

PENGARUH PENGGUNAAN GADGET TERHADAP MANAJEMEN WAKTU BELAJAR PADA PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 3 ENTIKONG

Susilawati¹, Halida², Elli Yanti³

^{1,2,3}Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Tanjungpura

¹susilawati26703@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the level of gadget use, the level of learning time management, and the effect of gadget use on the learning time management of eighth-grade students at SMP Negeri 3 Entikong. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The population of this study consisted of 98 students. Data collection was carried out through indirect communication using a 4-point Likert scale questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using descriptive and inferential analysis with the assistance of SPSS version 22 and 23. The results of the study showed that there was a significant effect of gadget use on students' learning time management, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The magnitude of the effect of gadget use on learning time management was indicated by the coefficient of determination value of 0.644, which means that gadget use contributed 64.4%, while the remaining 35.6% was influenced by other factors outside the scope of this study. Based on these findings, it can be concluded that gadget use has an effect on students' learning time management. Therefore, proper supervision and guidance are needed so that gadget use can support the learning process optimally.

Keywords: *Gadget Use, Learning Time Management, Students of SMP Negeri 3 Entikong*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penggunaan *gadget*, tingkat manajemen waktu belajar serta pengaruh penggunaan *gadget* terhadap manajemen waktu belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Entikong. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Studi populasi dalam penelitian ini berjumlah 98 peserta didik. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui komunikasi tidak langsung dengan menggunakan kuesioner skala likert 4 yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan analisis deskriptif dan inferensial dengan bantuan program SPSS versi 22 dan 23. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan *gadget* terhadap manajemen waktu belajar peserta didik, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Besarnya pengaruh penggunaan *gadget* terhadap manajemen waktu belajar ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,644 yang berarti bahwa penggunaan *gadget* memberikan kontribusi sebesar 64,4% sedangkan 35,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Berdasarkan hasil tersebut dapat

disimpulkan bahwa penggunaan *gadget* berpengaruh terhadap manajemen waktu belajar peserta didik, sehingga diperlukan pengawasan dan bimbingan yang tepat agar penggunaan *gadget* dapat mendukung proses belajar secara optimal.

Kata Kunci: Penggunaan *Gadget*, Manajemen Waktu Belajar, Peserta Didik SMP Negeri 3 Entikong

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital saat ini memberikan pengaruh yang signifikan, terhadap berbagai aspek kehidupan manusia termasuk dalam bidang pendidikan. Menurut Hs & Hidayat (2021) menyatakan bahwa *gadget* atau yang biasa disebut ponsel pintar adalah alat komunikasi yang dilengkapi dengan berbagai fitur tambahan, yang memungkinkan pengguna mengakses dan memperbarui informasi dari media sosial dengan lebih mudah serta memperoleh berbagai pengetahuan dan informasi yang terjadi di sekitarnya. Perubahan ini memberikan dampak yang luas terhadap cara individu berinteraksi, mengakses informasi, dan mengelola aktivitas sehari-hari.

Hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2025 menunjukkan tingkat penetrasi internet nasional mencapai 80,66% dengan jumlah pengguna 229,42 juta

jiwa. Di wilayah Kalimantan Barat, penetrasi internet berada pada kisaran 77,95%, dengan kontribusi sebesar 1,90% dari total pengguna nasional. Pada kelompok pendidikan peserta didik SMP/ sederajat menempati angka penetrasi sebesar 19,34%. Selain itu mayoritas pengguna internet di Indonesia mengakses internet dengan durasi rata-rata 3-6 jam per hari.

Kondisi ini menunjukkan bahwa internet dan *gadget* telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari peserta didik, termasuk di jenjang SMP sehingga berpotensi memengaruhi manajemen waktu belajar mereka.

Dalam konteks pendidikan fenomena ini perlu direspons melalui layanan bimbingan dan konseling. Hal ini sejalan dengan Kemendikbud (2014, h. 3) "Pasal 3 Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah yang menegaskan bahwa layanan BK bertujuan membantu konseli

mencapai perkembangan optimal dalam aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier". Layanan BK pada bidang belajar berperan penting dalam mendukung peserta didik membentuk kebiasaan belajar yang baik, sikap positif terhadap belajar serta keterampilan mengelola waktu secara efektif (Prayitno, 2017).

Fenomena meningkatnya penggunaan *gadget* ini memberikan dampak positif sekaligus tantangan bagi dunia pendidikan. Menurut Supriyanto (2025, h. 1), "*The rapid advancement of digital technology has significantly transformed the educational landscape.*" *Gadget* memberi kemudahan bagi peserta didik untuk memperoleh sumber belajar, mengerjakan tugas, serta mengikuti pembelajaran daring. Marpaung (2018) menyatakan bahwa *gadget* memiliki banyak manfaat terutama jika digunakan secara bijak dan sesuai kebutuhan. Sedangkan Wijaya & Sandriya (2019, h. 22) menegaskan bahwa "*All media are created to be useful for the community for information and facilitate human activities.*" Pernyataan tersebut menegaskan bahwa *gadget*, sebagai salah satu media digital, seharusnya mampu meningkatkan efektivitas

belajar, memperluas wawasan, dan memfasilitasi interaksi akademik.

