

ANALISIS DAMPAK SCREEN TIME TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR

Syahraz Azzahra¹, Otib Satibi Hidayat², Uswatun Hasanah³

^{1,2,3}PGSD FIP Universitas Negeri Jakarta

[1syahraz1903@gmail.com](mailto:syahraz1903@gmail.com), [2otibsatibi@unj.ac.id](mailto:otibsatibi@unj.ac.id), [3uswatunhasanah@unj.ac.id](mailto:uswatunhasanah@unj.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to analyze the impact of screen time on the learning concentration of fifth-grade students at SDN Jatiwaringin XIII. This study employs a qualitative approach using a descriptive case study design. Data were collected through observation, interviews, and documentation involving five students and the classroom teacher. The results indicate that screen time affects students' learning concentration, particularly when used for extended periods dominated by entertainment activities. Students tend to experience a decline in focus and are easily distracted during learning. However, screen time can also have a positive impact when used to support learning. Therefore, supervision and control of gadget use by teachers and parents are necessary to ensure it does not disrupt students' concentration during learning.

Keywords: *Screen Time, Learning Concentration, Elementary School Students*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak screen time terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V di SDN Jatiwaringin XIII. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap lima siswa dan guru kelas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa screen time berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa, terutama pada penggunaan dengan durasi tinggi yang didominasi aktivitas hiburan. Siswa cenderung mengalami penurunan fokus dan mudah terdistraksi selama pembelajaran. Namun, screen time juga dapat memberikan dampak positif apabila digunakan untuk mendukung pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan pengawasan dan pengendalian penggunaan gadget oleh guru dan orang tua agar tidak mengganggu konsentrasi belajar siswa.

Kata Kunci: *Screen Time, Konsentrasi Belajar, Siswa Sekolah Dasar*

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital di era saat ini membawa perubahan besar dalam kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah dasar. Anak-

anak kini semakin akrab berinteraksi dengan berbagai perangkat layar seperti *smartphone*, tablet, dan komputer. Situasi ini menyebabkan meningkatnya waktu yang dihabiskan untuk menggunakan perangkat digital,

atau yang sering disebut sebagai istilah *screen time*. Penggunaan *gadget* ini tidak hanya digunakan untuk keperluan belajar, tetapi juga untuk kegiatan hiburan seperti bermain gim dan menonton video, sehingga tingkat intensitas penggunaannya menjadi cukup tinggi.

Fenomena ini telah banyak terjadi di sekitar kita, yakni banyak anak-anak sekolah dasar memakai *gadget* tanpa adanya batasan waktu yang tegas dari orang tua. Pemakaian *gadget* biasanya dianggap sebagai solusi praktis untuk mengawasi aktivitas anak agar tetap di rumah. Namun, penggunaan yang tidak teratur ini dapat menimbulkan berbagai masalah dalam proses pembelajaran siswa. Penelitian oleh Riyandani, Mufidah, Kurniawan, Fatimah, & Prasetyo (2025) menunjukkan bahwa siswa di tingkat sekolah dasar sering kali menggunakan *gadget* tanpa pedoman yang jelas, sehingga waktu layar yang mereka konsumsi cukup tinggi dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian Fadila, Hidayat, & Wibowo (2026) menunjukkan bahwa *screen time* memiliki dampak negatif terhadap motivasi belajar siswa di tingkat dasar. Selanjutnya, Manfaatin

& Aulia (2024) mengemukakan bahwa penggunaan *screen time* yang berlebihan dapat berdampak pada perkembangan kognitif, bahasa, sosial-emosional, serta kesiapan belajar anak. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh *screen time* tidak hanya terbatas pada satu aspek, melainkan juga mencakup berbagai dimensi perkembangan siswa.

