

**PENGARUH PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP KONSENTRASI
BELAJAR SISWA PADA KELAS XI DI SMA**

Putu Artha Soma¹, Ibnu Ikhsan², Dotrimensi³, Ali Sunarno⁴

Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Universitas Palangka Raya

e-mail : iputuartasoma@gmail.com¹, ibnuikhsan2501@gmail.com²,
dotrimensi@fkip.upr.ac.id³, alisunarno@fkip.upr.ac.id⁴

ABSTRAK

Smartphone telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan remaja, termasuk dalam lingkungan pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh durasi penggunaan smartphone terhadap konsentrasi belajar siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Palangka Raya. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner berbasis skala Likert. Sampel penelitian terdiri dari 40 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki kualitas yang baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan smartphone dan konsentrasi belajar siswa. Berdasarkan analisis regresi linear sederhana, diperoleh persamaan regresi ($Y = 1,570 + 0,753X$), yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan dalam penggunaan smartphone berdampak pada penurunan konsentrasi belajar. Selain itu, uji Wilcoxon Signed-Ranks Test dengan nilai signifikansi ($p < 0,001$) menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam konsentrasi belajar sebelum dan sesudah penggunaan smartphone. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam cakupan sampel dan belum mempertimbangkan faktor eksternal lain yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih luas dan mempertimbangkan aspek lain seperti motivasi belajar dan lingkungan pendidikan.

Kata Kunci: *Smartphone, Konsentrasi Belajar, Distraksi, Pembelajaran Digital, Remaja*

ABSTRACT

Smartphones have become an inseparable part of adolescent life, including in the educational environment. This study aims to analyze the effect of smartphone usage duration on the concentration of learning of class XI students at SMA Negeri 1 Palangka Raya. The research method used is a quantitative approach with data collection techniques through a Likert scale-based questionnaire. The research sample consisted of 40 students selected using purposive sampling techniques. Validity and reliability tests showed that the research instrument had good quality. The results showed that there was a significant relationship between smartphone usage and students' concentration of learning. Based on a simple linear regression analysis, a regression equation was obtained ($Y = 1.570 + 0.753X$), which showed that every increase in smartphone usage had an impact on decreasing concentration of learning. In addition, the Wilcoxon Signed-Ranks Test with a significance value ($p < 0.001$) showed a significant difference in concentration of learning before and after smartphone use. This study has limitations in sample coverage and has not considered other external factors that can affect concentration of learning. Therefore, further research is recommended to use a wider sample and consider other aspects such as learning motivation and educational environment.

Keywords: *Smartphone, Concentration in Learning, Distraction, Digital Learning, Teenagers*

PENDAHULUAN

Pada era digital saat ini, atau yang sering disebut dengan modernisasi, *smartphone* telah menjadi perangkat yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan

Copyright (c) 2025 SOCIAL: Jurnal Inovasi Pendidikan IPS



remaja. Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2024) menunjukkan bahwa proporsi kepemilikan atau penguasaan telepon genggam pada kelompok umur 15-24 tahun mencapai 92,14% pada tahun 2023. Tingginya angka ini mengindikasikan interaksi yang sangat intensif antara siswa dengan perangkat *smartphone*. Di satu sisi, *smartphone* dapat memfasilitasi akses informasi dan mendukung proses pembelajaran melalui berbagai aplikasi edukasi. Namun, di sisi lain, penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan gangguan yang signifikan, yang pada gilirannya dapat memengaruhi tingkat konsentrasi belajar siswa.

Smartphone, pada dasarnya, adalah perangkat genggam yang memiliki kemampuan serupa dengan komputer. Lebih dari sekadar alat komunikasi, *smartphone* menawarkan fitur-fitur canggih seperti akses *e-mail*, internet, kemampuan membaca buku elektronik (*e-book*), serta dilengkapi dengan papan ketik, baik yang terpasang maupun yang dapat dihubungkan secara eksternal (Daeng, 2017). Selain itu, *smartphone* juga merupakan ponsel multimedia yang menggabungkan fungsionalitas PC dan *handset*, menghasilkan gawai (*gadget*) multifungsi yang dilengkapi dengan fitur pesan teks, kamera, pemutar musik, video, *game*, akses *e-mail*, TV digital, mesin pencari (*search engine*), pengelola informasi pribadi, GPS, layanan telepon internet, dan sebagainya (Paridawati, 2021).