Namun seiring dengan manfaat yang ditawarkan penggunaan *gadget* juga menimbulkan tantangan tertentu. Menurut Yusuf (2024) menyebutkan bahwa penggunaan *gadget* secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, menurunnya prestasi belajar, serta menimbulkan masalah kesehatan mental dan fisik. Salah satu aspek penting yang terpengaruh adalah manajemen waktu belajar. Suwardi (2025, h. 46) "Manajemen waktu yang efektif adalah kekuatan kita berfikir untuk merencanakan dan mengatur waktu yang lebih bermakna." Sedangkan Susanti (2024) menyatakan bahwa Sayangnya banyak peserta didik yang lebih tertarik menghabiskan waktu bermain game, menjelajahi media sosial, atau menonton video dari pada belajar. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *gadget* memiliki potensi positif, penggunaannya yang tidak terkontrol justru dapat mengganggu keterampilan mengelola waktu belajar secara efektif.

Berdasarkan hasil Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Afat & Arini Novandalina (2024) dalam penelitian berjudul "Pengaruh

Penggunaan *Gadget* Terhadap Produktivitas Belajar Peserta Didik Kelas VII di SMP 1 Bunguran Timur Kabupaten Natuna Tahun Pelajaran 2023/2024". menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan *gadget* dan produktivitas belajar peserta didik. Koefisien korelasi sebesar -0,65 menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan *gadget*, semakin rendah produktivitas belajar peserta didik. Hal ini didukung oleh nilai $p = 0,001$ yang menunjukkan signifikansi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan berdampak negatif terhadap produktivitas belajar peserta didik.

Hasil pra-riset yang dilakukan di SMP Negeri 3 Entikong memberikan gambaran nyata mengenai kondisi tersebut. Berdasarkan wawancara dengan guru BK secara langsung dan observasi saat pelaksanaan Kampus Mengajar Perbatasan (KMP) menunjukkan bahwa peserta didik sering mengalami kesulitan manajemen waktu belajar. Dimana terlihat ketika melakukan observasi secara langsung peserta didik menunda untuk mengerjakan PR, kurang konsentrasi di kelas, serta

terlambat hadir ke sekolah akibat penggunaan *gadget* berlebihan di malam hari. Bahkan ditemukan kasus peserta didik yang lebih memprioritaskan penggunaan *gadget* untuk hiburan dari pada kegiatan akademik. Fakta ini menunjukkan adanya pengaruh langsung *gadget* terhadap manajemen waktu belajar sekaligus membuka peluang penelitian untuk mengungkap hal baru, yaitu bagaimana penggunaan *gadget* benar-benar memengaruhi manajemen waktu belajar peserta didik.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam mengenai "Pengaruh Penggunaan *Gadget* Terhadap Manajemen Waktu Belajar pada Peserta Didik di SMP Negeri 3 Entikong". Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam memahami bagaimana penggunaan *gadget* memengaruhi manajemen waktu belajar peserta didik, terutama di sekolah perbatasan yang masih kurang mendapat perhatian dalam penelitian sebelumnya. Sebagian besar penelitian mengenai pengaruh penggunaan *gadget* terhadap manajemen waktu belajar telah

dilakukan di daerah perkotaan atau di lingkungan dengan fasilitas yang lebih maju. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian dalam konteks sekolah perbatasan.

Penelitian sebelumnya umumnya membahas dampak penggunaan *gadget* terhadap prestasi akademik, konsentrasi, motivasi belajar, dan perilaku sosial. Berbeda dengan penelitian ini karena lebih fokus pada pengaruh penggunaan *gadget* terhadap manajemen waktu belajar peserta didik di sekolah perbatasan. Fokusnya tidak hanya pada dampak *gadget* secara umum, tetapi juga pada bagaimana peserta didik di daerah perbatasan mengatur waktu belajar mereka di tengah meningkatnya penggunaan *gadget*. Dengan pendekatan kuantitatif penelitian ini bertujuan mengukur, secara objektif hubungan antara penggunaan *gadget* dan manajemen waktu belajar.

Dengan demikian penelitian ini penting dilakukan karena belum banyak kajian yang secara spesifik membahas, pengaruh penggunaan *gadget* terhadap manajemen waktu belajar peserta didik di sekolah perbatasan. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam mengisi

kesenjangan penelitian sebelumnya dengan mengeksplorasi lebih lanjut bagaimana penggunaan *gadget* memengaruhi kemampuan peserta didik dalam manajemen waktu belajarnya pada konteks sekolah perbatasan.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya adalah pendekatan sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan data demi mencapai tujuan dan manfaat tertentu (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yaitu suatu pendekatan ilmiah yang bertujuan untuk menggambarkan hubungan antar variabel, menguji teori, serta mencari generalisasi yang memiliki nilai prediktif.

Dalam penelitian ini menggunakan bentuk studi hubungan, karena bentuk tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk menemukan pengaruh penggunaan *Gadget* terhadap manajemen waktu belajar pada peserta didik di SMP Negeri 3 Entikong. Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran hubungan timbal balik antara variabel yang akan diteliti (Nawawi, 2015).

Studi populasi merupakan kajian ilmiah yang membahas tentang keseluruhan objek atau subjek yang menjadi fokus penelitian, termasuk jumlah, karakteristik, serta distribusinya dalam suatu wilayah atau kelompok tertentu. Menurut Sugiyono (2017, h. 80) menyatakan bahwa "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakter tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya".

