiap indikator diubah menjadi pernyataan positif dan negatif untuk mengumpulkan informasi yang lebih lengkap dan akurat.

Validitas instrumen diuji menggunakan *expert judgment* oleh dua ahli di bidang pendidikan, yang mengevaluasi kesesuaian isi, kejelasan bahasa, dan penerapannya pada karakteristik siswa sekolah

dasar. Semua item dianggap sesuai untuk digunakan karena memenuhi persyaratan validitas isi. Karena penelitian ini berfokus pada validasi konseptual dan bukan pengujian reliabilitas aktual, penerapan instrumen ditentukan semata-mata melalui penilaian ahli.

Data dianalisis secara kuantitatif menggunakan SPSS. Langkah-langkah analisis meliputi uji normalitas untuk memastikan distribusi data, uji linearitas untuk menentukan hubungan antar variabel, uji korelasi *Person Product Moment* untuk menentukan kekuatan hubungan, dan uji regresi linier sederhana untuk menilai pengaruh gangguan digital terhadap konsentrasi belajar. Tujuan penelitian dengan serangkaian analisis ini adalah untuk menarik kesimpulan objektif dan bermakna secara statistik tentang hubungan antara kedua variabel tersebut.

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Temuan studi ini memberikan tinjauan empiris menyeluruh tentang dinamika *digital distraction* dan konsentrasi belajar di kalangan siswa sekolah dasar dalam lingkungan pembelajaran yang semakin digital saat ini. Berdasarkan analisis data,

kedua variable menunjukkan kecenderungan berada dalam kategori sedang, yang menandakan bahwa *digital distraction* memang hadir terjadi dalam aktivitas belajar siswa tetapi tidak sampai pada tingkat ekstrem. Situasi ini menunjukkan bahwa siswa telah menggunakan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari mereka, tetapi keterlibatan ini belum berdampak signifikan pada proses pembelajaran. Temuan ini mendukung gagasan (Martin et al., 2025) bahwa *digital distraction* dalam lingkungan pendidikan seringkali bersifat situasional dan tidak selalu berdampak langsung pada penurunan prestasi belajar, khususnya bagi siswa yang masih berada di bawah pengawasan lingkungan sekolah.

Secara deskriptif, variabel *digital distraction* memiliki nilai rata-rata 72,21 dan standar deviasi 8,120, yang menunjukkan bahwa tingkat *digital distraction* siswa bervariasi. Rentang nilai minimal 58 hingga 103 menunjukkan bahwa beberapa siswa mengalami gangguan dengan intensitas rendah, sedangkan yang lain mengalami gangguan dengan intensitas lebih tinggi. Variasi ini menunjukkan bahwa pengalaman siswa dengan teknologi digital tidak

seragam, melainkan dipengaruhi oleh kebiasaan penggunaan perangkat, konteks keluarga, dan kontrol guru di sekolah. Sementara itu, variabel konsentrasi belajar memiliki rata-rata 113,58 dan standar deviasi 12,476, menunjukkan bahwa siswa dapat fokus dengan baik, tetapi masih terdapat variasi individual yang cukup besar. Hal ini menunjukkan bahwa konsentrasi belajar adalah keterampilan kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai keadaan internal dan eksternal.

Tabel berikut membandingkan kedua variabel dan menampilkan sifat statistik keduanya secara ringkas namun informatif.

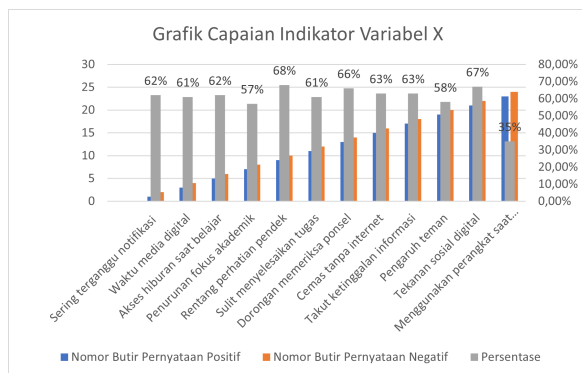
**Tabel 1 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian**

| Variabel                   | Mean   | Median | Modus | ST D   | M in | M ax |
|----------------------------|--------|--------|-------|--------|------|------|
| <i>Digital Distraction</i> | 72,21  | 70     | 65    | 8,120  | 58   | 103  |
| Konsentrasi Belajar        | 113,58 | 114    | 110   | 12,476 | 74   | 143  |

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa skor konsentrasi belajar rata-rata cukup tinggi jika dibandingkan dengan *digital distraction*. Namun, variabel konsentrasi memiliki standar deviasi yang lebih besar, yang

mengindikasikan bahwa kemampuan konsentrasi siswa sangat berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa, meskipun sebagian besar siswa dapat berkonsentrasi secara efektif, terdapat kelompok siswa tertentu yang mengalami kesulitan mempertahankan perhatian selama proses pembelajaran.