Aspek lain yang berpotensi terpengaruh oleh tingginya intensitas *screen time* ialah konsentrasi belajar siswa. Konsentrasi belajar adalah kemampuan individu untuk memfokuskan perhatian pada kegiatan belajar sehingga informasi dapat diterima dan dipahami secara optimal (Zulfa & Mujazi, 2022). Penelitian oleh Febriani, Haifaturrahmah, & Muhdar (2025) menunjukkan bahwa siswa yang menggunakan *gadget* lebih dari dua jam per hari cenderung mengalami penurunan konsentrasi saat mengikuti pembelajaran. Hal ini diperkuat oleh penelitian Eireine dkk. (2025) yang menyatakan bahwa penggunaan *screen time* secara berlebihan menyebabkan siswa menjadi mudah lelah, kurang fokus, serta mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian.

Selain itu, hubungan antara *screen time* dan konsentrasi belajar juga dibuktikan secara kuantitatif oleh Azka & Irvan (2026) yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara durasi *screen time* dengan konsentrasi siswa, di mana semakin tinggi durasi *screen time* maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Zulfa & Mujazi (2022) yang menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* berpengaruh signifikan terhadap penurunan konsentrasi belajar siswa.

Dalam konteks penelitian kualitatif, Riyandani dkk. (2025) memberikan wawasan mengenai efek penggunaan *screen time* melalui observasi dan wawancara. Temuan penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan *screen time* yang berlebihan tidak hanya berpengaruh pada hasil belajar, tetapi juga pada interaksi sosial siswa serta partisipasi dalam pembelajaran. Namun, aspek konsentrasi belajar belum dianalisis secara spesifik dan mendalam sebagai fokus utama kajian.

Penelitian laina Lalahi, Fitri, Putri, & Sari (2026) menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan pada peserta didik sekolah dasar

dapat mengganggu kemampuan fokus belajar. Siswa yang terbiasa menggunakan *gadget* untuk aktivitas non-pembelajaran cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian saat proses pembelajaran berlangsung di kelas. Selain itu, penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol juga dapat menurunkan motivasi belajar siswa.

Syifa, Setianingsih, & Sulianto (2019) mengemukakan bahwa penggunaan *gadget* memberikan dampak terhadap perkembangan psikologis anak, khususnya dalam aspek kontrol diri dan perhatian. Anak yang terlalu sering terpapar layar cenderung mudah terdistraksi dan kurang mampu mengatur fokusnya dalam jangka waktu lama, sehingga hal ini berpengaruh langsung terhadap konsentrasi belajar di sekolah.

Penelitian oleh Julfan & Haifaturrahmah (2025) menemukan bahwa penggunaan *gadget* memiliki dua sisi dampak terhadap siswa sekolah dasar. Di satu sisi dapat membantu proses pembelajaran melalui media digital yang interaktif, namun di sisi lain dapat menjadi sumber distraksi apabila digunakan secara berlebihan. Intensitas

penggunaan *gadget* menjadi faktor penting yang menentukan baik atau buruknya pengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa.

Meskipun berbagai penelitian telah meneliti hubungan antara *screen time* dan konsentrasi belajar, mayoritas masih menekankan pendekatan kuantitatif sehingga belum mampu menggambarkan secara mendalam bagaimana proses penggunaan *screen time* memengaruhi konsentrasi belajar siswa. Di samping itu, penelitian kualitatif yang ada cenderung menjadikan konsentrasi sebagai aspek pendukung, bukan sebagai fokus utama analisis.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini secara khusus memfokuskan pada analisis pengalaman siswa dalam menggunakan *screen time* serta kaitannya dengan konsentrasi belajar.

Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana pola penggunaan *screen time*, meliputi durasi, jenis aktivitas, dan waktu penggunaan, akan berdampak terhadap kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian, mempertahankan fokus, serta menghadapi distraksi selama proses pembelajaran berlangsung.

Penelitian ini memiliki kebaruan pada penempatan konsentrasi belajar sebagai fokus utama yang dianalisis secara mendalam dalam konteks penggunaan *screen time*. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih kontekstual dan komprehensif mengenai pengalaman belajar siswa. Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana penggunaan *screen time* dapat berdampak pada konsentrasi belajar siswa.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus deskriptif. Pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami fenomena secara mendalam dalam konteks alamiah, dengan peneliti sebagai instrumen utama dalam proses pengumpulan data. Pengumpulan data dilakukan secara triangulatif dan dianalisis secara induktif untuk menekankan makna yang muncul dari fenomena yang diteliti (Riyandani dkk., 2025). Pendekatan ini dipilih karena penelitian tidak hanya berfokus pada hubungan antar variabel, tetapi juga

bertujuan menggali pengalaman siswa dalam menggunakan *screen time* serta dampaknya terhadap konsentrasi belajar.