Adapun populasi dalam penelitian ini 98 peserta didik merupakan jumlah keseluruhan kelas VIII A, B dan C yang dipilih menjadi populasi dalam penelitian sesuai dengan karakteristik penelitian yang ada. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini teknik komunikasi tidak langsung. Menurut Nawawi (2015, h.94) menyatakan bahwa "teknik komunikasi tidak langsung adalah cara mengumpulkan data yang digunakan dengan mengadakan hubungan tidak langsung atau dengan perantara alat, baik berupa alat yang sudah tersedia maupun alat khusus yang dibuat untuk penelitian itu".

Adapun cara pelaksanaannya yaitu dengan menyebarkan daftar pertanyaan yang telah disiapkan kepada para responden. Daftar tersebut berisi sejumlah pertanyaan dan pernyataan yang harus diisi oleh responden dengan memilih jawaban yang paling sesuai berdasarkan persepsi mereka. Dengan menggunakan skala *likert* 4 sebagai standar pengukuran.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Entikong, dengan penyebaran kuesioner kepada responden setelah angket di uji validitas dan uji reliabilitas. Bertujuan untuk mengetahui konsistensi alat ukur yang digunakan dan kelayakan angket sebelum disebarkan. Pengujian reliabilitas instrumen dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS for Windows versi 22. Adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 1 Uji Reliabilitas Kuesioner Penggunaan Gadget

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.904	42

Berdasarkan tabel 1 hasil uji reliabilitas instrumen penelitian, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,904 dengan jumlah item

sebanyak 42 butir. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen berada pada kategori reliabilitas. Sehingga kuesioner dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data kuesioner penggunaan *gadget* dalam penelitian.

Tabel 2 Uji Reliabilitas Kuesioner Manajemen Waktu Belajar

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.862	39

Berdasarkan tabel 2 hasil uji reliabilitas instrumen penelitian, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,862 dengan jumlah item sebanyak 39 butir. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen berada pada kategori reliabilitas. Sehingga kuesioner dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data kuesioner manajemen waktu belajar dalam penelitian.

Dalam penelitian ini melibatkan 98 peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Entikong. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, penggunaan *gadget* pada peserta didik secara umum berada pada kategori sedang, dengan sebagian besar peserta didik menunjukkan intensitas penggunaan

gadget yang cukup tinggi terutama pada aspek durasi penggunaan *gadget*.

Tabel 3 Presentase Indikator Penggunaan Gadget

No.	Indikator Penggunaan Gadget	Persentase
1	Frekuensi Penggunaan Gadget	30,88%
2	Durasi Penggunaan Gadget	35,68%
3	Pemanfaatan Fungsi dan Aplikasi Gadget	24,38%
4	Manfaat Gadget	22,90%

Sumber Risnawati, dkk (2020, h.135)

Berdasarkan tabel 3 Persentase indikator penggunaan gadget tersebut diketahui persentase yang paling tinggi yaitu indikator durasi penggunaan gadget sebesar 35,68% dan yang paling rendah persentasenya indikator manfaat gadget 22,90%.

Sementara itu, manajemen waktu belajar peserta didik juga berada pada kategori sedang. Yang menunjukan bahwa sebagian besar peserta didik cukup mampu mengatur waktu belajar, meskipun masih terdapat beberapa aspek yang perlu ditingkatkan. Seperti penetapan prioritas dan penghndaraan penundaan.

Tabel 4 Persentase Indikator Manajemen Waktu Belajar

No.	Indikator Manajemen Waktu Belajar	Persentase
1.	Mampu Membuat Jadwal Belajar	22,56%
2.	Mampu Menetapkan Prioritas Belajar	20,03%
3.	Mampu Menghindari Penundaan	25,72%
4.	Mampu Meminimalisir Gangguan	19,92%
5.	Mampu Menyesuaikan Waktu Belajar	23%

Sumber Natsir, dkk (2023)

Berdasarkan tabel 4 Persentase indikator manajemen waktu belajar tersebut diketahui persentase yang paling tinggi yaitu indikator mampu meminimalisir gangguan sebesar 25,72% dan yang paling rendah persentasenya indikator mampu menyesuaikan waktu belajar sebesar 23%.

Tabel 5 Uji Normalitas

Tests of Normality						
Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Penggunaan Gadget	.075	98	.200*	.987	98	.472
Manajemen Waktu Belajar	.083	98	.093	.987	98	.438

*. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel 5 hasil pengujian yang dilakukan menggunakan program SPSS (Statistical Product and Service Solutions) versi 23 dengan metode Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi pada variabel penggunaan Gadget sebesar 0,200 sedangkan pada variabel manajemen waktu belajar sebesar 0,093. Nilai signifikansi kedua variabel tersebut lebih besar dari 0,05 yang menunjukkan bahwa data penelitian memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data penggunaan Gadget dan manajemen waktu belajar berdistribusi normal dan layak untuk dianalisis menggunakan uji statistik lanjutan.

