

MENGATASI OFF TASK BEHAVIOR SISWA SD DI ERA DIGITAL: EFEKTIVITAS PENGELOLAAN KELAS BERBASIS REWARDS

Setiawati¹, Salsabilla Zahwa², Oki Suprianto³

Universitas Pendidikan Indonesia (¹PGSD Universitas Pendidikan Indonesia
Kampus Serang)

Universitas Pendidikan Indonesia (²PGSD Universitas Pendidikan Indonesia
Kampus Serang)

Alamat e-mail : 1Setiawatii@upi.edu, Alamat e-mail :

2salsabillazahwa2901@upi.edu, Alamat e-mail : 3okisuprianto@upi.edu

ABSTRACT

The development of digital technology has had a significant impact on the learning process in elementary schools, one of which is the emergence of digital distractions that can trigger off-task behavior in students. Off-task behavior is behavior unrelated to learning activities, such as talking to oneself, walking around the classroom, or not paying attention to teacher explanations. This study aims to analyze the relationship between digital distractions and the emergence of off-task behavior in elementary school students, identify the types of behavior, causal factors, impacts, and teacher strategies for addressing it.

This study used a qualitative approach with a case study method. The subjects consisted of 33 third-grade C students and their homeroom teachers at a private Islamic elementary school (MIS). Data collection techniques were conducted through observation, interviews, and documentation. The results showed that the off-task behaviors identified included motoric behavior, verbal behavior, and passive behavior. The most dominant form of behavior was motoric behavior such as walking, running, and playing during learning. Factors contributing to off-task behavior include excessive mobile phone use, lack of family interaction, and less than conducive classroom management. The resulting impact is disrupted student concentration and a less effective learning process. Strategies teachers employ to address off-task behavior include verbal reprimands, firm warnings, and rewards

Keywords: digital distraction, off-task behavior, elementary school, classroom management

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital memberikan pengaruh besar terhadap proses pembelajaran di sekolah dasar, salah satunya munculnya distraksi digital yang dapat memicu perilaku *off-task* pada siswa. Perilaku *off-task* merupakan perilaku yang tidak berkaitan dengan kegiatan pembelajaran, seperti berbicara sendiri, berjalan-jalan di kelas, maupun tidak memperhatikan penjelasan guru. Penelitian ini

bertujuan untuk menganalisis keterkaitan distraksi digital dengan munculnya perilaku *off-task* pada siswa sekolah dasar, mengidentifikasi bentuk perilaku, faktor penyebab, dampak, serta strategi guru dalam mengatasinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari 33 siswa kelas III C dan guru wali kelas di salah satu Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *off-task* yang ditemukan meliputi *motoric behavior*, *verbal behavior*, dan *passive behavior*. Bentuk perilaku yang paling dominan adalah perilaku motorik seperti berjalan-jalan, berlari-larian, dan bermain saat pembelajaran berlangsung. Faktor penyebab perilaku *off-task* antara lain penggunaan *handphone* secara berlebihan, kurangnya interaksi keluarga, serta kondisi pengelolaan kelas yang kurang kondusif. Dampak yang ditimbulkan yaitu terganggunya konsentrasi belajar siswa dan kurang efektifnya proses pembelajaran. Strategi yang dilakukan guru dalam mengatasi perilaku *off-task* meliputi teguran lisan, peringatan tegas, dan pemberian reward.

Kata kunci: distraksi digital, perilaku *off-task*, sekolah dasar, pengelolaan kelas

Catatan: Nomor HP tidak akan dicantumkan, namun sebagai fast respon apabila perbaikan dan keputusan penerimaan jurnal sudah ada.

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat membawa perubahan signifikan dalam dunia pendidikan, termasuk pada proses pembelajaran di sekolah dasar. Kehadiran perangkat seperti *smartphone*, tablet, serta akses internet yang mudah telah menciptakan berbagai kemudahan dalam memperoleh informasi. Pada saat ini banyak ditemui anak-anak usia dini yang sudah mengenal *gadget* bahkan sudah pandai dalam menggunakannya, tanpa diajarkan pun anak dengan mudah dapat menggunakan *gadget* karena *gadget*

memiliki fitur yang menarik sehingga membuat anak cepat akrab dengannya.(Hidayat & Maesyaroh, 2020). Namun, di sisi lain, kondisi ini juga memunculkan tantangan baru berupa meningkatnya distraksi digital yang dapat mengganggu fokus belajar siswa sehingga menimbulkan perilaku *off task* pada siswa.