Penelitian ini dilaksanakan pada 28 April 2026 di SDN Jatiwaringin XIII. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa sekolah dasar memiliki kecenderungan penggunaan *gadget* yang cukup tinggi dalam kehidupan sehari-hari, sehingga berpotensi memengaruhi konsentrasi belajar. Selain itu, lokasi penelitian juga dipilih dengan mempertimbangkan kemudahan akses serta perizinan penelitian.

Subjek penelitian berjumlah 5 orang siswa kelas V yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini digunakan untuk menentukan subjek secara sengaja berdasarkan kriteria yang relevan dengan tujuan penelitian (Subhaktiyasa, 2024). Penentuan subjek dilakukan berdasarkan rekomendasi guru kelas, wawancara awal (*screening*), dan observasi awal. Wawancara awal dilakukan untuk mengetahui durasi serta kebiasaan *screen time* siswa dalam kehidupan sehari-hari. Siswa yang memiliki intensitas penggunaan *screen time* tinggi, seperti penggunaan lebih dari

dua jam per hari dan dominan digunakan untuk aktivitas hiburan, dipilih sebagai subjek penelitian. Selain itu, hasil observasi terhadap perilaku siswa di kelas, seperti tingkat fokus dan kecenderungan distraksi selama pembelajaran, digunakan sebagai data pendukung dalam menentukan subjek penelitian. Untuk memperkuat keabsahan data, guru kelas V juga dilibatkan sebagai informan pendukung.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku siswa yang berkaitan dengan konsentrasi belajar selama proses pembelajaran berlangsung. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur kepada siswa dan guru untuk memperoleh informasi mengenai pola *penggunaan screen time*, meliputi durasi, jenis aktivitas, serta waktu penggunaan *gadget*. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan guru atau evaluasi hasil belajar siswa.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti (*human instrument*) yang didukung oleh pedoman wawancara dan lembar observasi. Pedoman wawancara

disusun berdasarkan indikator penggunaan *screen time* dan konsentrasi belajar, kemudian dikembangkan menjadi beberapa butir pertanyaan yang sesuai dengan fokus penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan model analisis interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Riyandani dkk., 2025). Reduksi data dilakukan dengan memilih dan menyederhanakan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk deskripsi naratif untuk memudahkan pemahaman terhadap pola yang muncul. Selanjutnya, penarikan kesimpulan dilakukan secara berkelanjutan hingga diperoleh temuan yang dapat dipertanggungjawabkan. Proses analisis dilakukan secara sistematis agar interpretasi data tetap objektif (Safarudin, Zulfamanna, Kustati, & Sepriyanti, 2023).

Validitas data diuji melalui triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari siswa dan pengajar, sedangkan triangulasi teknik

dilakukan dengan menganalisis hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Di samping itu, dilakukan *peer debriefing* untuk mengurangi subjektivitas peneliti sehingga hasil penelitian menjadi lebih valid dan terpercaya (Safarudin dkk., 2023)

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara menyeluruh dengan sumber informasi, serta dokumentasi yang relevan, diperoleh pemahaman mengenai penemuan penelitian terkait dampak penggunaan *screen time* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V di SDN Jatiwaringin XIII. Penelitian ini difokuskan untuk menganalisis bagaimana penggunaan *screen time* dapat berdampak pada kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian, mempertahankan fokus, serta memahami materi selama proses pembelajaran berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *screen time* dapat memberikan dampak, baik yang positif maupun negatif. Dampak tersebut dapat terjadi tergantung pada durasi dan

cara penggunaan kehidupan sehari-hari siswa.