Tabel 6 Uji Linieritas

ANOVA Table						
			Sum of Squares	df	Mean Square	F Sig.
Manajemen Waktu Belajar * Penggunaan Gadget	Between Groups	(Combined)	7205.234	29	248.456	7.513 .000
		Linearity	6119.975	1	6119.975	185.051 .000
		Deviation from Linearity	1085.260	28	38.759	1.172 .292
	Within Groups		2248.888	68	33.072	
	Total		9454.122	97		

Berdasarkan tabel 6 hasil analisis uji linieritas yang dilakukan menggunakan program SPSS

(Statistical Product and Service Solutions) versi 23 melalui *Test of Linearity*, diperoleh nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar 0,292. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,292 > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel penggunaan Gadget sebagai variabel bebas dengan variabel manajemen waktu belajar sebagai variabel terikat bersifat linier. Dengan demikian, data penelitian ini memenuhi asumsi linieritas dan layak untuk dilanjutkan pada analisis statistik berikutnya.

Tabel 7 Analisis Hasil Regresi Linier Sederhana

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	-8.098	9.010		-.899	.371
Penggunaan Gadget	1.048	.079	.805	13.274	.000

a. Dependent Variable: Manajemen Waktu Belajar

Berdasarkan tabel 7 kriteria pengambilan keputusan dalam uji regresi linier sederhana, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel X (penggunaan Gadget) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y (manajemen waktu belajar).

Tabel 8 Analisis Hasil Uji t (Persial)

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients B	Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	8.098	9.010		-.899	.371
Penggunaan Gadget	1.048	.079	.805	13.274	.000

Berdasarkan tabel 8 tersebut diperoleh nilai thitung sebesar 13,274, sedangkan nilai ttabel sebesar 1,984 yang diperoleh dari $df = N - 2$, yaitu $98 - 2 = 96$ (berdasarkan distribusi nilai ttabel pada taraf signifikansi 0,05). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa $thitung > ttabel$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan Gadget terhadap manajemen waktu belajar peserta didik kelas VIII A, B dan C di SMP Negeri 3 Entikong.

Tabel 7 Analisis Hasil Uji Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.805 ^a	.644	.644	5.893

Berdasarkan tabel 9 Model Summary diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,644 yang menunjukkan bahwa penggunaan Gadget memberikan kontribusi sebesar 64,4% ($100\% - 0,644$) terhadap manajemen waktu belajar. Sementara itu, sebesar 35,6%

(100%–64,4%) variasi manajemen waktu belajar dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Penggunaan Gadget Pada Peserta Didik SMP Di Negeri 3 Entikong

Dalam penelitian ini, tingkat penggunaan gadget pada peserta didik diklasifikasikan ke dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah. Hasil analisis menunjukkan bahwa penggunaan gadget peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Entikong secara umum berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik cukup sering menggunakan gadget dalam kehidupan sehari-hari, namun intensitas penggunaannya belum berada pada kategori tinggi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa gadget telah menjadi bagian dari aktivitas harian peserta didik baik untuk keperluan akademik maupun non-akademik, namun penggunaannya masih berada dalam batas yang relatif terkendali.

Penggunaan gadget dalam penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa indikator utama. Menurut Risnawati, dkk (2022, h. 135) menyatakan bahwa penggunaan

gadget terdiri atas empat indikator yaitu frekuensi penggunaan gadget, durasi penggunaan gadget, pemanfaatan fungsi aplikasi gadget dan manfaat gadget. Keempat indikator tersebut saling berkaitan dan secara bersama-sama menentukan tinggi, sedang atau rendahnya tingkat penggunaan gadget pada peserta didik. Penggunaan gadget dalam penelitian ini dianalisis berdasarkan empat indikator yaitu dijelaskan sebagai berikut yaitu:

1) Frekuensi Penggunaan Gadget

Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan gadget pada peserta didik SMP Negeri 3 Entikong berada pada kategori sedang. Temuan ini menemukan bahwa peserta didik cukup sering menggunakan gadget dalam aktivitas sehari-hari, namun belum sampai pada tingkat penggunaan yang sangat intens dalam kategori tinggi. Peserta didik umumnya menggunakan gadget setiap hari, tetapi tidak secara terus-menerus dalam setiap waktu luang.

Frekuensi penggunaan yang berada pada kategori sedang

menunjukkan adanya keseimbangan antara penggunaan gadget untuk kebutuhan tertentu, seperti komunikasi dan pencarian informasi dengan aktivitas lain di luar gadget. Hal ini sejalan dengan pendapat Risnawati, dkk (2022) menyatakan bahwa frekuensi penggunaan gadget yang tidak terlalu tinggi masih memungkinkan peserta didik untuk mengontrol perilaku digitalnya serta membagi waktu dengan aktivitas belajar dan sosial secara lebih optimal.

Selain itu menurut Sari & Putra (2021) menjelaskan bahwa frekuensi penggunaan gadget pada kategori sedang mencerminkan kondisi adaptif, di mana peserta didik memanfaatkan gadget sesuai kebutuhan tanpa menunjukkan gejala ketergantungan yang signifikan.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Aini & Prasetyo (2021) yang menyatakan bahwa peserta didik dengan kemampuan selfregulated learning yang baik cenderung mampu mengontrol penggunaan gadget dan mengalokasikan waktu belajar secara efektif.