Menurut analisis indikator, *digital distraction* tergolong moderat, berkisar antara 57% hingga 68%. Indikator tertinggi adalah penurunan rentang perhatian, yang menunjukkan bahwa anak-anak lebih cepat kehilangan fokus seiring berjalannya waktu. Sementara itu, indikator terendah adalah penurunan fokus akademis, yang menunjukkan bahwa *digital distraction* belum sepenuhnya memengaruhi pemahaman materi pelajaran.

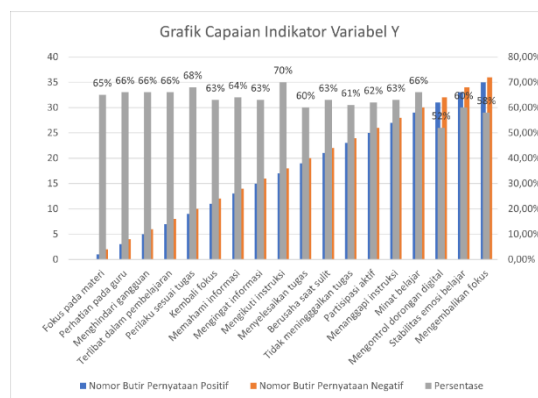


**Grafik 1 Capaian Indikator Digital Distraction**

Hal ini menunjukkan bahwa gangguan digital memiliki dampak yang lebih

besar pada rentang perhatian daripada kualitas pemahaman. Temuan ini konsisten dengan Kesimpulan Kärki (2024) bahwa *digital distraction* memiliki dampak yang lebih besar pada rentang perhatian daripada hasil pembelajaran langsung.

Indikator pencapaian untuk variabel konsentrasi belajar berkisar antara 52% hingga 70%, yang dianggap moderat. Indikator tertinggi adalah kemampuan mengikuti instruksi, yang menunjukkan bahwa anak-anak masih dapat merespons instruksi guru secara efektif. Di sisi lain, kemampuan untuk menekan dorongan membuka perangkat digital mendapat peringkat terendah.



**Grafik 2 Capaian Indikator Konsentrasi Belajar**

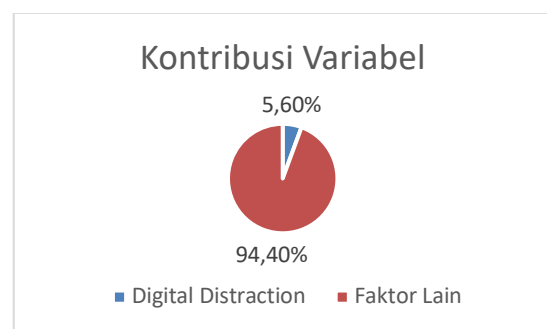
Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kapasitas kognitif siswa dan kemampuan pengaturan diri. Dengan kata lain, siswa mampu berkonsentrasi tetapi kesulitan

mengatur gangguan yang disebabkan oleh rangsangan digital. Situasi ini mendukung teori *self-regulation*, yang menyatakan bahwa pengendalian diri memainkan peran penting dalam menjaga perhatian saat belajar di era digital (Schlichting, 2025).

Hasil uji prasyarat menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal, dan hubungan antar variabel bersifat non-linear. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan antara *digital distraction* dan konsentrasi belajar bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Ketidakberaturan data juga mencerminkan beragam perilaku siswa saat menggunakan teknologi digital. Oleh karena itu, penelitian dilanjutkan dengan teknik non-parametrik, yang lebih sesuai untuk menggambarkan situasi data yang kompleks. Temuan ini menunjukkan bahwa, dalam konteks pendidikan dasar, hubungan antara teknologi dan proses kognitif anak tidak dapat dikarakterisasi oleh satu model linier tunggal.