1. Hasil Observasi

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran di kelas V SDN Jatiwaringin XIII, diperoleh gambaran bahwa tingkat konsentrasi siswa bervariasi. Sebagian siswa menunjukkan kemampuan konsentrasi yang cukup baik, ditandai dengan perhatian yang terfokus pada guru saat menjelaskan, aktif merespons pertanyaan, serta mampu untuk mengikuti alur pembelajaran dengan baik. Siswa-siswa ini terlibat secara langsung dalam proses belajar, baik melalui interaksi dengan guru ataupun dengan teman sekelas.

Akan tetapi, masih ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan tingkat konsentrasi rendah. Hal tersebut terlihat pada siswa yang duduk di bagian belakang kelas, mereka cenderung lebih mudah terdistraksi oleh temannya ataupun oleh aktivitas lain di luar pembelajaran. Beberapa siswa tampak sering kehilangan konsentrasi, berbicara sendiri, atau tidak memperhatikan penjelasan guru secara optimal.

Terdapat juga siswa yang mengalami kesulitan dalam merespons pertanyaan secara tiba-tiba. Misalnya ketika guru memberikan pertanyaan tentang materi yang baru saja dijelaskan, beberapa siswa tidak dapat memberikan jawaban. Hal tersebut mengindikasikan bahwa mereka tidak sepenuhnya menyimak selama proses pembelajaran berlangsung. Kondisi tersebut menunjukkan adanya gangguan dalam konsentrasi yang berdampak pada pemahaman materi.

Secara keseluruhan, hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian siswa telah memiliki konsentrasi belajar yang baik. Meski demikian, masih terdapat beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi belajarnya selama pembelajaran berlangsung. Kondisi ini menandakan adanya faktor-faktor tertentu, termasuk kemungkinan pengaruh penggunaan *screen time* yang berdampak terhadap tingkat konsentrasi siswa di kelas.

2. Hasil Wawancara

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas V SDN Jatiwaringin XIII, ditemukan

gambaran bahwa sebagian besar siswa memiliki konsentrasi belajar yang cenderung rendah selama proses pembelajaran berlangsung. Guru mengungkapkan banyak siswa yang hanya mampu mempertahankan fokus dalam waktu yang relatif singkat, yaitu sekitar 5 sampai 10 menit, setelah itu perhatian mereka mulai teralihkan.

Indikator rendahnya konsentrasi terlihat dari perilaku siswa yang sering melamun saat guru menjelaskan, tidak mampu menjawab pertanyaan sederhana terkait materi yang baru disampaikan, serta menunjukkan sikap mudah bosan dalam mengikuti pembelajaran. Selain itu, beberapa siswa juga cenderung pasif dan kurang aktif dalam bertanya maupun merespons pertanyaan dari guru. Guru mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang diduga memengaruhi kondisi tersebut adalah tingginya durasi penggunaan *gadget* oleh siswa di luar jam sekolah. Berdasarkan pengamatan guru, banyak siswa yang masih aktif menggunakan *gadget*, khususnya media sosial dan permainan digital hingga larut malam.

Pengumpulan data selanjutnya dilakukan melalui wawancara dengan siswa untuk memperoleh gambaran yang lebih mendalam terkait penggunaan *screen time* dan konsentrasi belajar. Sampel penelitian terdiri dari lima orang siswa dengan inisial RDA, A, FEA, HAA, dan HA. Data yang diperoleh kemudian diperkuat melalui triangulasi dengan hasil observasi dan wawancara guru.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa berinisial RDA, didapatkan gambaran mengenai kesehariannya dalam menggunakan *gadget*. RDA mengaku menggunakan *gadget* sekitar 2 jam sehari, ia lebih sering bermain bersama adiknya di rumah. Secara subjektif, RDA merasa tidak mengalami kesulitan dalam memperhatikan guru. Namun pada saat pembelajaran, RDA beberapa kali tidak mampu menjawab pertanyaan yang baru saja dijelaskan. Kondisi ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara persepsi dan kondisi nyata. Meskipun durasi *screen time* tidak tinggi, konsentrasi RDA masih belum stabil, terlihat dari kurangnya daya tangkap terhadap materi yang disampaikan secara langsung.