2) Durasi Penggunaan Gadget

Berdasarkan hasil penelitian, durasi penggunaan gadget peserta

didik juga berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik menghabiskan waktu menggunakan gadget dalam jumlah yang cukup, tetapi belum mendominasi seluruh waktu harian mereka. Durasi penggunaan gadget pada kategori ini mengindikasikan bahwa peserta didik masih memiliki kesempatan untuk melakukan aktivitas lain, seperti belajar, berinteraksi dengan lingkungan sekitar, dan beristirahat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Noviandari, dkk (2021) menyatakan bahwa durasi penggunaan gadget pada tingkat sedang masih dapat ditoleransi dan belum menimbulkan dampak serius terhadap aktivitas belajar peserta didik. Namun demikian, durasi penggunaan yang tidak dikelola dengan baik tetap berpotensi mengganggu konsentrasi belajar apabila tidak disertai dengan pengaturan waktu yang efektif.

Hasil tersebut diperkuat oleh penelitian Christigracia & Elis (2024) Penelitian tersebut menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar, seperti menurunnya fokus dan meningkatnya

distraksi. Namun demikian, penggunaan gadget yang dilakukan secara bijak dan terarah untuk kepentingan pembelajaran masih dapat memberikan dampak positif.

Hasil tersebut diperkuat oleh penelitian Christigracia & Elis (2024) Penelitian tersebut menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar, seperti menurunnya fokus dan meningkatnya distraksi. Namun demikian, penggunaan gadget yang dilakukan secara bijak dan terarah untuk kepentingan pembelajaran masih dapat memberikan dampak positif.

- 3) Pemanfaatan Fungsi Aplikasi Gadget Hasil analisis menunjukkan bahwa pemanfaatan fungsi dan aplikasi gadget oleh peserta didik berada pada kategori sedang. Hal ini berarti bahwa peserta didik telah memanfaatkan beberapa fungsi dan aplikasi gadget, baik untuk tujuan pembelajaran maupun hiburan, namun pemanfaatannya belum sepenuhnya optimal ke arah akademik.

Peserta didik menggunakan gadget untuk mengakses informasi, berkomunikasi, serta menggunakan aplikasi hiburan seperti media sosial dan permainan digital. Kondisi ini sejalan dengan pendapat Kontesa (2022) menyatakan bahwa pada kategori sedang, peserta didik cenderung menggunakan gadget secara campuran antara kepentingan belajar dan non-belajar. Artinya gadget belum dimanfaatkan secara maksimal sebagai media pendukung pembelajaran, tetapi juga tidak sepenuhnya digunakan untuk aktivitas yang bersifat negatif.

Temuan ini di perkuat oleh Nuralin, dkk (2023) Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa gadget memiliki potensi signifikan sebagai alat pendukung pembelajaran apabila digunakan secara terarah dan didukung oleh strategi pembelajaran yang tepat.

Sejalan dengan itu Kurniawati (2023) mengungkapkan bahwa pemanfaatan fungsi dan aplikasi gadget pada tingkat sedang menunjukkan adanya potensi positif yang dapat dikembangkan melalui arahan dan pendampingan. Dengan bimbingan yang tepat, peserta didik dapat diarahkan untuk lebih

memanfaatkan aplikasi edukatif sehingga penggunaan gadget dapat memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap proses belajar.

4) Manfaat Gadget

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi peserta didik terhadap manfaat gadget berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik merasakan manfaat gadget seperti kemudahan memperoleh informasi dan membantu menyelesaikan tugas sekolah, namun manfaat tersebut belum dirasakan secara maksimal dalam mendukung kegiatan belajar.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Sari, dkk (2023) menyatakan bahwa pada kategori sedang gadget dipandang sebagai alat bantu yang cukup bermanfaat, tetapi belum sepenuhnya dioptimalkan untuk meningkatkan efektivitas belajar. Peserta didik cenderung memanfaatkan gadget untuk kebutuhan praktis, namun masih membutuhkan bimbingan agar penggunaannya lebih terarah pada tujuan akademik.

Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Randinata, dkk (2023) Penelitian ini menekankan bahwa tanpa adanya bimbingan dari

orang tua atau guru pemanfaatan gadget belum maksimal dalam mendukung proses pembelajaran dan masih rawan dimanfaatkan untuk hal-hal yang kurang mendukung aktivitas akademik.

Selain itu, Afat & Novandalina (2024) menyatakan bahwa manfaat gadget akan lebih dirasakan secara optimal apabila peserta didik mampu mengontrol penggunaan dan memprioritaskan fungsi edukatif dibandingkan fungsi hiburan.

Berdasarkan hasil pembahasan diatas, penggunaan gadget pada peserta didik SMP Negeri 3 Entikong berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa peserta didik telah menggunakan gadget secara cukup intensif, namun masih dalam batas yang terkendali dan belum menunjukkan penggunaan yang tinggi. Meskipun demikian, tetap diperlukan kesadaran dan pengendalian diri peserta didik, serta bimbingan dari guru dan orang tua, agar penggunaan gadget dapat diarahkan secara positif dan tidak mengganggu manajemen waktu belajar peserta didik.

Manajemen Waktu Belajar Pada Peserta Didik Di SMP Negeri 3 Entikong

Berdasarkan hasil analisis data, manajemen waktu belajar peserta didik SMP Negeri 3 Entikong secara umum berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa peserta didik telah memiliki kemampuan dasar dalam mengatur waktu belajar, namun pelaksanaannya belum optimal dan masih memerlukan penguatan. Manajemen waktu belajar yang berada pada kategori sedang mencerminkan bahwa peserta didik sudah memahami pentingnya pengelolaan waktu, tetapi belum konsisten dalam penerapannya dalam kegiatan belajar sehari-hari.

