



DAMPAK PENGGUNAAN *GADGET* PADA KONSENTRASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR

THE EFFECT OF GADGET USE ON ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS' CONCENTRATION IN LEARNING

Indah Nurul Hakiki^{1a}, Sobrul Laeli¹, Hanrezi Dhania Hasnin¹

^{1a}Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Agama Islam dan Pendidikan Guru,
Universitas Djuanda

Korespondensi: Indah Nurul Hakiki (indahnurul0193@gmail.com)

¹Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Agama Islam dan Pendidikan Guru,
Universitas Djuanda

Abstrak

Siswa sekolah dasar semakin sering menggunakan *gadget* sebagai akibat dari kemajuan teknologi digital. Perangkat digital dapat dimanfaatkan sebagai sarana pendukung kegiatan belajar, namun penggunaan yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan dampak negatif, khususnya berkaitan dengan kompetensi murid dalam memusatkan perhatian saat belajar. Dengan merujuk pada temuan penelitian lain, artikel ini berupaya menyelidiki pengaruh intensitas penggunaan *gadget* terhadap konsentrasi belajar anak-anak sekolah dasar. Metodologi penelitian yang digunakan adalah peninjauan artikel-artikel ilmiah terkait dari jurnal nasional dan internasional yang membahas penggunaan *gadget* dan dampaknya terhadap unsur kognitif serta perhatian siswa. Data diperoleh melalui penelusuran artikel yang diterbitkan dalam beberapa tahun terakhir dan dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Hasil kajian menunjukkan bahwa tingginya penggunaan *gadget*, terutama pada kegiatan hiburan, cenderung berkaitan dengan penurunan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Sebaliknya, penggunaan *gadget* untuk tujuan edukatif dengan durasi yang terkontrol memiliki dampak yang relatif lebih rendah terhadap gangguan konsentrasi. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengelolaan intensitas dan pola penggunaan *gadget* secara bijak sangat diperlukan untuk mendukung konsentrasi belajar siswa sekolah dasar, dengan melibatkan peran aktif orang tua dan sekolah.

Kata Kunci: Intensitas Penggunaan *Gadget*, Konsentrasi Belajar

Abstract

Students in elementary school are using gadgets more frequently as a result of the advancement of digital technology. Digital devices can be applied to enhance educational activities, but uncontrolled Use may have unfavorable effects. impacts, particularly on students' ability to concentrate while studying. Referring to the findings of other studies, This article looks into the impact of gadgets. use intensity on elementary school children's learning concentration. The research methodology used was a review of related scientific articles from national and international journals that discuss gadget use and its impact on students' cognitive and attentional aspects. Data were obtained through a search of articles published in recent years and examined utilizing a qualitative descriptive methodology. The study's finding show that high gadget use intensity, especially for entertainment activities, tends to be associated with decreased learning concentration in elementary school students. Conversely, gadget use for educational purposes with a controlled duration has a relatively lower impact on concentration disorders. This result lead to the conclusion that wise management of the intensity and pattern of gadget use is essential to support elementary school students' learning concentration, with the active involvement of parents and schools.

Keywords: Intensity of Gadget Use, Learning Concentration

PENDAHULUAN

Anak-anak di sekolah dasar termasuk di antara mereka yang lebih sering menggunakan *gadget* sebagai akibat dari kemajuan pesat teknologi informasi dan komunikasi. Saat ini, perangkat berfungsi sebagai alat bantu belajar, hiburan, dan sumber informasi di samping sebagai alat komunikasi. Kondisi tersebut menjadikan penggunaan *gadget* pada siswa sekolah dasar sebagai perhatian banyak pihak, mengingat intensitas pemanfaatannya berpotensi mempengaruhi proses belajar anak (Kusumawardani & Yolanda, 2023).

Jika dilihat dari waktu penggunaan sehari-hari, salah satu negara dengan persentase penggunaan perangkat seluler yang relatif tinggi adalah Indonesia. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* semakin intensif, baik dari segi jumlah pengguna maupun jumlah waktu yang dihabiskan setiap harinya. Kondisi tersebut menimbulkan kekhawatiran terhadap dampaknya pada anak usia sekolah dasar, terutama ketika

penggunaan *gadget* tidak terkontrol dan melebihi durasi yang dianjurkan (*World Health Organization*, 2018).