Namun, di balik kemudahan tersebut, penggunaan teknologi digital juga membawa dampak negatif terhadap proses pembelajaran. Salah satu dampak yang cukup menonjol adalah menurunnya fokus belajar siswa

akibat banyaknya distraksi dari perangkat digital. Hal ini sejalan dengan pendapat (Hakim & Yulia, 2024) yang menyatakan bahwa banyaknya informasi menarik yang tersedia melalui teknologi digital dapat membuat siswa menjadi kurang fokus dalam belajar. Kondisi ini menunjukkan bahwa teknologi tidak hanya menjadi alat bantu belajar, tetapi juga berpotensi mengalihkan perhatian siswa dari kegiatan pembelajaran. Pemanfaatan teknologi digital di jenjang sekolah dasar kini menjadi dilema pedagogis; di satu sisi, penggunaan gawai menawarkan peluang positif untuk memperluas akses informasi dan media pendidikan, namun disisi lain, ia menghadirkan tantangan serius berupa potensi distraksi, penurunan konsentrasi, dan risiko ketergantungan yang dapat merusak kualitas pembelajaran (Julfan et al, 2025). Fenomena ini memicu tingginya frekuensi perilaku *off-task* siswa, di mana perhatian mereka teralihkan dari materi instruksional menuju aktivitas digital non-akademik. Mengingat anak usia sekolah dasar masih memiliki

kemampuan regulasi diri yang terbatas, dampak distraksi digital ini tidak hanya menghambat pencapaian kognitif individu, tetapi juga menuntut guru untuk merancang strategi pengelolaan kelas yang lebih adaptif dan preventif demi menjaga efektivitas lingkungan belajar di era siber.

Efektivitas pembelajaran di jenjang sekolah dasar sangat bergantung pada kemampuan siswa untuk tetap fokus pada instruksi guru, namun kenyataannya banyak siswa terjebak dalam perilaku *off-task*. Menurut (Andiani et al). Perilaku *off-task* merupakan tindakan negatif yang tidak berkaitan dengan pembelajaran, di mana individu melibatkan diri dalam aktivitas non-akademik selama lebih dari tiga detik, seperti tidak memperhatikan penjelasan guru, menggambar di luar konteks pelajaran, hingga ketidakmampuan untuk duduk tenang di kelas. Perilaku *off-task* merupakan perilaku siswa yang tidak mendukung proses pembelajaran didalam kelas, dimana siswa atau peserta didik melepaskan diri sepenuhnya dari lingkungan belajar dan melibatkan diri pada hal-hal

yang tidak ada kaitannya dengan kegiatan belajar dikelas (Ilmi et al., n.d.)

Dari beberapa jurnal diatas, definisi *off task* dapat disimpulkan sebagai bentuk ketidakterlibatan siswa dalam proses pembelajaran, yang ditandai dengan perahlian perhatian pada aktivitas non-akademik diluar arahan guru. Perilaku ini menunjukkan rendahnya fokus siswa serta kecenderungan untuk melepaskan diri dari lingkungan belajar, sehingga berpotensi menghambat efektivitas pembelajaran dikelas. Jika fenomena perilaku *off-task* tersebut yang semakin sering terjadi menunjukkan bahwa diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami faktor-faktor penyebabnya, khususnya dalam konteks perkembangan teknologi digital saat ini.

Meskipun penelitian mengenai perilaku *off-task* telah banyak dilakukan, namun kajian yang secara khusus mengaitkan fenomena tersebut dengan distraksi digital pada siswa sekolah dasar masih terbatas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan

oleh(Larang Nur Esanti et al) perilaku *off-task* siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi lingkungan sekolah, latar belakang tempat tinggal, serta faktor internal siswa seperti motivasi belajar yang rendah. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa upaya guru dalam menangani perilaku *off-task* masih bersifat konvensional, seperti menegur, menasihati, atau bahkan membiarkan perilaku tersebut, yang pada kenyataannya dinilai kurang efektif karena perilaku tersebut tetap berulang setiap hari.