Hasil uji korelasi Rank Spearman menghasilkan nilai koefisien  $-0,194$  dengan tingkat signifikansi  $0,168$  ( $p > 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa hubungan antara

*digital distraction* dan konsentrasi belajar bersifat negatif, sangat lemah, dan tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan *digital distraction* dikaitkan dengan penurunan konsentrasi, meskipun hubungannya tidak cukup kuat untuk signifikan secara statistik. Analisis regresi menghasilkan persamaan  $Y = 139,805 - 0,363X$ , dengan nilai  $R^2$  sebesar  $0,056$ . Artinya, bahwa *digital distraction* hanya memberikan kontribusi sebesar  $5,6\%$  terhadap konsentrasi belajar.



**Grafik 3 Kontribusi Digital Distraction terhadap Konsentrasi Belajar**

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar perubahan dalam konsentrasi belajar dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti motivasi, lingkungan belajar, dan metode belajar.

Secara keseluruhan, temuan studi ini menunjukkan bahwa *digital distraction* bukanlah faktor utama yang memengaruhi konsentrasi belajar siswa sekolah dasar, meskipun terdapat kecenderungan

asosiasi negatif. Data ini menunjukkan bahwa anak-anak masih dapat mengelola *digital distraction* sampai batas tertentu, berkat kebijakan sekolah seperti pembatasan penggunaan *smartphone*. Selain itu, faktor internal seperti motivasi, minat belajar, dan partisipasi aktif dalam pembelajaran lebih penting dalam membentuk konsentrasi belajar. Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya (Leonhardt et al., 2025) yang menemukan bahwa dampak teknologi terhadap konsentrasi sebagian besar bergantung pada konteks penggunaan dan hukum lingkungan. Dengan demikian, sekadar membatasi penggunaan teknologi saja tidak cukup untuk meningkatkan konsentrasi belajar tetapi juga perlu strategi pembelajaran yang menarik, membangun pengendalian diri siswa, dan lingkungan belajar yang kondusif dan terstruktur harus digunakan secara bersamaan.

#### **D. Kesimpulan**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *digital distraction* memiliki hubungan negatif dengan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar, tetapi berada pada tingkat yang sangat

rendah dan tidak signifikan secara statistik, sehingga tidak dapat dianggap sebagai faktor utama dalam menentukan konsentrasi belajar siswa. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa baik tingkat *digital distraction* maupun konsentrasi belajar berada dalam kisaran sedang, yang mengindikasikan bahwa siswa masih dapat mengendalikan *digital distraction* dalam batas-batas tertentu selama proses pembelajaran. Temuan ini menegaskan bahwa konsentrasi belajar merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor internal seperti motivasi, minat, dan pengaturan diri, serta faktor eksternal seperti metode pembelajaran, lingkungan kelas, dan pengawasan guru dan sekolah. Oleh karena itu, kehadiran teknologi digital dalam pendidikan tidak dapat hanya dianggap sebagai sumber pengalih perhatian, tetapi harus dikelola dengan hati-hati agar dapat berfungsi sebagai alat pendukung pembelajaran yang efektif. Temuan studi ini menggarisbawahi pentingnya peran instruktur dalam menyediakan pembelajaran yang menarik dan interaktif, tanggung jawab sekolah dalam menumbuhkan literasi digital

dan kebijakan teknologi yang tepat, serta kemampuan siswa untuk secara mandiri mengatur penggunaan perangkat digital mereka. Selain itu, studi ini memberikan peluang bagi penelitian lanjutan untuk menyelidiki faktor-faktor lain yang lebih dominan dalam memengaruhi konsentrasi belajar, serta untuk menggali lebih dalam alasan pengaruh *digital distraction* yang tidak signifikan dalam konteks pendidikan dasar, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang dinamika konsentrasi belajar di era digital.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, C., Adrias, A., & Putri Zulkarnaini, A. (2025). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Pikir Anak Usia SD. *Jurnal Nakula : Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Ilmu Sosial*, 3(4), 195–200. <https://doi.org/10.61132/nakula.v3i4.1946>
- Adimaja, M. (2025). *Komitmen Pemerintah Melindungi Anak di Ruang Digital*. KOMDIGI. <https://www.komdigi.go.id/berita/artikel/detail/komitmen-pemerintah-melindungi-anak-di-ruang-digital>
- Chen, Q., & Yan, Z. (2016). Erratum: Corrigendum to “Does multitasking with mobile phones affect learning? A review” (Computers in Human Behavior (2016) 54 (34–42) (S0747563215300595) (10.1016/j.chb.2015.07.047)). *Computers in Human Behavior*, 64, 938. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.023>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research Design Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches* (6th ed.).
- Fauzan, M., Purwanto, E., Dzaki, H., Jupri, N., & Dewi, P. S. (2025). Media sebagai Agen Perubahan Komunitas di Era Teknologi Digital. *Jurnal Bisnis Dan Komunikasi Digital*, 2(4), 1–15.
- Flanigan, A. E., Frisby, B. N., Flanigan, A. E., Hosek, A. M., Frisby, B., & Babchuk, W. A. (2022). Student perceptions of digital distraction prevention and student – instructor Student perceptions of digital distraction prevention and student – instructor rapport. *Communication Education*, December. <https://doi.org/10.1080/03634523.2022.2149828>
- Flanigan, A. E., & Kim, J. H. (2022). *Digital Distractions in the College Classroom* (A. E. Flanigan & J. H. Kim (eds.)). <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-9243-4>
- Iryna, S. (2023). Fundamental Concepts and Methods for Integrating Digital Educational Technologies in the Learning Process. *European Science*, sge18-02, 6–31. <https://doi.org/10.30890/2709-2313.2023-18-02-022>
- Kamaruddin, I., Leuwol, F. S., Putra, R. P., Aina, M., Suvarma, D. M.,