Dalam perspektif kesehatan dan tumbuh kembang anak, *American Academy of Pediatrics* menekankan pentingnya membatasi waktu penggunaan layar pada anak usia sekolah dasar untuk mengurangi potensi bahaya terhadap perkembangan kognitif dan psikologis mereka. (Kusumawardani & Yolanda, 2023).

Rekomendasi ini menegaskan bahwa pengaturan intensitas penggunaan *gadget* menjadi aspek penting dalam mendukung proses belajar anak. Salah satu aspek yang rentan terdampak oleh penggunaan *gadget* berlebihan adalah konsentrasi belajar. Kemampuan siswa untuk mempertahankan konsentrasi selama proses pembelajaran dikenal sebagai konsentrasi belajar. (Dimiyati & Mudjiona, 2009). Pada usia sekolah dasar, kemampuan ini masih berkembang dan relatif mudah terganggu oleh rangsangan eksternal, termasuk paparan konten digital yang

bersifat cepat dan menarik secara visual (Goswami & Parekh, 2023).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi, terutama dari aspek durasi dan frekuensi, berkaitan dengan menurunnya konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Penggunaan *gadget* yang didominasi oleh aktivitas hiburan, seperti bermain *game* dan mengakses media sosial, cenderung meningkatkan distraksi selama proses pembelajaran (Susanti et al., 2024 & Telaumbanua & Zebua, 2024).

Deskripsi ini mengarah pada kesimpulan bahwa intensitas penggunaan *gadget* oleh siswa sekolah dasar merupakan faktor penting yang perlu dipertimbangkan dengan cermat karena dapat berdampak pada kemampuan mereka untuk berkonsentrasi saat belajar. Oleh karena itu, diperlukan upaya pengelolaan dan pengawasan penggunaan *gadget* secara bijak dari orang tua dan guru agar pemanfaatannya dapat memberikan dampak positif bagi proses pembelajaran, sekaligus meminimalkan risiko gangguan terhadap konsentrasi belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian ini dikembangkan menggunakan teknik kualitatif melalui tinjauan literatur. Teknik pengumpulan data melibatkan pemeriksaan sejumlah penelitian sebelumnya yang meneliti hubungan antara penggunaan *gadget* oleh siswa sekolah dasar dan tingkat konsentrasi mereka dalam belajar. Sumber data sekunder dalam penelitian ini, seperti makalah akademis yang diterbitkan dan jurnal ilmiah, menyediakan data untuk analisis (Zed, 2014).

Literatur yang dianalisis dipilih berdasarkan beberapa kriteria, yaitu: (1) membahas intensitas atau penggunaan

gadget, (2) berkaitan dengan konsentrasi belajar atau perhatian siswa, (3) berfokus pada anak usia sekolah dasar, dan (4) diterbitkan dalam rentang tahun 2018–2025. Kriteria tersebut digunakan untuk memastikan kesesuaian literatur dengan tujuan penelitian.

Dengan memilih dan mengkategorikan materi yang relevan sesuai dengan faktor penelitian, pengumpulan data dilakukan menggunakan metodologi dokumentasi. Untuk memperoleh gambaran umum tentang hubungan antara fokus belajar siswa sekolah dasar dan tingkat penggunaan *gadget* mereka data yang diperoleh kemudian diperiksa menggunakan teknik analisis konten dengan menganalisis dan mensintesis temuan utama dari penelitian sebelumnya. (Krippendorff, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian terhadap berbagai penelitian yang relevan dengan penggunaan *gadget* dan aspek-aspek belajar pada siswa sekolah dasar, diperoleh gambaran umum mengenai intensitas penggunaan *gadget* serta dampaknya terhadap konsentrasi dan variabel terkait lainnya. Penelitian-penelitian yang dianalisis berasal dari jurnal nasional maupun internasional dengan pendekatan penelitian yang beragam, seperti kuantitatif, kualitatif, maupun *systematic literature review*. Hasil kajian ini memberikan gambaran mengenai bagaimana penggunaan *gadget* memengaruhi konsentrasi belajar serta aspek perkembangan lain pada siswa sekolah dasar.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi berkaitan dengan menurunnya konsentrasi belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Febriani et al

(2025), menunjukkan bahwa siswa yang menggunakan *gadget* lebih dari dua jam per hari cenderung memiliki tingkat konsentrasi yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang menggunakan *gadget* dalam durasi yang lebih singkat. Penggunaan *gadget* yang didominasi oleh aktivitas hiburan seperti bermain *game* dan menonton video juga dilaporkan memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap penurunan konsentrasi belajar siswa.