Namun, penelitian tersebut masih memiliki keterbatasan karena belum secara spesifik mengkaji peran distraksi digital, seperti penggunaan *smartphone*, media sosial, atau konten digital, yang saat ini menjadi faktor yang sangat relevan dalam kehidupan siswa sekolah dasar. Padahal, perkembangan teknologi digital berpotensi besar menjadi salah satu pemicu utama munculnya perilaku *off-task* di kelas modern. Selain itu, penelitian sebelumnya lebih berfokus pada perbedaan latar belakang siswa (santri dan siswa

umum) serta faktor lingkungan secara umum, tetapi belum mengaitkannya dengan strategi pengelolaan kelas berbasis era digital yang dapat digunakan guru untuk mengatasi distraksi tersebut secara lebih efektif.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Eliza et al, 2020) perilaku off-task siswa sekolah dasar umumnya dipengaruhi oleh faktor internal seperti kesulitan belajar dan adaptasi sekolah, serta faktor eksternal seperti pengaruh teman dan kurangnya perhatian guru. Penelitian tersebut juga menekankan bahwa penanganan perilaku off-task lebih banyak dilakukan melalui pendekatan konseling dan modifikasi perilaku seperti reinforcement dan punishment.

Namun demikian, penelitian tersebut masih berfokus pada faktor umum penyebab perilaku *off-task* tanpa secara spesifik mengkaji peran distraksi digital sebagai salah satu faktor yang semakin relevan di era saat ini. Padahal, perkembangan teknologi digital seperti penggunaan smartphone dan media sosial pada siswa sekolah dasar berpotensi

menjadi pemicu baru munculnya perilaku *off-task* di kelas. Selain itu, penelitian sebelumnya lebih menyoroti peran konselor dalam penanganan perilaku siswa, sementara strategi pengelolaan kelas oleh guru dalam menghadapi distraksi digital belum dibahas secara mendalam.

Oleh karena itu, terdapat celah penelitian yang signifikan terkait keterkaitan antara distraksi digital dengan munculnya perilaku off-task pada siswa sekolah dasar, serta bagaimana strategi pengelolaan kelas yang adaptif dan kontekstual di era digital dapat diterapkan oleh guru untuk mengatasi permasalahan tersebut. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menganalisis secara lebih spesifik dampak distraksi digital terhadap perilaku *off-task* siswa sekolah dasar sekaligus mengkaji strategi pengelolaan kelas yang relevan dan efektif dalam menghadapi tantangan pembelajaran di era digital.

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis keterkaitan antara distraksi digital dengan munculnya perilaku off-task pada siswa sekolah

dasar, serta mengidentifikasi bentuk-bentuk perilaku *off-task* yang dominan beserta faktor-faktor penyebabnya dalam konteks pembelajaran di era digital. Selain itu, penelitian ini juga mengkaji strategi pengelolaan kelas yang diterapkan oleh guru dalam mengatasi perilaku tersebut, sehingga diharapkan dapat ditemukan pendekatan yang lebih efektif, adaptif, dan relevan dalam mendukung terciptanya proses pembelajaran yang kondusif.

B. Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena perilaku *off-task* siswa dalam konteks pembelajaran di kelas, khususnya di era distraksi digital. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, di mana peneliti berperan sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian lebih

menekankan makna daripada generalisasi (Arditya Prayogi et al., 2024)

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus, yaitu untuk mengkaji secara rinci dan kontekstual mengenai perilaku siswa dalam situasi nyata di lingkungan sekolah. Penelitian ini dilaksanakan di salah satu sekolah Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS) pada kelas 3C, pada bulan April. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar yang menunjukkan kecenderungan perilaku *off-task* selama proses pembelajaran berlangsung. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu, seperti siswa yang sering tidak fokus, mudah terdistraksi, atau terlibat dalam aktivitas di luar pembelajaran. Jumlah subjek dalam penelitian ini terdiri dari 33 siswa dan guru wali kelas 3C.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa cara, di antaranya: (1) observasi, digunakan untuk mengamati secara langsung perilaku siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung; (2)

wawancara, dilakukan kepada guru dan beberapa siswa untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam terkait penyebab dan bentuk perilaku off-task; dan (3) dokumentasi yang relevan dengan penelitian

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Observasi

Hasil observasi menunjukkan bahwa perilaku *off-task* siswa muncul dalam berbagai bentuk selama proses pembelajaran. Untuk mempermudah analisis, perilaku tersebut kemudian diklasifikasikan ke dalam tiga kategori utama, yaitu *motoric behavior*, *verbal behavior*, dan *passive behavior*. adapun data pengelompokan kategori bentuk uoff task yang ditemukan dalam observasi sebagai berikut:

Motoric behaviors

Nama	off task	F	ket
A Jalan didalam kelas		III	07.37
H			
F Lari- larian		II	07. 39
H Jalan didalam kelas		I	07.40

B Lari – larian	III	07.45
F Kejar- kejaran	III	07.57
M Bercanda bermain air	I	08.16
B Main air	I	08.17
M Lari- larian	I	07.40

Verbal behaviors

Nama	Off task	F	Ket
H	Berkata Kasar	II	08.21
AH	Ngobrol	I	08.32

Passive behaviors

Nama	Off task	F	Ket
MA	Melamun	II	07.53
AZ	Melamun	I	07.54
ASY	Melamun		
HSN	Tidak merespon	I	08.24

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada siswa kelas 3C di Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS), ditemukan berbagai bentuk perilaku *off-task* yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Perilaku tersebut dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu *off-task motoric*

behavior, *verbal behavior*, dan *passive behavior*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *off-task* yang paling dominan dilakukan siswa adalah perilaku motorik.

Pada kategori *motoric behavior*, perilaku yang paling sering muncul berupa berjalan-jalan di dalam kelas, berlari-larian, kejar-kejaran, hingga bermain air saat pembelajaran berlangsung. Beberapa siswa seperti Afan Hamizah, Bani, dan Firman menunjukkan frekuensi perilaku motorik yang cukup tinggi dibandingkan siswa lainnya. Aktivitas tersebut umumnya muncul ketika salah satu siswa mulai melakukan perilaku *off-task*, kemudian perilaku tersebut memengaruhi siswa lain untuk ikut melakukan aktivitas serupa selama proses pembelajaran berlangsung. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar cenderung mengekspresikan kejenuhan dan hilangnya fokus melalui aktivitas fisik yang berlebihan.

Selain perilaku motorik, ditemukan pula *verbal behavior* seperti mengobrol saat guru

menjelaskan serta penggunaan kata-kata kasar. Meskipun frekuensinya tidak sebanyak perilaku motorik, perilaku verbal tetap memberikan dampak terhadap kondisi belajar di kelas karena dapat mengganggu konsentrasi siswa lain. Di sisi lain, perilaku *passive behavior* juga ditemukan pada beberapa siswa, seperti diam, melamun, dan kurang merespons pembelajaran. Perilaku pasif ini menunjukkan bahwa tidak semua perilaku *off-task* muncul dalam bentuk aktif, tetapi juga dapat terlihat melalui ketidakterlibatan siswa dalam proses belajar.

2. Wawancara

Peneliti telah melaksanakan wawancara sesuai dengan prosedur penelitian yang telah dijelaskan pada Bab III. Wawancara dilakukan secara bertahap kepada informan yang terlibat dalam penelitian, yaitu guru wali kelas III C dan beberapa peserta didik di kelas tersebut. Proses wawancara dilakukan secara terpisah agar peneliti dapat memperoleh informasi yang lebih mendalam dan sesuai dengan pengalaman masing-masing

informan. Adapun hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti sebagai berikut:

a. Bentuk bentuk perilaku *off task* yang ditemukan didalam kelas 3C Madrasah Ibtidaiyah Swasta (MIS) berdasarkan hasil wawancara oleh peneliti kepada guru wali kelas, diantaranya gampang beralih fokus, tidur didalam kelas saat jam pembelajaran, memukul meja dikelas, berlari-lari didalam kelas saat jam pembelajaran

Kutipan wawancara yang dilakukan observer adalah sebagai berikut:

Pertanyaan : “ bentuk - bentuk perilaku *off task* seperti apa yang sering ibu ditemukan didalam kelas?

Konselor : “yaitu gampang peralihan fokus saat guru menerangkan pembelajaran dikelas, bisa kita lihat anak anak kelas 3C super aktif ada yang mukul mukul meja karena anak anak termasuk tim hadroh, lalu juga berlari-larian didalam kelas”

a. Faktor Penyebab perilaku *off task*
Dari hasil wawancara beberapa faktor yang menyebabkan siswa melakukan perilaku yang tidak dikehendaki adalah karena siswa

tersebut kemampuan motorik yang cukup aktif terutama faktor kurangnya lahan untuk bermain disekitar lingkungan rumah siswa, dan juga penggunaan gawai (*hp*).

Kutipan wawancara yang dilakukan observer adalah sebagai berikut:

Pertanyaan: “ menurut ibu faktor apa yang menyebabkan perilaku *off task* terjadi?”