Siswa berinisial A memiliki durasi penggunaan *gadget* sekitar 3 jam per hari dengan aktivitas utama bermain *game*. A mengaku tidak kesulitan saat mengikuti pembelajaran, tetapi saat belajar mandiri sering mengalami kesulitan fokus. Hal ini menunjukkan bahwa *screen time* mulai berdampak pada ketahanan perhatian siswa. Fokus siswa cenderung menurun ketika tidak ada kontrol langsung dari guru, sehingga proses memahami materi menjadi kurang optimal.

Berdasarkan wawancara siswa berinisial FEA menunjukkan durasi *screen time* paling tinggi yaitu sekitar 4 jam per hari. FEA terbiasa bermain *game* sebelum belajar dan merasa lebih semangat setelahnya. Namun pada saat pembelajaran berlangsung, FEA termasuk siswa yang cukup sering tidak dapat menjawab pertanyaan guru. Hal ini mengindikasikan bahwa aktivitas *screen time* sebelum belajar berdampak pada kesiapan kognitif siswa. Pikiran siswa masih terikat pada aktivitas bermain sehingga sulit memusatkan perhatian penuh saat pembelajaran.

Siswa berinisial HAA menggunakan *gadget* sekitar 3 jam

per hari pada pagi dan malam hari. HAA menyatakan tidak mengalami kesulitan dalam belajar, tetapi mengaku lebih bersemangat jika belajar setelah bermain *game*. Pola ini menunjukkan bahwa fokus belajar siswa tidak terbentuk secara mandiri, melainkan bergantung pada stimulus dari aktivitas digital. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan konsentrasi menjadi tidak konsisten selama proses pembelajaran.

Sementara itu, siswa berinisial HA juga menunjukkan penggunaan *gadget* yang cukup intens untuk hiburan. HA mengaku terkadang kesulitan memahami materi pelajaran. Hal ini mengarah pada indikasi bahwa *screen time* dapat memengaruhi daya tangkap siswa. Ketika waktu penggunaan *gadget* cukup tinggi, kemampuan untuk memproses informasi saat belajar menjadi menurun.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menggunakan *gadget* antara 2 hingga 4 jam per hari dengan dominasi aktivitas hiburan. Meskipun siswa merasa penggunaan tersebut tidak mengganggu, temuan di lapangan menunjukkan adanya penurunan konsentrasi yang ditandai

dengan sulitnya mempertahankan fokus, rendahnya daya tangkap, serta munculnya distraksi saat pembelajaran berlangsung. Hal ini mengindikasikan bahwa *screen time* memiliki kecenderungan berdampak terhadap kualitas konsentrasi belajar siswa, terutama ketika penggunaannya tidak terkontrol.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, penggunaan *gadget* memiliki keterkaitan dengan konsentrasi belajar siswa meskipun pengaruhnya tidak selalu terlihat secara langsung terhadap hasil belajar. Dalam praktiknya, *gadget* menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari siswa dan digunakan tidak hanya untuk belajar, tetapi juga untuk hiburan. Kondisi ini membuat perhatian siswa sering terbagi, sehingga konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran menjadi kurang optimal.

Penggunaan *gadget* pada dasarnya memiliki dua sisi, yaitu dapat mendukung maupun menghambat proses belajar. Ketika digunakan secara tepat, *gadget* dapat membantu siswa mengakses informasi, mencari materi tambahan, dan meningkatkan keterlibatan dalam pembelajaran. Namun pada

kenyataannya, banyak siswa lebih sering memanfaatkan *gadget* untuk aktivitas *non-edukatif* seperti bermain *game* atau membuka media sosial. Hal ini menyebabkan siswa lebih mudah terdistraksi dan kesulitan mempertahankan fokus dalam waktu yang lama.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan yang menyatakan bahwa penggunaan *gadget* tidak berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar, tetapi berpengaruh terhadap minat belajar siswa (Nikmawati, Bintoro, & Santoso, 2021). Kondisi tersebut berkaitan dengan penggunaan *gadget* yang lebih banyak diarahkan pada aktivitas hiburan, sehingga perhatian siswa mudah teralihkan dari kegiatan belajar. Dengan demikian, meskipun nilai akademik siswa tidak selalu menurun, perubahan dapat terlihat pada tingkat ketertarikan dan perhatian siswa dalam belajar. Siswa yang terlalu sering menggunakan *gadget* cenderung mengalami penurunan fokus karena perhatian mereka terbagi antara kegiatan belajar dan aktivitas lain yang lebih menarik.