Temuan serupa juga dilaporkan oleh Meena et al (2025), yang menyatakan bahwa durasi *screen time* memiliki hubungan dengan rentang perhatian (*attention span*) siswa sekolah dasar. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa paparan layar dalam waktu yang panjang dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan siswa dalam mempertahankan fokus pada kegiatan belajar. Namun demikian, penggunaan *gadget* untuk konten yang bersifat edukatif cenderung memberikan dampak yang lebih ringan terhadap gangguan konsentrasi dibandingkan dengan penggunaan *gadget* untuk aktivitas hiburan.

Selain memengaruhi konsentrasi belajar, penggunaan *gadget* juga berkaitan dengan aspek perkembangan sosial siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Lestari & Novitri (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi berhubungan dengan menurunnya kualitas interaksi sosial pada usia anak sekolah. Hasil tersebut diperkuat oleh penelitian Noormiyanto (2018) yang menemukan bahwa penggunaan *gadget* tanpa pengawasan orang tua dapat menyebabkan menurunnya kualitas hubungan sosial siswa dengan lingkungan sekitarnya.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* dapat memberikan dampak positif maupun negatif tergantung pada cara

penggunaannya. Rini et al (2021) menjelaskan bahwa *gadget* dapat memberikan manfaat apabila digunakan secara bijak, seperti memudahkan komunikasi serta memperluas pengetahuan anak. Namun demikian, penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berkurangnya aktivitas sosial anak, menurunnya aktivitas fisik, serta mengganggu proses belajar mereka.

Selain itu penelitian Pariyatin et al (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* juga memiliki pengaruh terhadap pembentukan karakter disiplin siswa sekolah dasar. Penggunaan *gadget* yang dilakukan secara terkontrol dapat membantu siswa dalam mengembangkan sikap disiplin, terutama ketika perangkat tersebut dimanfaatkan untuk kegiatan bersifat edukatif. Sementara itu, penelitian Maulian Fadli et al (2025) menekankan bahwa kurangnya pengawasan dari orang tua dan sekolah dapat memperbesar dampak negatif penggunaan *gadget* pada siswa.

Dalam upaya meminimalkan dampak negatif penggunaan *gadget*, beberapa penelitian juga menyoroti pentingnya strategi pengawasan dan pengelolaan penggunaan *gadget* pada siswa. Sinambela & Simanjuntak (2025) menjelaskan bahwa peran orang tua sangat penting dalam mengarahkan penggunaan *gadget* agar tetap seimbang dengan aktivitas belajar dan aktivitas sosial anak. Pengawasan yang tepat dapat membantu anak memanfaatkan *gadget* secara lebih bijak sehingga dampak negatifnya dapat diminimalkan.

Dari perspektif psikologi pendidikan, konsentrasi belajar merupakan kemampuan siswa untuk memusatkan perhatian pada materi pembelajaran dalam jangka waktu tertentu tanpa mudah terganggu oleh stimulus lain. Pada siswa sekolah dasar,

kemampuan konsentrasi masih berada pada tahap perkembangan sehingga relatif mudah dipengaruhi oleh berbagai rangsangan eksternal, termasuk rangsangan digital yang berasal dari *gadget*. Paparan konten digital yang cepat, menarik secara visual, serta memberikan stimulasi instan dapat membentuk kebiasaan anak untuk menerima rangsangan secara cepat, sehingga mereka menjadi kurang terbiasa mempertahankan fokus dalam kegiatan belajar yang memerlukan perhatian lebih lama. Selain itu, penggunaan *gadget* dalam durasi yang panjang juga dapat memengaruhi kemampuan pengendalian diri anak. Penelitian yang dilakukan oleh Dommof (2019) menjelaskan bahwa penggunaan perangkat digital secara berlebihan berkaitan dengan kesulitan dalam pengaturan diri (*self regulation*) dan pengendalian perhatian pada anak. Kondisi ini dapat berdampak pada kesulitan siswa dalam mempertahankan konsentrasi selama proses pembelajaran disekolah.

Secara umum, hasil kajian literatur menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar siswa di sekolah dasar. Penggunaan *gadget* dengan durasi tinggi, terutama untuk aktivitas hiburan, cenderung meningkatkan distraksi dan menurunkan kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian selama proses pembelajaran. Oleh karena itu, pengelolaan penggunaan *gadget* secara bijak melalui pengaturan waktu, pengawasan orang tua, serta pemanfaatan *gadget* untuk kegiatan yang bersifat edukatif menjadi langkah penting untuk meminimalkan dampak negatif terhadap konsentrasi belajar.