Salah satu keuntungan utama penggunaan *smartphone* dalam konteks pembelajaran adalah fleksibilitasnya. Seperti yang diungkapkan oleh Sipaayung (2023), *smartphone* memiliki beragam fitur di luar fungsi telepon dan SMS, yang memungkinkan pengguna untuk belajar hal-hal baru melalui pesan atau konten yang diakses. *Dengan kata lain, smartphone tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sumber informasi dan hiburan yang mudah diakses.* Namun, kemudahan akses ini juga memunculkan kekhawatiran mengenai potensi dampak negatif penggunaan *smartphone* terhadap konsentrasi belajar siswa.

Konsentrasi belajar merupakan proses pemusatan perhatian yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Hal ini tercermin dalam penguasaan, penerapan, dan evaluasi terhadap sikap, nilai-nilai, pengetahuan, serta keterampilan dasar yang diperoleh dari berbagai bidang studi (Purba, 2020). Lebih lanjut, Kuscahyanto (2023) menjelaskan bahwa konsentrasi belajar adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan kemauan, pikiran, dan perasaan, serta memusatkan perhatiannya pada suatu hal, khususnya selama proses pembelajaran berlangsung.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengalihkan perhatian siswa dari aktivitas belajar. Studi oleh Adelia (2021) mengungkapkan adanya pengaruh signifikan antara penggunaan gawai (*gadget*), termasuk *smartphone*, terhadap konsentrasi belajar siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai terhitung sebesar 3,118 dengan signifikansi 0,003. Hal ini mengindikasikan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima, yang berarti penggunaan *smartphone* memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa.

Lebih lanjut, penelitian oleh Marhaeni (2020) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan *smartphone* dengan minat dan konsentrasi belajar siswa. Meskipun nilai (*r*) menunjukkan hubungan negatif, penelitian ini menggarisbawahi bahwa *smartphone* dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan minat belajar jika digunakan secara bijak. Temuan ini mengimplikasikan bahwa, meskipun penggunaan *smartphone* berpotensi memengaruhi konsentrasi belajar, faktor-faktor lain juga turut berperan dalam proses belajar siswa.

Fenomena penggunaan *smartphone* ini sangat relevan untuk diteliti di SMA Negeri 1 Palangka Raya. Observasi awal menunjukkan bahwa banyak siswa yang menggunakan *smartphone* di dalam kelas selama jam pelajaran untuk bermain *game* atau mengakses media sosial. Penggunaan *smartphone* yang tidak terkendali ini berpotensi menurunkan kualitas belajar dan konsentrasi siswa. Oleh karena itu, penelitian *kuantitatif* ini bertujuan untuk

meneksplorasi lebih lanjut pengaruh penggunaan *smartphone* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Palangka Raya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis pengaruh durasi penggunaan *smartphone* terhadap konsentrasi belajar siswa. Desain penelitian yang digunakan adalah korelasional, yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua variabel: durasi penggunaan *smartphone* (variabel independen) dan konsentrasi belajar siswa (variabel dependen). Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dirancang menggunakan skala Likert. Skala Likert ini digunakan untuk mengukur persepsi siswa mengenai durasi penggunaan *smartphone* mereka dan tingkat konsentrasi belajar. Sebelum dibagikan, kuesioner terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa instrumen penelitian memiliki kualitas yang baik dan mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Palangka Raya, dan sampel sebanyak 40 siswa dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi sampel didasarkan pada pertimbangan tertentu, yaitu siswa yang aktif menggunakan *smartphone* dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan metode statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik¹ responden dan distribusi data pada masing-masing variabel. Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *smartphone* dan konsentrasi belajar siswa, serta untuk mengetahui arah dan besarnya pengaruh tersebut. Persamaan regresi digunakan untuk memprediksi perubahan konsentrasi belajar berdasarkan perubahan durasi penggunaan *smartphone*. Selain itu, uji *Wilcoxon Signed-Ranks Test* digunakan untuk membandingkan tingkat konsentrasi belajar siswa sebelum dan sesudah penggunaan *smartphone*. Uji ini dipilih karena data tidak berdistribusi normal atau skala pengukuran ordinal. Seluruh analisis statistik dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak statistik, dan tingkat signifikansi (α) ditetapkan sebesar 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Uji Validitas

Uji validitas merupakan uji yang berfungsi untuk melihat apakah suatu alat ukur tersebut valid (sahih) atau tidak valid. Alat ukur yang dimaksud disini merupakan pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kuesioner. Uji Validitas juga merupakan uji yang digunakan untuk mengukur tingkat keefektifan suatu alat ukur atau media ukur untuk memperoleh data.