Di sisi lain, terdapat hasil penelitian yang menunjukkan bahwa

penggunaan *gadget* juga dapat memberikan dampak positif terhadap prestasi belajar. Penggunaan *gadget* yang dimanfaatkan secara tepat dapat membantu siswa dalam memahami materi dan meningkatkan hasil belajar, meskipun pengaruhnya relatif kecil (Istiqamah, Sidin, & Suwahyu, 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa *gadget* dapat berfungsi sebagai media pendukung pembelajaran ketika digunakan secara terarah dan sesuai dengan kebutuhan belajar siswa.

Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa dampak penggunaan *gadget* tidak bersifat mutlak. Hal ini dapat terjadi karena perbedaan pola penggunaan *gadget* pada setiap siswa, baik dari segi durasi maupun tujuan penggunaan, sehingga menghasilkan dampak yang berbeda terhadap konsentrasi belajar. Pengaruh *gadget* terhadap konsentrasi sangat bergantung pada durasi serta tujuan penggunaannya. Jika penggunaan *gadget* lebih banyak diarahkan pada kegiatan hiburan, maka konsentrasi belajar cenderung menurun. Sebaliknya, jika digunakan untuk mendukung pembelajaran, *gadget* dapat

membantu meningkatkan pemahaman dan keterlibatan siswa.

Penggunaan *screen time* pada siswa kelas V SDN Jatiwaringin XIII memberikan dampak terhadap konsentrasi belajar. Dampak tersebut tidak hanya terlihat dari durasi penggunaan *gadget*, tetapi juga dari pola penggunaan serta waktu penggunaannya dalam kehidupan sehari-hari. Untuk memperjelas analisis, temuan penelitian ini diklasifikasikan ke dalam beberapa indikator konsentrasi belajar sebagai berikut.

Pertama, kemampuan memusatkan perhatian. Sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian saat pembelajaran berlangsung. Hal ini terlihat dari perilaku siswa yang mudah terdistraksi, terutama pada siswa yang duduk di bagian belakang kelas. Meskipun guru telah menjelaskan dengan jelas, beberapa siswa tetap tidak menyimak secara optimal. Berdasarkan hasil wawancara, siswa dengan durasi *screen time* yang lebih tinggi cenderung memiliki fokus yang lebih singkat. Kondisi ini menunjukkan bahwa kebiasaan berinteraksi dengan *gadget* dapat memengaruhi

kemampuan siswa dalam mempertahankan perhatian pada satu aktivitas dalam waktu tertentu.

Kedua, daya tangkap terhadap materi. Daya tangkap siswa terlihat dari kemampuan mereka dalam menjawab pertanyaan setelah penjelasan diberikan. Hasil observasi menunjukkan bahwa beberapa siswa seperti RDA dan FEA tidak mampu menjawab pertanyaan secara tiba-tiba meskipun materi baru saja dijelaskan. Hal ini menunjukkan bahwa informasi yang diterima tidak diproses secara maksimal. Temuan ini sejalan dengan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa siswa dengan intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi cenderung mengalami penurunan kemampuan dalam memahami materi secara langsung.

Ketiga, ketahanan fokus (durasi konsentrasi). Konsentrasi siswa tidak hanya dilihat dari kemampuan memperhatikan, tetapi juga dari seberapa lama mereka dapat mempertahankan fokus. Berdasarkan hasil wawancara guru, sebagian besar siswa hanya mampu fokus dalam waktu yang relatif singkat sebelum akhirnya kehilangan perhatian. Hal ini diperkuat oleh data

siswa yang menggunakan *gadget* hingga beberapa jam per hari. Durasi *screen time* yang tinggi diduga akan berdampak terhadap menurunnya ketahanan fokus, karena siswa terbiasa dengan stimulus cepat dari *gadget*.