Konselor : “ pertama mungkin siswa yang sangat aktif karena lingkungan yang sempit di lingkungan rumah mereka, jadi saat dikelas mereka mengeksplor diri, juga penggunaan Handphone yang tidak diawasi oleh orang tua”

b. Dampak dari perilaku *off task*

Dari hasil wawancara beberapa dampak yang terjadi saat perilaku *off task* yang dikehendaki yaitu dampak utamanya terganggunya fokus mereka.

Kutipan wawancara yang dilakukan observer adalah sebagai berikut:

Pertanyaan : “ apakah ada dampak perilaku *off task* jika terjadi disaat jam pembelajaran berlangsung bu?”

Konselor : “kalau dampak pasti ada, seperti melihat temannya ada yang memukul meja lalu teman yang lain mengikutinya”

c. Strategi guru terhadap perilaku *off task*

Dari hasil wawancara ada beberapa strategi guru yang sering dipakai untuk mengatasi perilaku *off task* siswa dikelas yaitu dengan menasehati siswa secara pribadi dengan baik-baik dan dengan memberikan reward supaya menarik fokus mereka terhadap pembelajaran

Kutipan wawancara yang dilakukan observer adalah sebagai berikut:

Pertanyaan : “ Biasanya strategi seperti apa yang paling efektif untuk mengatasi perilaku *off task*?”

Konselor : “ biasanya kita tegur secara lisan dengan baik-baik, juga dengan memberikan rewards karna anak anak tertarik sehingga mereka akan lebih fokus dalam pembelajaran”

1. Faktor Penyebab Perilaku *off task*

Pendidikan merupakan proses penting dalam membantu siswa

mengembangkan kemampuan berpikir, sikap, serta perilaku selama kegiatan belajar berlangsung. Dalam proses pembelajaran, siswa diharapkan mampu memperhatikan penjelasan guru, mengikuti kegiatan belajar dengan baik, serta terlibat aktif di dalam kelas. Namun, perkembangan teknologi digital saat ini membawa pengaruh besar terhadap perilaku belajar siswa sekolah dasar. Teknologi digital dapat memberikan dampak positif maupun negatif dalam proses pembelajaran, salah satunya membuat siswa menjadi kurang fokus dalam belajar. Proses belajar sendiri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang dapat menentukan keberhasilan siswa dalam pembelajaran (Hakim & Yulia, 2024)

Kemajuan teknologi memberikan berbagai kemudahan dalam memperoleh informasi dan hiburan melalui perangkat digital, seperti *handphone*. Penggunaan *handphone* pada anak usia sekolah dasar saat ini semakin meningkat, baik untuk bermain game, menonton video, maupun mengakses media sosial. Penggunaan perangkat digital

secara berlebihan dapat membuat siswa lebih mudah terdistraksi dan sulit mempertahankan fokus selama pembelajaran berlangsung. hal ini sejalan dengan pendapat (Indah Pratiwi, n.d.)yang menyatakan bahwa Perilaku off-task merupakan perilaku yang tidak berkaitan dengan kegiatan pembelajaran sehingga siswa tidak terlibat secara optimal dalam proses belajar di kelas.

Selain itu, intensitas penggunaan gadget yang tinggi juga dapat mengurangi interaksi anak dengan keluarga maupun lingkungan sekitar. Kurangnya pengawasan dan komunikasi dengan keluarga menyebabkan anak lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan perangkat digital dibandingkan melakukan interaksi sosial secara langsung. Kondisi tersebut dapat memengaruhi konsentrasi belajar siswa serta memunculkan perilaku yang tidak sesuai selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat menurunkan kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian dan

mempertahankan fokus belajar di kelas(febriani & Muhdar, n.d.)

Berdasarkan data yang diperoleh, faktor penyebab perilaku *off task* pada siswa diantaranya:

- a. Lingkungan tempat tinggal yang sempit serta penggunaan handphone secara berlebihan menjadi salah satu faktor penyebab munculnya perilaku off task pada siswa. Lingkungan tempat tinggal yang kurang nyaman dapat membuat siswa lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan handphone sebagai sarana hiburan. Penggunaan handphone yang dilakukan secara terus-menerus menyebabkan siswa terbiasa bermain game, menonton video, maupun mengakses media sosial dalam waktu yang lama. Hal tersebut sejalan dengan penelitian menurut (Khofiatun & Syaifudin, 2026) yang menyatakan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan berkaitan dengan penurunan konsentrasi belajar serta meningkatnya masalah perhatian pada anak usia sekolah dasar. Kondisi tersebut membuat

perhatian siswa lebih mudah teralihkan ketika proses pembelajaran berlangsung. Akibatnya, siswa menjadi kurang fokus, tidak memperhatikan penjelasan guru, serta lebih tertarik melakukan aktivitas lain di luar kegiatan pembelajaran.