- & Zulfikhar, R. (2023). Dampak Penggunaan Gadget pada Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah. *Journal on Education*, 6(1), 307–316. <https://www.jonedu.org/index.php/joe/article/view/2944>
- Kärki, K. (2024). Digital Distraction, Attention Regulation, and Inequality. *Philosophy and Technology*, 37(1), 1–21. <https://doi.org/10.1007/s13347-024-00698-z>
- Kristy, G. T., Alviani, A. A., Kusuma, E. R., Nabida, L., Sayidina, M. N., Parahita, B. N., & Siregar, R. S. (2024). *Digital Native Characteristics: A Phenomenological Study Focused on Essential Material in Sociology Courses*. 7(3), 438–446.
- Langreo, L. (2023). Digital Distraction in Classroom to Lower Academic Performance. *Education Week*, 1–6. <https://www.edweek.org/leadership/digital-distractions-in-class-linked-to-lower-academic-performance/2023/12>
- Lee, Y., Hwang, G., & Chen, P. (2022). Impacts of an AI-based chatbot on college students' after-class review, academic performance, self-efficacy, learning attitude, and motivation. *Educational Technology Research and Development*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s11423-022-10142-8>
- Leonhardt, C., Danielsen, D., & Andersen, S. (2025). Associations between screen use, learning and concentration among children and young people in western countries: a scoping review. *Children and Youth Services Review*, 177(August 2024), 108508. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108508>
- Lin, Y., Lan, Y., & Wang, S. (2023). A method for evaluating the learning concentration in head-mounted virtual reality interaction. *Virtual Reality*, 27(2), 863–885. <https://doi.org/10.1007/s10055-022-00689-5>
- Liñan, D. (2025). Psychological “effects” of digital technology: a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, October. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1560516>
- Machmud, M. T., Widiyan, A. P., & Ramadhani, N. R. (2021). *The development and policies of ICT supporting educational technology in The development and policies of ICT supporting educational technology in Singapore, Thailand, Indonesia, and Myanmar*. March. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i1.20786>
- Maiztegi-kortabarría, J., Arribas-galarraga, S., Cos, I. L., Espoz-lazo, S., & Valdivia-Moral, P. (2024). Effect of an Active Break Intervention on Attention, Concentration, Academic Performance, and Self-Concept in Compulsory Secondary Education. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14, 447–462.
- Mardiansyah. (2025). *MAHASISWA DAN AKADEMISI Volume 1 Nomor 2 Dampak Media Sosial*