Biasanya digunakan untuk mengukur seberapa efektif suatu kuesioner untuk memperoleh data, lebih tepat untuk pertanyaan pertanyaan yang diajukan di kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan tersebut pada kuesioner dapat mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner (Janna & Herianto, 2021).

1. Validitas variabel pengikutnya (X)

Tabel 1. Validitas. Variabel pengikutnya

Varibel	Rhitung	Rtabel	Keterangan
Pengikutnya (X)			
X1	0,651	0,361	Valid
X2	0,617	0,361	Valid
X3	0,776	0,361	Valid
X4	0,579	0,361	Valid

X5	0,583	0,361	Valid
----	-------	-------	-------

Data diolah: 2025

Pada penelitian ini diketahui bahwa soal memiliki nilai N sebesar 30. Penentuan Rtabel dengan melihat probabilitas yaitu uji 2 arah dengan tingkat signifikansi 0,05. Selanjutnya menghitung nilai derajat kebebasan (df) yaitu $df=n-2$. Maka dapat diketahui besarnya nilai $df=30-2=28$. Dengan Rtabel uji validitas pada analisis ini yaitu sebesar 0,361.

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai R hitung untuk semua item variabel pengikut (X), yaitu X1 hingga X5, lebih besar dari R tabel. Secara rinci, nilai R hitung untuk masing-masing item adalah X1 = 0,651, X2 = 0,617, X3 = 0,776, X4 = 0,579, dan X5 = 0,583. Karena semua nilai R hitung melebihi R tabel, maka kelima item dinyatakan valid. Dengan demikian, seluruh indikator dalam variabel pengikut (X) layak digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini.

2. Validitas variabel pengikutnya (Y)

Tabel 2. Validitas. Variabel pengikutnya

Varibel	R hitung	R tabel	Keterangan
Pengikutnya (Y)			
Y1	0,713	0,361	Valid
Y2	0,839	0,361	Valid
Y3	0,742	0,361	Valid
Y4	0,830	0,361	Valid
Y5	0,799	0,361	Valid

Data diolah: 2025

Pada penelitian ini diketahui bahwa soal memiliki nilai N sebesar 30. Penentuan Rtabel dengan melihat probabilitas yaitu uji 2 arah dengan tingkat signifikansi 0,05. Selanjutnya menghitung nilai derajat kebebasan (df) yaitu $df=n-2$. Maka dapat diketahui besarnya nilai $df=30-2=28$. Dengan Rtabel uji validitas pada analisis ini yaitu sebesar 0,361.

Hasil uji menunjukkan bahwa nilai R hitung untuk semua item variabel pengikut (Y), yaitu Y1 hingga Y5, lebih besar dari R tabel. Secara rinci, nilai R hitung untuk masing-masing item adalah Y1 = 0,713, Y2 = 0,839, Y3 = 0,742, Y4 = 0,830, dan Y5 = 0,799. Karena semua nilai R hitung melebihi R tabel, maka kelima item dinyatakan valid. Dengan demikian, seluruh indikator dalam variabel pengikut (Y) layak digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini.

B. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah suatu hal yang bisa dipercaya atau suatu keadaan bisa dipercaya, uji reliabilitas memiliki fungsi yaitu mengetahui tingkatan konsistensi dari angket yang dipakai oleh peneliti, sehingga angket tersebut bisa diandalkan untuk mengukur variabel penelitian meskipun dilakukan secara berkali-kali menggunakan angket dan kuisioner yang sama (Hakim et al, 2021).

Uji reliabilitas dilakukan dengan secara keseluruhan terhadap semua butir atau item pertanyaan yang terdapat di angket yang akan diteliti.