- b. Kurangnya interaksi dengan keluarga juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi munculnya perilaku *off task* pada siswa. Kesibukan orang tua maupun minimnya waktu berkumpul bersama keluarga menyebabkan anak kurang mendapatkan perhatian, pengawasan, dan pendampingan dalam kegiatan belajar. Kondisi tersebut membuat anak lebih sering menghabiskan waktu sendiri dengan handphone sebagai bentuk hiburan maupun pelampiasan rasa bosan. Akibatnya, anak menjadi terbiasa menggunakan gadget dalam durasi yang lama tanpa kontrol yang jelas dari orang tua. (Fauziddin & Adha, 2024) menjelaskan bahwa kurangnya pengawasan serta pengasuhan digital dari keluarga

dapat meningkatkan intensitas penggunaan gadget pada anak, yang kemudian berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar dan kualitas interaksi sosial siswa. Kondisi ini menyebabkan siswa lebih mudah terdistraksi saat pembelajaran berlangsung, kurang memperhatikan penjelasan guru, serta cenderung melakukan aktivitas lain di luar kegiatan belajar.

- c. Kondisi pengelolaan kelas yang kurang kondusif juga menjadi salah satu faktor munculnya perilaku *off task* pada siswa. Suasana kelas yang ramai, kurangnya pengawasan guru, serta metode pembelajaran yang kurang menarik dapat membuat perhatian siswa mudah teralihkan selama proses pembelajaran berlangsung. Ketika guru belum mampu menciptakan suasana belajar yang aktif dan terarah, siswa cenderung mencari aktivitas lain yang dianggap lebih menarik, seperti berbicara dengan teman, bermain sendiri, maupun menggunakan handphone di luar kepentingan belajar. Kondisi tersebut

menyebabkan siswa menjadi kurang fokus terhadap materi yang disampaikan guru. menurut **(Zen, 2025)** yang menjelaskan bahwa konsentrasi belajar siswa sangat dipengaruhi oleh lingkungan belajar dan kemampuan siswa dalam mempertahankan perhatian selama pembelajaran berlangsung. Akibatnya, siswa lebih mudah melakukan perilaku *off task* karena perhatian mereka tidak sepenuhnya tertuju pada kegiatan pembelajaran di kelas

2. Dampak Perilaku *off task*

Dalam proses pembelajaran, fokus dan keterlibatan siswa menjadi salah satu faktor penting dalam menunjang keberhasilan belajar. Namun, munculnya perilaku *off-task* dapat menghambat efektivitas pembelajaran karena perhatian siswa teralihkan dari kegiatan belajar yang sedang berlangsung. Perilaku *off-task* menunjukkan rendahnya perhatian siswa terhadap aktivitas pembelajaran sehingga siswa cenderung tidak terlibat secara optimal dalam proses belajar di kelas (Bakosh et al., 2016) Kondisi tersebut menyebabkan siswa menjadi kurang

memperhatikan penjelasan guru serta kurang terlibat aktif selama proses pembelajaran berlangsung.

Dampak perilaku *off-task* pada siswa sekolah dasar tidak hanya memengaruhi siswa yang melakukan perilaku tersebut, tetapi juga berdampak pada kondisi pembelajaran secara keseluruhan. Dalam proses belajar, siswa dituntut untuk mampu memperhatikan penjelasan guru, mengikuti instruksi, serta terlibat aktif selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Namun, ketika perilaku *off-task* muncul, konsentrasi belajar siswa menjadi terganggu sehingga tujuan pembelajaran sulit tercapai secara optimal.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, perilaku *off-task* memberikan beberapa dampak terhadap proses pembelajaran di kelas. Salah satu dampak yang paling terlihat adalah terganggunya konsentrasi siswa lain selama pembelajaran berlangsung. Perilaku seperti berlari-larian, mengobrol, serta berjalan-jalan di dalam kelas menyebabkan suasana kelas

menjadi kurang kondusif dan mengalihkan perhatian siswa lain dari materi yang sedang dijelaskan guru. Kondisi tersebut membuat proses pembelajaran menjadi kurang efektif karena fokus siswa mudah terpecah.