Menurut Natsir, dkk (2023) menyatakan bahwa manajemen waktu belajar dalam penelitian dianalisis melalui lima indikator yaitu membuat jadwal belajar, menetapkan prioritas belajar, menghindari penundaan, meminimalisir gangguan, dan menyesuaikan waktu belajar. Pembahasan masing-masing indikator diuraikan sebagai berikut yaitu:

1) Membuat Jadwal Belajar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam membuat jadwal belajar berada pada kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian peserta didik telah memiliki jadwal belajar, namun belum menyusunnya secara teratur dan konsisten. Jadwal belajar sering kali dibuat, tetapi pelaksanaannya belum sepenuhnya sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan.

Kondisi ini sejalan dengan pendapat Britton & Tesser (2021) menyatakan bahwa peserta didik dengan manajemen waktu belajar kategori sedang umumnya telah mampu menyusun jadwal belajar sederhana, tetapi belum menjadikannya sebagai kebiasaan yang disiplin. Sedangkan Ramdani & Sari (2022) menyatakan bahwa ketidak konsistenan dalam menerapkan jadwal belajar menyebabkan efektivitas belajar peserta didik belum maksimal. Jadwal belajar yang tidak diterapkan secara rutin cenderung membuat peserta didik kesulitan mengatur waktu antara belajar dan aktivitas lain (Putri, dkk, 2023).

2) Menetapkan Prioritas Belajar

Berdasarkan hasil penelitian, indikator menetapkan prioritas belajar berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa peserta didik telah mampu membedakan antara tugas belajar yang penting dan kurang penting, namun dalam praktiknya masih sering mengalami kesulitan dalam menentukan skala prioritas secara tepat.

Menurut Julyana & Lianawati (2024) menyatakan bahwa manajemen waktu belajar merupakan proses pengaturan waktu berdasarkan tujuan dan prioritas yang telah direncanakan, sehingga kemampuan menetapkan prioritas menjadi aspek penting dalam efektivitas pengelolaan waktu belajar peserta didik. Kategori sedang menunjukkan bahwa peserta didik telah memiliki dasar keterampilan tersebut, namun masih berada pada tahap pengembangan dan belum konsisten dalam penerapannya. Sedangkan Hidayat & Lestari (2021) menyatakan bahwa peserta didik dengan kemampuan prioritas belajar sedang cenderung mengerjakan tugas berdasarkan urgensi sesaat, bukan berdasarkan tingkat kepentingan akademik. Kurangnya

keterampilan dalam menetapkan prioritas belajar dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dan aktivitas non-akademik (Sari, dkk, 2024).

3) Menghindari Penundaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam menghindari penundaan belajar berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik terkadang masih menunda penyelesaian tugas belajar, meskipun mereka menyadari pentingnya menyelesaikan tugas tepat waktu.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Dayantri & Netrawati (2024) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik, di mana peserta didik yang memiliki kemampuan manajemen waktu pada kategori sedang masih menunjukkan kecenderungan perilaku menunda-nunda tugas akademik. Sedangkan Rahmawati & Nugroho (2022) menemukan bahwa penundaan belajar sering terjadi karena kurangnya motivasi dan pengaruh distraksi eksternal. Kemampuan menghindari penundaan pada kategori sedang menunjukkan perlunya penguatan pengendalian diri

agar peserta didik lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas belajar (Utami, dkk, 2023).

4) Meminimalisir Gangguan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam meminimalisir gangguan saat belajar berada pada kategori sedang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa peserta didik telah berupaya mengurangi gangguan belajar, namun masih sering terdistraksi oleh faktor lingkungan, termasuk penggunaan gadget dan aktivitas non-belajar lainnya.

Menurut Kholiza (2024) menyatakan bahwa gangguan eksternal seperti notifikasi gadget merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi konsentrasi belajar peserta didik. Penelitian Sutrisno & Wahyuni (2022) menunjukkan bahwa peserta didik dengan kemampuan meminimalisir gangguan pada tingkat sedang masih memerlukan pendampingan dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Selain itu, pengelolaan gangguan belajar yang belum optimal dapat berdampak pada rendahnya efektivitas waktu belajar (Fauzi, dkk, 2023).

5) Menyesuaikan Waktu Belajar

Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan waktu belajar berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik telah mampu menyesuaikan waktu belajar dengan kondisi tertentu, seperti menjelang ujian atau saat memiliki tugas namun belum melakukannya secara terencana dan berkelanjutan.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Azizah & Muslikah (2019) menyatakan bahwa penyesuaian waktu belajar merupakan bagian dari regulasi diri yang masih berkembang pada peserta didik usia remaja. Penelitian Aini & Prasetyo (2021) menunjukkan bahwa peserta didik dengan kemampuan penyesuaian waktu belajar sedang cenderung belajar secara situasional, bukan berdasarkan perencanaan jangka panjang. Kemampuan menyesuaikan waktu belajar perlu dikembangkan agar peserta didik dapat mengelola beban akademik secara lebih efektif (Kurniawan, dkk, 2024).