1. Dasar yang digunakan dalam pengambilan keputusan terhadap uji reliabilitas yaitu apabila nilai dari Cronbach's Alpha lebih besar 0,6 maka angket atau kuisioner bisa disebut reliabel.
2. Sementara, apabila nilai dari Cronbach's Alpha lebih kecil 0,6 kuisioner atau angket disebut tidak reliabel.

Tabel 3. Reabilitas X

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.844	5

Berdasarkan Tabel Diatas diketahui bahwa hasil dari analisis uji reabilitas pada variabel dakwah penggunaan smartphone (X) memperoleh nilai yang reliabel dengan hasil Cronbach Alpha yaitu sebesar 0,619. Suatu variabel dapat dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach Alpha >0.6, sehingga data hasil tersebut menunjukkan bahwa keseluruhan soal reliabel.

Tabel 4. Reabilitas Y

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.619	5

Berdasarkan Tabel Diatas diketahui bahwa hasil dari analisis uji reabilitas pada variabel pengikutnya konsentrasi belajar (Y) memperoleh nilai yang reliabel dengan hasil Cronbach Alpha yaitu sebesar 0,844. Suatu variabel dapat dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach Alpha >0.6, sehingga data hasil tersebut menunjukkan bahwa keseluruhan soal reliabel.

C. Uji Regresi Linier Sederhana

Tabel 5. Uji Regresi Linier Sederhana
Coefficients^a

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.570	2.359		.665	.510
	Pengaruh Smartphone	.753	.172	.579	4.375	<.001

Dapat diketahui bahwa konstanta (a) sebesar 1.750 dan (b) atau koefisien regresi 0, 753, sehingga persamaan regresi yaitu :

$$Y = a + bX$$

$$= 1.570 + 0,753X$$

Keterangan :

Y : Konsentrasi belajar siswa

X : Penggunaan smartphone

1.570 : Konstanta

0,579 : Koefisien regresi, artinya setiap peningkatan 1 unit penggunaan smartphone akan meningkatkan konsentrasi belajar sebesar 0.579.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa koefisien konstanta (B = 1,570) dan koefisien variabel independen Penggunaan Smartphone (B = 0,579) memiliki nilai signifikan, dengan nilai Sig. untuk variabel independen adalah < 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan smartphone memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Nilai T (Tabel Koefisien) untuk variabel independen adalah 4,375, yang menunjukkan kontribusi signifikan dari variabel independen dalam model.

D. Uji Normalitas Data

Tabel 6. Uji Normalitas Data**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		40
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.18894125
Most Extreme Differences	Absolute	.140
	Positive	.134
	Negative	-.140
Test Statistic		.140
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.046
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	.043
	99% Confidence Interval	Lower Bound .038
		Upper Bound .048

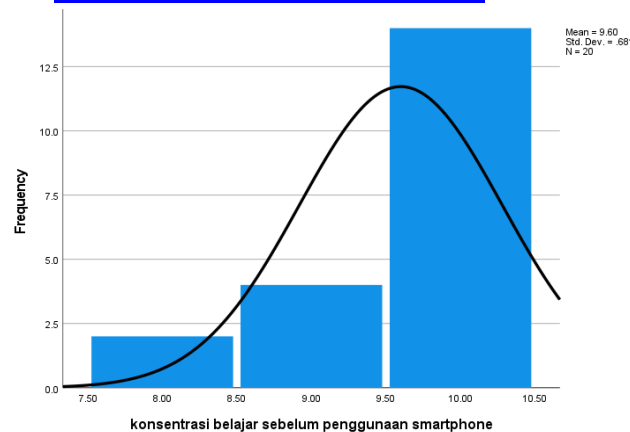
Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov untuk menguji normalitas data residual, diketahui bahwa nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data residual tidak berdistribusi normal, sehingga hipotesis nol yang menyatakan bahwa data berdistribusi normal gagal untuk ditolak.

Kondisi ini menunjukkan bahwa asumsi normalitas pada uji parametrik tidak terpenuhi, sehingga pendekatan statistik non-parametrik menjadi alternatif yang lebih sesuai. Uji non-parametrik memiliki keunggulan dalam fleksibilitas karena tidak memerlukan asumsi distribusi tertentu pada data, sehingga dapat digunakan secara efektif dalam analisis data yang tidak berdistribusi normal. Dalam konteks penelitian ini, penggunaan metode non-parametrik memungkinkan interpretasi yang lebih akurat sesuai dengan karakteristik data yang diperoleh.