Selain mengganggu siswa lain, perilaku *off-task* juga berdampak pada menurunnya fokus dan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Siswa yang terlalu sering terdistraksi cenderung kurang memperhatikan penjelasan guru, lambat memahami materi, serta kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini sejalan dengan pendapat (isi teori/jurnal) yang menyatakan bahwa perilaku *off-task* dapat menyebabkan rendahnya keterlibatan akademik siswa sehingga berdampak pada hasil belajar dan kemampuan memahami materi pembelajaran. Tidak hanya itu, perilaku *off-task* juga dapat memengaruhi pengelolaan kelas yang dilakukan guru. Guru menjadi lebih sering menghentikan penjelasan untuk menegur siswa yang tidak fokus sehingga waktu pembelajaran menjadi berkurang. Jika perilaku tersebut terus terjadi

secara berulang, maka suasana belajar di kelas menjadi kurang efektif dan tujuan pembelajaran sulit tercapai secara maksimal.

Berdasarkan temuan penelitian, dapat dipahami bahwa perilaku *off-task* bukan hanya sekedar perilaku tidak fokus biasa, tetapi juga memberikan dampak yang cukup besar terhadap efektivitas pembelajaran di sekolah dasar. Oleh karena itu, diperlukan strategi pengelolaan kelas yang tepat agar perilaku tersebut dapat diminimalisasi dan proses pembelajaran dapat berlangsung secara lebih kondusif.

3. Strategi pengelolaan kelas

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa strategi yang dilakukan guru dalam menangani perilaku *off task* pada siswa. Strategi tersebut dilakukan secara bertahap agar siswa dapat kembali fokus mengikuti proses pembelajaran. Adapun strategi yang dilakukan guru sebagai berikut.

a. Teguran lisan

Strategi pertama yang dilakukan guru dalam menangani perilaku *off task* yaitu dengan memberikan

teguran lisan kepada siswa. Teguran diberikan secara langsung ketika siswa mulai menunjukkan perilaku yang tidak sesuai selama pembelajaran, seperti berbicara sendiri, tidak memperhatikan guru, maupun melakukan aktivitas lain di luar kegiatan belajar. Teguran lisan dilakukan sebagai bentuk pengingat agar siswa kembali fokus mengikuti pembelajaran.

b. Peringatan yang tegas

Apabila teguran lisan belum memberikan perubahan pada perilaku siswa, guru kemudian memberikan peringatan yang lebih tegas. Peringatan tersebut diberikan untuk menumbuhkan kesadaran dan kedisiplinan siswa terhadap aturan selama proses pembelajaran berlangsung. Dengan adanya peringatan yang tegas, siswa diharapkan mampu memahami konsekuensi dari perilaku off task yang dilakukan.

c. Reward atau pemberian hadiah

Selain memberikan teguran dan peringatan, guru juga menggunakan strategi reward atau pemberian hadiah kepada siswa yang mampu menunjukkan perilaku belajar yang

baik. Reward diberikan dalam bentuk pujian, tambahan nilai, maupun hadiah sederhana sebagai bentuk apresiasi terhadap siswa yang fokus dan aktif mengikuti pembelajaran. Strategi ini dilakukan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa agar lebih terlibat dalam kegiatan pembelajaran dan mengurangi perilaku off task di kelas.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa distraksi digital memiliki keterkaitan dengan munculnya perilaku off-task pada siswa sekolah dasar. Bentuk perilaku off-task yang ditemukan meliputi motoric behavior, verbal behavior, dan passive behavior, dengan perilaku yang paling dominan berupa berjalan-jalan di kelas, berlari-larian, mengobrol, serta kurang memperhatikan pembelajaran, faktor penyebab perilaku tersebut dipengaruhi oleh penggunaan handphone secara berlebihan, kurangnya interaksi dan pengawasan keluarga, serta kondisi pengelolaan kelas yang kurang kondusif. Dampak yang ditimbulkan yaitu terganggunya konsentrasi

belajar siswa, menurunnya keterlibatan siswa dalam pembelajaran, serta kurang efektifnya proses belajar di kelas.