Berdasarkan hasil pembahasan diatas, manajemen waktu belajar peserta didik SMP Negeri 3 Entikong berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa

peserta didik telah memiliki kemampuan dasar dalam mengelola waktu belajar, namun belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan peran guru Bimbingan dan Konseling serta dukungan orang tua untuk membantu peserta didik mengembangkan keterampilan manajemen waktu belajar secara lebih efektif dan berkelanjutan.

Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Manajemen Waktu Belajar Pada Peserta Didik DI SMP Negeri 3 Entikong

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan gadget terhadap manajemen waktu belajar pada peserta didik SMP Negeri 3 Entikong. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh temuan bahwa penggunaan gadget memiliki pengaruh tingkat sedang terhadap manajemen waktu belajar peserta didik. Hubungan yang terbentuk bersifat searah yang menunjukkan bahwa, penggunaan gadget yang semakin baik dan terarah cenderung diikuti oleh peningkatan kemampuan peserta didik dalam mengelola waktu belajar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Susanti, dkk (2024) menyatakan bahwa penggunaan

gadget yang dimanfaatkan secara positif dapat membantu peserta didik dalam mengakses informasi pembelajaran, mengatur aktivitas belajar, serta meningkatkan efektivitas pengelolaan waktu belajar. Gadget memberikan kemudahan bagi peserta didik untuk memperoleh sumber belajar secara cepat dan fleksibel, sehingga dapat mendukung keteraturan dalam pelaksanaan kegiatan belajar.

Selain itu, temuan penelitian ini juga mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Afat & Arini Novandalina (2024) menyatakan bahwa penggunaan gadget yang tepat dapat mendukung produktivitas belajar peserta didik. Produktivitas belajar tersebut berkaitan erat dengan kemampuan peserta didik dalam mengatur dan memanfaatkan waktu belajar secara optimal. Peserta didik yang produktif umumnya mampu mengelola waktu belajar dengan baik sehingga kegiatan akademik dapat berjalan secara efektif dan efisien. Selain itu, hasil penelitian ini juga didukung oleh pendapat Yusuf (2024) menyatakan bahwa penggunaan gadget yang terkontrol dan terarah dapat membantu meningkatkan kedisiplinan

akademik, fokus belajar, serta keteraturan dalam menjalankan jadwal belajar.

Meskipun penggunaan gadget memiliki pengaruh terhadap manajemen waktu belajar, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kemampuan mengelola waktu belajar tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor. Terdapat faktor lain yang turut berperan, seperti motivasi belajar, disiplin diri, pengawasan orang tua, serta lingkungan belajar peserta didik. Menurut Suwardi (2025) menyatakan bahwa manajemen waktu belajar dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengendalikan diri dan mengatur prioritas aktivitas sehari-hari. Peserta didik yang memiliki motivasi dan disiplin belajar yang baik cenderung lebih mampu mengelola waktu belajar secara efektif, terlepas dari bagaimana gadget digunakan.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa, penggunaan gadget berpengaruh terhadap manajemen waktu belajar peserta didik, namun bukan satu-satunya faktor yang menentukan. Penggunaan gadget yang positif dan terarah dapat membantu meningkatkan kemampuan peserta

didik dalam mengelola waktu belajar, sementara faktor-faktor lain di luar penggunaan gadget juga memiliki peran penting meskipun tidak diteliti dalam penelitian ini.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat penggunaan gadget pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Entikong berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik cukup sering memanfaatkan gadget dalam aktivitas sehari-hari, baik untuk kepentingan pembelajaran maupun di luar pembelajaran.
2. Tingkat manajemen waktu belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Entikong berada pada kategori sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa peserta didik telah memiliki kemampuan dasar dalam mengatur waktu belajar, meskipun pelaksanaannya belum sepenuhnya optimal, terutama dalam mengendalikan penggunaan gadget selama kegiatan belajar.

3. Penggunaan gadget berpengaruh secara signifikan terhadap manajemen waktu belajar peserta didik di SMP Negeri 3 Entikong. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji parsial (uji t) yang menunjukkan bahwa nilai thitung lebih besar daripada ttabel, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Dengan demikian, penggunaan gadget memiliki kontribusi yang signifikan dalam memengaruhi kemampuan peserta didik dalam mengelola waktu belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afat, & Novandalina, A. (2024). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Produktivitas Belajar Peserta Didik Kelas VII di SMPN 1 Bunguran Timur Kabupaten Natuna Tahun Pelajaran 2023/2024, *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 2(6), 146-155. Diunduh di : <https://jurnal.kolibri.org/index.php/cendikia/article/view/1687/1636>
- Aini, N., & Prasetyo, A. (2021). Self-regulated learning dan manajemen waktu belajar siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(2), 134–145.
- APJII. (2025). Laporan survei internet APJII 2025: Profil pengguna internet Indonesia. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. <https://survei.apjii.or.id/survei>.
- Azizah, M., & Muslikah, M. (2019). Hubungan antara manajemen waktu dan regulasi diri dengan kecanduan smartpone. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(1), 1–10.
- Britton, B. K., & Tesser, A. (2021). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 113(4), 789–801.
- Christigracia, T. G., & Elis, F. K. (2024). Dampak penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa SMP Aletheia Malang. Triwikrama: *Jurnal Ilmu Sosial*. <https://doi.org/10.6578/triwikrama.v9i2.14147>
- Dayantri, S., & Netrawati, N. (2024). Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 9626.
- Fauzi, A., Rahmawati, D., & Hasanah, U. (2023). Gangguan belajar dan pengelolaan waktu belajar siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 8(1), 22–31.
- Hidayat, R., & Lestari, S. (2021). Prioritas belajar dan dampaknya terhadap prestasi akademik siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 27(3), 301–310.
- Hs, A. H., & Hidayat, B. (2021). Solusi Gangguan Smartphone Addiction Berdasarkan Pendekatan Psikologi Islam. Al-Hikmah: *Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 18(1), 65–78.
- Julyana, D. D., & Lianawati, A. (2024). Berlatih alokasi waktu dalam self management efektif meningkatkan manajemen belajar siswa. Teraputik: *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 229–235.