Keempat, kecenderungan distraksi saat belajar. Beberapa siswa menunjukkan perilaku seperti melamun, tidak memperhatikan, atau sibuk dengan aktivitas sendiri saat pembelajaran berlangsung. Dalam wawancara, terdapat siswa yang mengaku terkadang sulit fokus saat belajar mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* tidak hanya berdampak saat digunakan, tetapi juga memengaruhi kondisi kognitif siswa saat tidak menggunakan perangkat tersebut.

Kelima, kesiapan belajar (*readiness*). Kesiapan belajar siswa juga dipengaruhi oleh kebiasaan penggunaan *gadget*, terutama pada malam hari. Berdasarkan hasil wawancara guru, beberapa siswa masih aktif menggunakan media sosial hingga larut malam. Kondisi ini berdampak pada kesiapan siswa saat mengikuti pembelajaran di pagi atau siang hari. Siswa menjadi lebih

mudah lelah dan kurang fokus saat menerima materi.

Data dokumentasi berupa catatan guru kelas dan hasil evaluasi belajar siswa digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat temuan observasi dan wawancara. Berdasarkan catatan guru, beberapa siswa dengan intensitas *screen time* yang tinggi cenderung menunjukkan partisipasi yang rendah selama pembelajaran, seperti kurang aktif dalam menjawab pertanyaan dan jarang terlibat dalam diskusi kelas. Selain itu, hasil evaluasi belajar menunjukkan bahwa siswa tersebut memiliki pemahaman materi yang kurang optimal dibandingkan siswa dengan penggunaan *screen time* yang lebih terkontrol. Temuan ini memperkuat bahwa penggunaan *screen time* yang tinggi berkaitan dengan menurunnya kualitas konsentrasi belajar siswa.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *screen time* memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa, terutama ketika penggunaannya didominasi oleh aktivitas hiburan yang tidak terarah. Kondisi ini sejalan dengan penelitian oleh Hasanah, Astra, & Sumantri (2023) yang

menyatakan bahwa pemanfaatan media digital dalam pembelajaran dapat memengaruhi keterlibatan dan kemampuan berpikir siswa. Dalam penelitian ini, penggunaan *screen time* yang tidak terkontrol justru cenderung menurunkan fokus belajar siswa, ditandai dengan mudah terdistraksi dan rendahnya daya tangkap terhadap materi. Di sisi lain, jika dimanfaatkan secara tepat, *screen time* dapat berperan sebagai media pendukung pembelajaran. Hal ini juga berkaitan dengan pandangan Hidayat (2020) yang menekankan pentingnya pengembangan karakter dan kontrol diri siswa dalam menghadapi tantangan pembelajaran abad ke-21. Dengan demikian, kemampuan siswa dalam mengelola penggunaan *gadget* menjadi faktor penting yang menentukan kualitas konsentrasi belajar mereka.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis dampak *screen time* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas V di SDN Jatiwaringin XIII, dapat disimpulkan bahwa *screen time* memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa. Pengaruh tersebut terutama terlihat pada siswa

dengan intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi yang didominasi oleh aktivitas hiburan. Semakin tinggi durasi penggunaan *screen time* yang tidak terkontrol, maka kecenderungan konsentrasi belajar siswa menjadi menurun, yang ditandai dengan berkurangnya kemampuan mempertahankan perhatian selama pembelajaran serta meningkatnya gangguan fokus di kelas. *Screen time* juga dapat memberikan dampak positif apabila digunakan secara tepat sebagai sarana pendukung pembelajaran. Dengan demikian, pengaruh *screen time* terhadap konsentrasi belajar siswa bersifat tidak mutlak, melainkan bergantung pada cara, tujuan, dan intensitas penggunaannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar guru dapat lebih memperhatikan kondisi konsentrasi siswa selama proses pembelajaran serta menggunakan metode pembelajaran yang lebih variatif dan menarik agar siswa tidak mudah terdistraksi. Selain itu, orang tua diharapkan dapat memberikan pengawasan dan pembatasan penggunaan *gadget* di rumah, terutama terkait durasi dan jenis