Strategi yang dilakukan guru dalam mengatasi perilaku off-task yaitu melalui teguran lisan, pemberian peringatan tegas, dan pemberian reward kepada siswa. Strategi tersebut membantu siswa untuk kembali fokus dan menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar guru dapat menerapkan strategi pengelolaan kelas yang lebih variatif dan adaptif terhadap perkembangan teknologi digital. Selain itu, orang tua diharapkan dapat meningkatkan pengawasan penggunaan handphone pada anak agar distraksi digital dapat diminimalisasi. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji strategi pembelajaran yang lebih inovatif dalam mengatasi perilaku off-task pada siswa sekolah dasar di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiani Bimbingan dan Konseling, Y., Naqiyah, N., & Bimbingan dan konseling, Mp. (n.d.). *PENERAPAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU YANG TIDAK DIKEHENDAKI (OFF-TASKS) PADA PEMBELAJARAN SISWA DI KELAS ATLET VIII-A SMPN 3 GRESIK*.
- Arditya Prayogi, Irfandi, & M. Arif Kurniawan. (2024). Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif : Suatu Telaah. *Complex : Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 1(2), 30–37.
<https://doi.org/10.66341/complex.v1i2.7>
- Bakosh, L. S., Snow, R. M., Tobias, J. M., Houlihan, J. L., & Barbosa-Leiker, C. (2016). Maximizing Mindful Learning: Mindful Awareness Intervention Improves Elementary School Students' Quarterly Grades. *Mindfulness*, 7(1), 59–67.
<https://doi.org/10.1007/s12671-015-0387-6>
- Eliza, R., & Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang, P. (2020). Perilaku Siswa yang Tidak Dikehendaki (Off Task Behavior) dan Penanganan Konselor. In *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* (Vol. 1,

- Number 2). <http://dx.doi.org/-/syifaulqulub.xxx>
- Fauziddin, M., & Adha, T. R. (2024). Global: Jurnal Ilmiah Multidisiplin | Page 171 from 178 Global. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 171–178. <https://global.mardi.id/index.php/global>
- Febriani, F., & Muhdar, S. (n.d.). DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR.
- Hakim, A. N., & Yulia, L. (2024a). Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora DAMPAK TEKNOLOGI DIGITAL TERHADAP PENDIDIKAN SAAT INI. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(1). <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Hakim, A. N., & Yulia, L. (2024b). Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora DAMPAK TEKNOLOGI DIGITAL TERHADAP PENDIDIKAN SAAT INI. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(1). <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2020). *Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini* (Vol. 1, Number 5).
- Ilmi, N., Latif, S., Pd, M., Sinring, A., Pendidikan, J. P., & Bimbingan, D. (n.d.). *conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY) International License*. (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). Analisis Perilaku Off-Task dan Penanganannya (Studi Kasus Pada 1 Siswa di MTsN 4 Bone) Analysis Of Off-Task Behavior and its Handling (Case Study on 1 Student at MTsN 4 Bone).
- Julfan, I., & Kunci, K. (2025). 3310-3326 Dampak Penggunaan Gadget terhadap Konsentrasi Belajar Siswa The Impact of Gadget Use on Students' Learning Concentration. <https://doi.org/10.61227>
- Khofiatun, K., & Syaifudin, S. (2026). Bahaya Gadget bagi Anak Usia Sekolah Dasar di Era Digital. *JOURNAL OF EDUCATION FOR ALL*, 4(1), 17–27. <https://doi.org/10.61692/edufa.v4i1.496>
- Larang Nur Esanti, R., Ramli, M., & Artikel Abstrak, I. (n.d.). *Bentuk-Bentuk Perilaku Off-Task dan Upaya Penanganan Guru Kelas di Madrasah Ibtida'iyah*. Retrieved <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>
- Studi Bimbingan dan Konseling, P., & Indah Pratiwi, T. (n.d.).

*Penerapan Konseling Individu
Teknik Self-control untuk
Mereduksi Perilaku Off-task
pada Siswa Kelas X SMAN 20
Surabaya PENERAPAN
KONSELING INDIVIDU
TEKNIK SELF-CONTROL
UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU OFF-TASK PADA
SISWA KELAS X SMAN 20
SURABAYA Erry Nur Sahriyah.*

Zen, R. (2025). STRATEGI
PENDEKATAN MANAJEMEN
KELAS DALAM OPTIMALISASI
PROSES PEMBELAJARAN DI
SEKOLAH DASAR. In *JIMAD:
Jurnal Ilmiah Madrasah* (Vol. 2,
Number 1). [https://ejournal.uin-
malang.ac.id/index.php/jimad/in
dex](https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/jimad/index)