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Diunduh di : <https://www.scribd.com/doc/282147740/Permen-dikbud-No-111-Tahun-2014-Tentang-Bimbingan-Dan-Konseling>
- Kholiza, H. N. (2024). Dampak penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar di kelas 8. Sindoro: *Cendikia Pendidikan*, 5(7), 81–90.
- Kontesa, F. (2022). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini (Doctoral dissertation, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu). [skripsi]. Diunduh di : <https://scholar.google.com>
- Kurniawan, D., Putri, R. A., & Nugroho, S. (2024). Manajemen waktu belajar dan regulasi diri siswa sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 13(1), 89–99.
- Kurniawati, D. (2023). Pola penggunaan aplikasi digital pada peserta didik dan implikasinya terhadap pembelajaran. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 25(2), 189–198.
- Marpaung, J. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan. KOPASTA: *Journal of the conseling Guidance Study Program*, 5(2): 55-64. Diunduh di <https://scholar.google.com>
- Natsir, N., Baidun, A., Minsarnawati, Amirudin, & Aliah, N. (2023). F. Eid, *Belajar di Era Digital*. Kebumen: Mutiara Intelektual Indonesia.
- Nawawi, H. (2015). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada Universitas Press.
- Noviandari, H., Putri, R. A., & Wahyuni, S. (2021). Hubungan durasi penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar siswa SMP. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(2), 120–129.
- Nuralin, S., Saleh, A., & Rahman, M. (2023). Penggunaan gadget untuk menciptakan pembelajaran yang efektif. An-Najah: *Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 45–53.
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Rahmawati, L., & Nugroho, Y. (2022). Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu belajar siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(2), 145–154.
- Ramdani, Z., & Sari, M. (2022). Manajemen waktu belajar dan implikasinya terhadap efektivitas belajar siswa sekolah menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 85–94.
- Randinata, Dwiki, Indri Astuti, and Eny Enawaty (2023). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Belajar Siswa dan Interaksi Keluarga. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 6 (5), 3339-3343.
- Risnawati, R., Manda, D., & Suardi, S. (2022). Pengaruh penggunaan Gadget dan perilaku sosial

- terhadap prestasi belajar peserta didik di sekolah dasar. *Phinisi Integration Review*, 5(1).
<https://doi.org/10.26858/pir.v5i1.31802>
- Risnawati, R., Yusri, & Fadli, R. (2022). Intensitas penggunaan gadget dan kontrol diri siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 55–64.
- Sari, D. P., & Putra, A. (2021). Perilaku penggunaan smartphone pada remaja sekolah menengah. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 27(1), 88–96.
- Sari, Y., Wicaksono, L., & Amallia, P. (2023). Analisis Karakteristik Manajemen Waktu Belajar Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Negeri 11 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 12(7), 2170-2177. Diunduh di :
<http://doi.org/10.26418/jppk.v12i7.65580>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Supriyanto, S. (2025). The Impact Of Gadget Use on Elementary School Students' Learning Focus in Undaan District, Kudus Regency. *Jurnal Pendidikan Islam*, 2(3), 5-5.
- Susanti, S., Pulungan, F., Rezki, M. A., Purba, M. P., & Gaol, R. A. G. L. (2024). Pengaruh penggunaan Gadget terhadap konsentrasi belajar siswa di SMP IT Swasta Ad Durrah. *Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 2(1), 57-65.
- Susanti, S., Pulungan, F., Rezki, M. A., Purba, M. P., & Gaol, R. A. G. L. (2024). Pengaruh penggunaan Gadget terhadap konsentrasi belajar siswa di SMP IT Swasta Ad Durrah. *Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 2(1), 57-65.
- Sutrisno, H., & Nugraha, R. (2022). Distraksi digital dan pengaruhnya terhadap konsentrasi belajar siswa SMP. *Jurnal Psikopedagogia Indonesia*, 6(2), 95–105.
- Suwardi, S.E., M.M. (2025). *Manajemen Waktu*. Semarang: Yayasan Prima Agus Teknik bekerjasama dengan Universitas STEKOM.
- Utami, D., Handayani, R., & Pratama, F. (2023). Kontrol diri dan penundaan akademik pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Konseling Nusantara*, 5(1), 66–75.
- Wijaya, M. R., & Sandriya, F. (2019). The Usage of Gadget in School Environment: Islamic Education Teachers' Efforts in Maximizing The Usage of Mobile Phones and Their Impact Toward Students. *Journal of Research in Islamic Education*, 1(1), 21-30.
- Yusuf, M. A. Y. (2024). Pelajar Masa Depan Kini: Antara Gadget Dan Belajar. *Journal Of Islamic Primary Education*, 2(2), 51-60.