- Terhadap Perilaku Belajar Di Sekolah Dasar. 1, 71–81.*
- Martin, F., Long, S., Haywood, K., & Xie, K. (2025). Digital distractions in education: a systematic review of research on causes, consequences and prevention strategies. *Educational Technology Research and Development*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s11423-025-10550-6>
- OECD. (2024a). *OECD Digital Economy Outlook 2024 (Volume 2) (Vol. 2, Issue Volume 2). Strengthening Connectivity, Innovation and Trust.*
- OECD. (2024b). *Students, Students, digital devices digital devices and success and success OECD Directorate for Education and Skills.*
- Parks, R. F., Paros, A. K. B., Haven, W., Parks, R. F., Paros, A. K. B., & Yakubu, M. (2025). Examining Impacts on Digital Discrimination , Digital Inequity and Digital Injustice in Higher Education : A Qualitative Study Examining Impacts on Digital Discrimination , Digital Inequity and Digital Injustice in Higher Education : A Qualitative Study. *Information Systems Education Journal (ISEDJ)*, 23(January), 54–69.
- Perez-Juarez, M. A., Gonzalez-Ortega, D., & Aguiar-Perez, J. M. A.-P. (2023). Digital Distractions from the Point of View of Higher Education Students. *Sustainability (Switzerland)*, 15(7). <https://doi.org/10.3390/su15076044>
- Rachmat, M., & Fajri, N. A. (2020). How is the Learning Achievement of Elementary School Students?- Breakfast and Study Concentration. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development*, 8(6), 77–80.
- Rahmawati, Y., Nafa Lutfiah, Y., Muzharifah, A., & Iskarim, M. (2025). Persepsi Siswa Generasi Z terhadap Pengaruh Media Sosial dalam Perilaku Akademik dan Konsentrasi Belajar Siswa di Jenjang Sekolah Dasar (SD). *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, 3(4), 229. <https://journal.aripafi.or.id/index.php/jmpai>
- Rideout, V., & Robb, M. B. (2020). The Common Sense Census. *Common Sense Media*, 65. <https://www.commonsensemedia.org/research/the-common-sense-census-media-use-by-kids-age-zero-to-eight-2020>
- Rizky, M., Lakilaki, E., Puri, R. M., Saputra, A. N. Z., Shawmi, A. N., & Asiah, N. (2025). The Phenomenological Analysis of the Impact of Digital Overstimulation on Attention Control in Elementary School Students : A Study on the ' Brain Rot ' Phenomenon in the Learning Process. *TOFEDU : The Future of Education Journal*, 4(1), 265–274.
- Schlichting, K. R. (2025). Balancing Innovation and Attention : A Review of Digital Distraction , Self-Regulation , and Technology Policy in Modern Classrooms. *Bethel University*.
- Schwab, K. (2016). *The Fourth Industrial Revolution*. World

- |   |   |
|---|---|
| <p>Economic Forum.</p> <p>Sugiyono. (2023). <i>METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN R&amp;D</i> (2nd ed.). Alfabeta.</p> <p>Tapscott, D., Williams, A., &amp; Sandberg, K. (2021). <i>Report on How the US Government Could Reimagine Digital Technology Policy</i>.<br/><a href="https://www.prnewswire.com/news-releases/don-tapscott-releases-comprehensive-report-on-how-us-government-could-reimagine-digital-technology-policy-301224974.html">https://www.prnewswire.com/news-releases/don-tapscott-releases-comprehensive-report-on-how-us-government-could-reimagine-digital-technology-policy-301224974.html</a></p> <p>Throuvala, M. A., Pontes, H. M., Tsaousis, I., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., &amp; Kuss, D. J. (2021). Exploring the Dimensions of Smartphone Distraction: Development, Validation, Measurement Invariance, and Latent Mean Differences of the Smartphone Distraction Scale (SDS). <i>Frontiers in Psychiatry</i>, 12(March).<br/><a href="https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.642634">https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.642634</a></p> <p>Unesco. (2023). <i>Digital learning and transformation of education</i>. Unesco.<br/><a href="https://www.unesco.org/en/digital-education">https://www.unesco.org/en/digital-education</a></p> <p>UNESCO, Chakchouk, M., Giannini, S., &amp; Observatory, N. (2019). <i>HUMAN LEARNING IN THE DIGITAL ERA</i>. UNESCO.</p> <p>Wang, C. (2022). Comprehensively Summarizing What Distracts Students from Online Learning: A Literature Review. <i>Human Behavior and Emerging Technologies</i>, 2022.<br/><a href="https://doi.org/10.1155/2022/148">https://doi.org/10.1155/2022/148</a></p> | <p>3531</p> <p>Wisnubroto, K. (2024). <i>Digitalisasi Pendidikan Percepat Capaian Merdeka Belajar</i>. Indonesia.Go.Id.<br/><a href="https://indonesia.go.id/kategori/editorial/8293/digitalisasi-pendidikan-percepat-capaian-merdeka-belajar?lang=1">https://indonesia.go.id/kategori/editorial/8293/digitalisasi-pendidikan-percepat-capaian-merdeka-belajar?lang=1</a></p> |
|---|---|