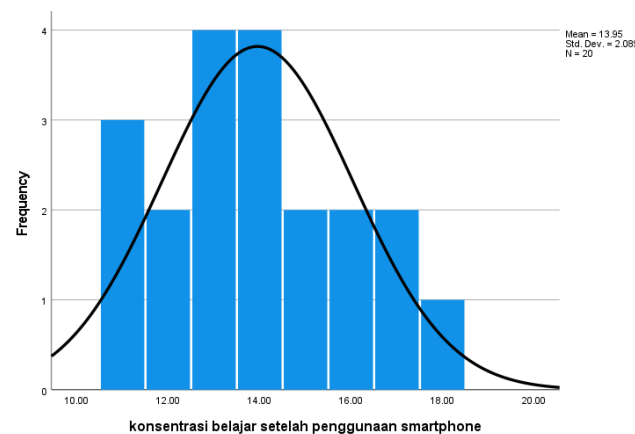
E. Uji Non Parametick**Tabel 7. Uji Non Parmetick****Test Statistics^a**

	konsentrasi belajar sebelum dan sesudah Penggunaan smartphone
Z	-3.933 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

Uji yang digunakan dalam gambar adalah Uji Wilcoxon Signed-Ranks Test. Uji ini merupakan salah satu uji statistik non-parametrik yang digunakan untuk membandingkan dua kelompok data berpasangan. Artinya, data yang dibandingkan berasal dari kelompok yang sama, tetapi pada dua kondisi yang berbeda (misalnya, sebelum dan sesudah perlakuan).



Gambar 1. Histogram Uji Non Parametick Sebelum Menggunakan Smartphone



Gambar 2. Histogram Uji Non Parametick Setelah Menggunakan Smartphone

Berdasarkan hasil analisis histogram uji non parametrik sebelum dan setelah penggunaan smartphone, terdapat perubahan distribusi konsentrasi belajar siswa yang signifikan. Pada histogram sebelum penggunaan smartphone, distribusi data menunjukkan pola yang relatif normal, di mana sebagian besar siswa memiliki tingkat konsentrasi yang tinggi, sementara hanya sedikit siswa yang berada pada tingkat konsentrasi rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum terpapar penggunaan smartphone, mayoritas siswa masih mampu mempertahankan fokus belajar dengan baik.

Namun, setelah penggunaan smartphone, terjadi pergeseran distribusi data ke arah kiri, yang menunjukkan penurunan konsentrasi belajar. Sebaran data menjadi lebih menyebar dan tidak lagi mengikuti pola distribusi normal yang sempurna. Selain itu, frekuensi siswa dengan tingkat konsentrasi rendah meningkat secara signifikan dibandingkan sebelum penggunaan smartphone. Kondisi ini mengindikasikan bahwa paparan terhadap smartphone berkontribusi terhadap penurunan fokus belajar siswa, yang dapat berdampak pada efektivitas pembelajaran secara keseluruhan.

Dengan demikian, temuan ini mendukung hipotesis bahwa penggunaan smartphone memiliki pengaruh terhadap penurunan konsentrasi belajar siswa. Perubahan pola distribusi pada histogram setelah penggunaan smartphone menunjukkan adanya korelasi negatif antara durasi penggunaan smartphone dan tingkat konsentrasi belajar siswa, sehingga diperlukan strategi pengelolaan penggunaan smartphone yang lebih efektif dalam konteks pendidikan.

F. Uji Hipotesis

Hipotesis Nol (H_0)	=	Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kondisi yang dibandingkan. Pada uji non parametrik diatas, hipotesis nol menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsentrasi belajar sebelum dan sesudah penggunaan <i>smartphone</i>
Hipotesis Alternatif (H_1)	=	Ada perbedaan yang signifikan antara kedua kondisi yang dibandingkan. Artinya, penggunaan <i>smartphone</i> berpengaruh terhadap konsentrasi belajar.
Nilai p	=	Nilai p yang dihasilkan dari uji ini adalah 0,001. Nilai ini sangat kecil, jauh di bawah tingkat signifikansi umum (biasanya 0,05).

Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan ($p < 0,001$) antara nilai konsentrasi belajar sebelum dan sesudah penggunaan *smartphone*. Nilai p yang sangat kecil ini menunjukkan bahwa probabilitas untuk mendapatkan hasil sebesar atau lebih ekstrem dari yang diperoleh dalam penelitian ini, dengan asumsi tidak ada perbedaan yang sebenarnya antara kedua kelompok, sangatlah rendah. Dengan demikian, hipotesis nol yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan antara kedua kelompok dapat ditolak.

Berdasarkan hasil uji statistik di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *smartphone* secara signifikan mempengaruhi konsentrasi belajar siswa. Lebih spesifiknya, hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan konsentrasi belajar setelah siswa menggunakan *smartphone*.

Pembahasan

A. Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Konsentrasi Belajar Siswa

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh **frekuensi** penggunaan *smartphone* terhadap kemampuan siswa dalam berkonsentrasi saat belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang erat antara tingginya frekuensi penggunaan *smartphone* dan penurunan konsentrasi belajar siswa. Dari hasil analisis data, ditemukan bahwa uji Validitas dan Reliabilitas untuk mengukur kuesioner dalam penggunaan *smartphone* dan konsentrasi belajar terbukti valid dan reliabel. Artinya, pertanyaan-pertanyaan tersebut benar-benar mengukur apa yang ingin diukur dan hasilnya dapat dipercaya.

Hasil uji statistik dalam Pengaruh Penggunaan Smartphone menunjukkan bahwa semakin sering siswa menggunakan *smartphone*, semakin rendah tingkat konsentrasinya saat belajar. Maka dari itu ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Mayella & Harifuddin (2024) menunjukkan hubungan signifikan antara penggunaan *smartphone* dan konsentrasi belajar, dengan nilai korelasi positif 0,512 dan R Square 0,241. Hasil uji menunjukkan $T_{Hai, tungu-} = 6,113 > T_{tabel-}$ yang berarti penggunaan *smartphone* mempengaruhi konsentrasi belajar siswa. Penelitian dari Oktavia (2024) juga menemukan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan mengurangi interaksi sosial siswa, yang secara tidak langsung mempengaruhi kemampuan mereka untuk berkonsentrasi.

B. Faktor-faktor yang mengganggu konsentrasi belajar siswa

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa. Hal tersebut mungkin disebabkan oleh beberapa faktor lain, seperti kurangnya kualitas tidur. Seseorang yang konsentrasinya berkurang bisa disebabkan oleh terganggunya pola tidur. Menurut Gustiawati dan Murwani (dalam Dhiyaus, 2023), sebagian besar responden memiliki pola tidur buruk dengan konsentrasi belajar kurang (80.5%), pola tidur baik dengan konsentrasi cukup (46.4%), dan konsentrasi belajar baik

ditemukan pada pola tidur buruk dengan persentase (71.4%), dibandingkan dengan pola tidur baik (42.9%). Hasil uji statistik dalam penelitian Gustiawati dan Murwani ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan konsentrasi belajar siswa. Sejalan dengan penelitian Arifin (2020), terdapat hubungan antara kualitas tidur dan konsentrasi belajar. Gangguan pola tidur yang buruk akan berdampak pada gangguan konsentrasi. Ketika seseorang kekurangan waktu tidur, ia akan memiliki sleep debt yang hanya bisa diganti melalui tidur. Hal ini diatur oleh mekanisme tubuh yang mengatur keinginan untuk tidur. Orang yang mengalami gangguan pola tidur akan merasa mengantuk, kurang konsentrasi, dan memiliki refleks motorik yang buruk.

Menurut Khairinal (dalam Kusumawati, 2024), konsentrasi merupakan salah satu aspek yang mendukung siswa untuk mencapai prestasi yang baik. Apabila konsentrasi berkurang, maka proses mengikuti pelajaran di kelas maupun belajar secara mandiri akan terganggu. Ketergantungan pada gawai atau media sosial sering kali menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan gangguan konsentrasi dalam pembelajaran modern. Penggunaan teknologi informasi yang berlebihan dalam konteks pendidikan juga dapat menyebabkan penurunan konsentrasi karena adanya banyak distraksi digital seperti notifikasi ponsel atau aplikasi media sosial.