KESIMPULAN

Intensitas penggunaan *gadget* berdampak pada kemampuan siswa sekolah dasar untuk fokus pada pelajaran mereka, menurut temuan tinjauan literatur dari beberapa penelitian terkait. Mayoritas penelitian yang dikaji menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* dengan durasi dan frekuensi yang tinggi, khususnya untuk aktivitas hiburan seperti bermain *game* dan menonton video, cenderung berkaitan dengan penurunan kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian selama proses pembelajaran. Hasil kajian juga menunjukkan bahwa jenis dan tujuan penggunaan *gadget* turut menentukan dampaknya. Penggunaan *gadget* untuk konten edukatif relatif memiliki risiko gangguan konsentrasi yang lebih rendah dibandingkan penggunaan untuk hiburan, meskipun tetap memerlukan pengaturan waktu dan pengawasan yang memadai. Temuan ini menegaskan bahwa masalah utama bukan semata-mata keberadaan *gadget*, melainkan intensitas dan pola penggunaannya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengelolaan intensitas penggunaan *gadget* secara bijak sangat penting dalam mendukung konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Peran orang tua dan sekolah diperlukan dalam menetapkan batasan waktu, mengarahkan pemanfaatan *gadget* ke aktivitas yang bersifat edukatif, serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif agar siswa mampu mempertahankan fokus belajar secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Dimiyati, & Mudjiona. (2009). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.

- Dommo, S. E. (2019). Excessive use of mobile devices and self-regulation difficulties in children. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2).
- Febriani, F., Haifaturrahmah, & Muhdar, S. (2025). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di Sekolah dasar. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4).
- Goswami, P., & Parekh, V. (2023). The impact of screen time on child and adolescent development: A review. *International Journal of Contemporary Pediatrics*, 10(7), 1161–1165. <https://doi.org/10.18203/2349-3291.ijcp20231865>
- Krippendorff, K. (2018). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). Sage Publications. <https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/content-analysis/book258450>
- Kusumawardani, A., & Yolanda, C. (2023). Hubungan Penggunaan Gadget dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Indonesia. *Sehatmas : Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 332–341. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i2.1322>
- Lestari, I. P., & Novitri, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Pada Anak Usia Sekolah. *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 7(2), 148–155. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i2.372>
- Maulian Fadli, Latifatu Qolbi, Kardilla Mutiasya, Salimatul Hayati, Elsa Tionita, & Husnatul Azizah. (2025). Penggunaan Gadget di Kalangan Anak SD dan Tantangan dalam Lingkungan Sekolah. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 3(2), 159–167. <https://doi.org/10.55606/lencana.v3i2.5027>
- Meena, D. R., Badgujar, L. K., & Meena, S. (2025). Digital Distractions: Evaluating The Relationship Between Screen Time And Attention Span In Elementary Students. *International Journal of Environmental Sciences*, 11(19).
- Noormiyanto, F. (2018). Pengaruh intensitas anak mengakses gadget dan tingkat kontrol orang tua anak terhadap interaksi sosial anak SD kelas tinggi di SD 1 Pasuruhan Kidul Kudus Jawa Tengah. 5(1).
- Pariyatin, Y., Satria, E., & Fatimah, D. D. S. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone terhadap Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu. *Jurnal Basicedu*, 7(3), 1649–1659. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i3.4527>
- Rini, N. M., Pratiwi, I. A., & Ahsin, M. N. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Anak Usia Sekolah Dasar. 7(3).
- Rosen, Larry. D., Lim, A. F., Smith, J., & Smith, A. (2014). The distracted student: Does multitasking affect learning? *Computers in Human Behavior*, 34, 52–57.
- Sinambela, J. L., & Simanjuntak, M. (2025). Strategi Mengatasi Dampak Negatif Kebiasaan Penggunaan Gadget. 14(1).
- Susanti, S., Pulungan, F., Rezki, M. A., & Purba, M. P. (2024). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMP IT Swasta Ad Durrah. 2(1).

Telaumbanua, M. P., & Zebua, G. L. L. (2024). *Tingkat Pengaruh Gadget Terhadap Pola Belajar Siswa. 01.*

World Health Organization. (2018). *Global Strategy for women, childrens and adolescents health: Early Childhood Development. World Health Organization.*

Zed, M. (2014). *Metode Penelitian Kepustakaan.* Yayasan Obor Indonesia.

<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=116687>