aktivitas yang dilakukan anak. Siswa juga diharapkan dapat lebih bijak dalam menggunakan *gadget* dengan mengutamakan aktivitas yang mendukung pembelajaran dan mengurangi penggunaan untuk hiburan yang berlebihan. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dapat mengembangkan kajian dengan variabel lain yang lebih luas, seperti motivasi belajar, prestasi belajar, atau aspek perkembangan sosial siswa, sehingga hasil penelitian dapat lebih mendalam dan menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Azka, M. F., & Irvan, Moh. F. (2026). Hubungan Durasi Screen Time, Konsentrasi Siswa, dan Kemampuan Membaca Pemahaman pada Siswa Kelas IV SD. *Paedagogie*, 21(1), 1545–1558.
<https://doi.org/10.31603/paedagogie.v21i1.16395>
- Eireine, M. P., Pagayang, Z., Kairupan, A., Legi, C., Koraag, I., Rondonuwu, J. H. I., & Pangemanan, N. (2025). Dampak Screen Time Terhadap Kesehatan Mata, Pola Tidur Dan Konsentrasi Siswa. *Sevaka : Hasil Kegiatan Layanan Masyarakat*, 3(2), 156–163.
<https://doi.org/10.62027/sevaka.v3i2.448>
- Fadila, R., Hidayat, T., & Wibowo, S. (2026). Pengaruh Screen Time terhadap Motivasi Belajar Siswa

- Sekolah Dasar Romi Fadila * ,
Taufiq Hidayat, Sapto Wibowo.
Jurnal Porkes, 9(1), 501–516.
<https://doi.org/10.29408/porkes.v9i1.33843>
- Febriani, F., Haifaturrahmah, & Muhdar, S. (2025). DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR. *Pendas:Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10.
- Hasanah, U., Astra, I. M., & Sumantri, M. S. (2023). Exploring the Need for Using Science Learning Multimedia to Improve Critical Thinking Elementary School Students: Teacher Perception. *International Journal of Instruction*, 16(1), 417–440. <https://doi.org/10.29333/iji.2023.16123a>
- Hidayat, O. S. (2020). *Pendidikan Karakter Anak Sesuai Pembelajaran Abad ke-21*.
- Istiqamah, N., Sidin, U. S., & Suwahyu, I. (2024). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal MediaTIK: Jurnal Media Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer*, 7(2).
- Julfan, I., & Haifaturrahmah. (2025). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Konsentrasi Belajar Siswa The Impact of Gadget Use on Students' Learning Concentration. *ARJI Action Research Journal Indonesia*, 7(4), 3310–3326. <https://doi.org/10.61227>
- Lalahi, A., Fitri, S., Putri, F. T., & Sari, S. G. (2026). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 10(1), 1708–1717.
- Manfaat, E., & Aulia, M. (2024). Pengaruh Screen Time terhadap Perkembangan Anak Usia Dini (Vol. 01). Cianjur.
- Nikmawati, Bintoro, H. S., & Santoso. (2021). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Hasil Belajar dan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Edutech Undiksha*, 9(2), 254–259. Diambil dari <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JEU/index>
- Riyandani, N., Mufidah, A. A., Kurniawan, D., Fatimah, D. K., & Prasetyo, A. (2025). Analisis Dampak Penggunaan Screen Time terhadap Perilaku Sosial dan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 9(6), 1788–1798. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v9i6.10837>
- Safarudin, R., Zulfamanna, Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Kualitatif. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3, 9680–9694.
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan Populasi dan Sampel: Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Syifa, L., Setianingsih, E. S., & Sulianto, J. (2019). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 3(4), 527–533.
- Zulfa, N. A., & Mujazi, M. (2022). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap konsentrasi belajar siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 467–475. <https://doi.org/10.29210/30032126000>
-