C. Solusi meningkatkan konsentrasi belajar siswa

Temuan Temuan ini memiliki implikasi penting bagi dunia pendidikan, di mana kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan siswa menjadi kunci untuk mengelola penggunaan *smartphone* secara efektif. Dengan bekerja sama, mereka dapat menemukan cara yang tepat untuk memanfaatkan teknologi ini tanpa mengganggu proses belajar. Penelitian Dianti (2023) menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* dapat memberikan dampak positif, seperti membuat belajar lebih mudah dan menyenangkan. Sejalan dengan itu, Chaerani (2024) menyatakan bahwa dampak positif lain dari penggunaan *smartphone* meliputi: memudahkan siswa menemukan informasi dan materi pelajaran yang dibutuhkan sehingga dapat menambah pengetahuan; membantu memudahkan siswa dalam beradaptasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan orang lain; melatih kreativitas siswa dan berperan sebagai media belajar yang menyenangkan; serta berfungsi sebagai sarana hiburan. Hal ini berkontribusi pada peningkatan durasi belajar siswa, karena mereka lebih terlibat dan termotivasi dalam proses pembelajaran. Selain itu, penggunaan *smartphone* yang tepat dapat meningkatkan kinerja siswa dalam aktivitas belajar dengan memanfaatkan teknologi untuk mencari literatur dan informasi pembelajaran yang relevan.

Mengingat potensi *smartphone* sebagai alat bantu belajar sekaligus sumber distraksi, sangat penting bagi semua pihak untuk menciptakan lingkungan yang kondusif. Sekolah, orang tua, dan siswa perlu bekerja sama untuk memastikan bahwa *smartphone* digunakan secara produktif. Salah satu langkah krusial adalah penetapan aturan yang jelas mengenai penggunaan *smartphone* di lingkungan sekolah. Aturan ini harus disosialisasikan dengan baik dan ditegakkan secara konsisten agar efektif.

Selain itu, edukasi mengenai penggunaan *smartphone* yang bertanggung jawab sangat diperlukan. Siswa perlu memahami dampak negatif penggunaan *smartphone* yang berlebihan terhadap konsentrasi, prestasi, dan kesehatan mereka. Edukasi ini dapat diberikan melalui berbagai cara, seperti seminar, lokakarya, atau integrasi dalam kegiatan pembelajaran.

Yang tak kalah penting adalah upaya peningkatan kualitas pembelajaran itu sendiri. Guru perlu menciptakan suasana belajar yang menarik dan interaktif, sehingga siswa termotivasi untuk belajar tanpa harus bergantung pada *smartphone* sebagai satu-satunya sumber informasi atau hiburan. Penggunaan metode pembelajaran yang variatif dan pemanfaatan teknologi secara positif dapat menjadi solusi. Dengan sinergi antara aturan yang jelas, edukasi

yang komprehensif, dan peningkatan kualitas pembelajaran, diharapkan *smartphone* dapat menjadi alat yang benar-benar mendukung, bukan menghambat, proses belajar siswa.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa batasan. Pertama, penelitian ini hanya dilakukan pada satu sekolah dan pada satu kelas, sehingga generalisasi hasil penelitian perlu dilakukan dengan hati-hati. Kedua, penelitian ini hanya mengukur pengaruh penggunaan *smartphone* terhadap konsentrasi belajar, belum mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin juga mempengaruhi konsentrasi belajar, seperti motivasi belajar, lingkungan belajar, atau kondisi kesehatan siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dapat bahwa penggunaan *smartphone* (x) secara signifikan berdampak negatif terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa (y). Temuan ini memiliki dampak yang luas bagi dunia pendidikan, terutama dalam konteks pembelajaran di era digital. Penggunaan gadget yang tidak terkendali dapat menghambat proses belajar siswa. Oleh karena itu, perlu adanya upaya bersama dari berbagai pihak untuk mengoptimalkan penggunaan teknologi dalam pembelajaran, dengan tetap memperhatikan dampaknya terhadap konsentrasi siswa. Namun, perlu diingat bahwa penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti ukuran sampel yang terbatas dan desain penelitian yang bersifat cross-sectional.

Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dengan desain longitudinal dan melibatkan sampel yang lebih besar yang diperlukan untuk memastikan temuan ini dan mengidentifikasi faktor-faktor yang memoderasi hubungan antara penggunaan *smartphone* dan konsentrasi belajar. Selain itu, penelitian masa depan dapat mengeksplorasi intervensi yang efektif untuk membantu siswa mengelola penggunaan ponsel cerdas dan meningkatkan konsentrasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, T. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Di Sma Negeri 6 Prabumulih. *Jurnal Wahana Konseling*.
- Amin, N. F., et al. (2023). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*.
- Arifin, Z., et al. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Human Care Journal*.
- Aviana, R., & Fatichatul, F. (2015). Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pada Pembelajaran Kimia Di Sma Negeri 2 Batang. *Jurnal Pendidikan Sains*.
- Badan Pusat Statistik. (2024, Mei 6). *Proporsi individu yang menguasai/memiliki telepon genggam menurut kelompok umur*. [Data statistik]. Diakses dari <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/Mtiymimy/proporsi-individu-yang-menguasai-memiliki-telepon-genggam-menurut-kelompok-umur.html>
- Chaerani, R., et al. (2024). Analisis Penggunaan Smartphone Terhadap Prestasi Akademik Siswa SD. *Jurnal Khazanah Pendidikan*.
- Daeng, I. T., et al. (2017). Penggunaan Smartphone Dalam Menunjang Aktivitas Perkuliahan Oleh Mahasiswa Fispol Unsrat Manado. *E-Journal "Acta Diurna"*.
- Dhiyaus, A. F., et al. (2023). Hubungan Pola Tidur Terhadap Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Kelas 12 Di SMAN 6 Kota Serang. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*.
- Dianti, I. (2023). Dampak Penggunaan Smartphone Terhadap Tingkat Focus Belajar Siswa (Studi Kasus Siswa Kelas VI SD Negeri 9 Mataram). *Jurnal Pendidikan Mandala*.

Hakim, R. A., et al. (2021). Validitas Dan Reliabilitas Angket Motivasi Berprestasi. *FOKUS*, 4, 264-265.

Hotmaulina, S. (2023). *Metode penelitian kuantitatif*. UKI Press.

Janna, N. M., & Herianto. (2021). Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPSS.

Kholiza, H. N. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Di Kelas 8. *Sindoro Cendikia Pendidikan*.

Kuscahyanto, I. N. (2023). Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Dengan Bantuan Ice Breaking Pada Kelas Iv Sdn 22 Ampenan Tahun Ajaran 2022/2023. *Jurnal Literasi Dan Pembelajaran Indonesia*.

Kusumawati, P. N., & Manutede, Y. Z. (2024). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Konsentarsi Belajar Siswa Di Kelas V SD GMIIH Soatobaru.

Marhaeni, L. P. (2020). Hubungan Penggunaan Smartphone Dengan Konsentrasi Dan Minat Belajar Biologi Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*.

Mayella, R., & Harifuddin, A. M. (2024). Efek Pennggunaan Smartphone Dalam Pembelajaran Terhadap Daya Fokus Siswa Sekolah Menegah Atas Negeri 21 Makassar. *Jurnal Sosiologi Kontemporer*.

Nabella, S. D. (2022). Likuiditas, Solvabilitas, Aktivitas Dan Profitabilitas Terhadap Harga Saham Pada Perusahaan Sektor Pertambangan Batu Bara Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia. *Jurnal Akuntansi*, 97-102.

Oktavia, A. W., et al. (2024). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas Xi Dimadrasah Aliyah Negeri 1 Sijunjung Tahun Pelajaran 2023/2024. *Jurnal Pendidikan Dan Sosial Budaya*.

Paridawati, I., et al. (2021). Persepsi Orangtua Terhadap Penggunaan Smartphone Pada Anak Usia Dini Di Desa Indrasakti Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar. *Journal On Teacher Education*.

Purba, L. S., & Harefa, N. (2020). Pengaruh Kandungan Oksigen Udara Sekolah Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Edumatsains*, 169-182.

Sipaayung, J., & Munawaroh. (2025). Peran Teknologi Smartphone Sebagai Media Pembelajaran Interaktif Bagi Mahasiswa Di Era Digital. *Jurnal Ekonomi, Akuntansi Dan Manajemen*.