

Address : Tuesday Block No. 76 Rt/Rw
01/003 Jatitengah Village, Jatitujuh
District, Majalengka Regency, West Java


Email : arjijournal@gmail.com


Contact : 0821-4250-1527


Available at:

<https://journal.nahnuinisiatif.com/index.php/ARJI>

Volume 7 Number 4 Year 2025

 **DOI** : 10.61227

 **E-ISSN** : 2775-0787

 **P-ISSN** : 2774-9290



Dampak Penggunaan Gadget terhadap Konsentrasi Belajar Siswa

3310 – 3326

The Impact of Gadget Use on Students' Learning Concentration

Articles Submitted :


2025-10-25


Articles received :


2025-11-13

Published Articles :

2025-11-24

 Indana Julfan^{1*}, Haifaturrahmah²

 ^{1,2} Universitas Muhammadiyah Mataram

 Email Correspondence : indanajulfan964@gmail.com

Kata Kunci:

gadget, konsentrasi belajar, gangguan digital, gamifikasi, pembelajaran berbasis teknologi.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis berbagai temuan ilmiah terkait dampak penggunaan gawai terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Permasalahan ini berangkat dari meningkatnya penggunaan teknologi digital dalam aktivitas belajar yang berpotensi memengaruhi fokus dan atensi siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan Tinjauan Pustaka Sistematis (TPS) dengan metode *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Sumber data dikumpulkan dari 30 artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2015–2025 melalui database Google Scholar, ScienceDirect, ERIC, dan DOAJ dengan kata kunci *gadget*, *digital learning*, dan *student concentration*. Data dianalisis menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan model Miles dan Huberman. Hasil telaah menunjukkan bahwa penggunaan gawai memiliki dampak positif maupun negatif terhadap konsentrasi belajar siswa; di satu sisi mendukung pembelajaran interaktif melalui gamifikasi dan media digital yang menarik, namun di sisi lain berpotensi menurunkan fokus dan menyebabkan distraksi apabila digunakan secara berlebihan. Oleh karena itu, penggunaan gawai perlu diarahkan pada aktivitas pembelajaran yang terstruktur, kontekstual, dan bermakna agar dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa secara optimal.

Keywords: *gadget, learning concentration, digital*

Abstract: *This study aims to systematically review various scientific findings related to the impact of gadget use on elementary school students' learning concentration. The issue arises from the increasing*

distraction, gamification, technology-based learning.

use of digital technology in learning activities, which potentially affects students' focus and attention. This research employs a Systematic Literature Review (SLR) approach using the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) method. Data were collected from scientific articles published between 2020 and 2025 through databases such as Google Scholar, ScienceDirect, ERIC, and DOAJ, using keywords including gadget, digital learning, and student concentration. The data were analyzed through the processes of data reduction, data display, and conclusion drawing based on the Miles and Huberman model. The findings reveal that gadget use has both positive and negative effects on students' learning concentration: on one hand, it supports interactive learning through gamification and engaging digital media, yet on the other, excessive use may reduce focus and cause digital distractions. Therefore, gadget use should be directed toward structured, contextual, and meaningful learning activities to optimally enhance students' concentration.

Copyright © 2025, Authors

This is an open-access article under the CC BY-NC-SA 4.0



This work is licenced under a [Creative Commons Attribution-nonCommercial-shareAlike 4.0 International Licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan teknologi digital telah mendorong peningkatan penggunaan gawai di kalangan anak-anak dan remaja. Gawai tidak lagi terbatas pada perangkat komunikasi, tetapi telah menjadi elemen penting dalam kehidupan sehari-hari, termasuk kegiatan belajar (Toboki et al., 2025). Meskipun penggunaan gawai menawarkan berbagai peluang positif untuk mendukung akses informasi dan media pendidikan, penggunaan gawai juga menghadirkan tantangan baru, terutama terkait potensi distraksi, penurunan konsentrasi, dan risiko ketergantungan, yang dapat memengaruhi kualitas pembelajaran siswa (Nur Miyazaki et al., 2024). Dalam konteks pendidikan modern, fenomena ini semakin membutuhkan perhatian karena gawai tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu belajar, tetapi juga sebagai faktor eksternal yang dapat memengaruhi perilaku belajar siswa, terutama dalam hal kemampuan berkonsentrasi.

Dalam perkembangan pendidikan kontemporer, gawai telah dimanfaatkan sebagai alat pembelajaran modern dan interaktif yang dapat meningkatkan keterlibatan siswa terhadap materi yang dipelajari. Melalui aplikasi pendidikan dan platform digital, gawai ini memberikan peluang bagi proses pembelajaran yang lebih dinamis dan fleksibel. Namun, kemudahan akses ke berbagai bentuk hiburan, seperti gim digital, media sosial, dan konten video, seringkali menimbulkan gangguan yang signifikan (Maulani & Samad, 2025). Hal ini berpotensi mengurangi fokus dan tingkat konsentrasi siswa selama kegiatan pembelajaran formal di sekolah. Situasi ini menunjukkan bahwa penggunaan gawai dalam pembelajaran perlu dikelola secara bijak untuk mengoptimalkan manfaatnya tanpa mengganggu konsentrasi.

Konsentrasi memainkan peran penting sebagai penentu utama keberhasilan akademik siswa. Kemampuan untuk fokus memungkinkan siswa untuk memahami materi pelajaran secara optimal, menyelesaikan berbagai tugas, dan mempertahankan prestasi akademik yang stabil (Abduloh, Suntoko, Tedi Purbangkara, 2022). Namun, penggunaan gawai yang tidak terkendali seringkali menyebabkan penurunan perhatian siswa. Distraksi dari fitur hiburan digital, seperti gim, media sosial, dan konten audiovisual, berpotensi mengganggu fokus belajar dan pada akhirnya menghambat pencapaian tujuan pembelajaran (Rahmawati et al., 2025). Sejauh ini, berbagai penelitian telah membahas hubungan antara penggunaan gawai dan tingkat konsentrasi belajar, tetapi sebagian besar masih terfragmentasi dan belum terintegrasi menjadi studi yang komprehensif.

Berbagai temuan penelitian menunjukkan korelasi negatif antara lama penggunaan gawai dengan tingkat konsentrasi dan prestasi akademik siswa (Romadany & Dananier, 2024). Penggunaan yang berlebihan seringkali mengakibatkan penurunan fokus belajar dan prestasi akademik. Namun, beberapa penelitian lain menekankan bahwa gawai juga dapat memberikan kontribusi positif jika digunakan dengan tepat, misalnya melalui penerapan strategi penggunaan yang tepat sasaran dalam konteks pembelajaran (Maulidah, 2025). Situasi ini menunjukkan peran ganda gawai: keduanya berfungsi sebagai alat sekaligus potensi untuk mendukung proses pendidikan dan faktor penghambat jika digunakan tanpa kendali. Berbagai hasil ini menunjukkan bahwa belum

ada studi sistematis yang secara komprehensif menghimpun dan membandingkan semua temuan penelitian terkait dampak gawai terhadap konsentrasi belajar siswa, khususnya di tingkat sekolah dasar.

Meskipun topik dampak penggunaan gawai terhadap konsentrasi belajar siswa telah menjadi fokus berbagai penelitian, hasil yang diperoleh masih menunjukkan inkonsistensi dan keterbatasan (Pescador Prieto, 2022). Sebagian besar penelitian hanya menyoroti aspek-aspek tertentu, seperti kelompok usia, jenis gawai, atau konteks penggunaan yang terbatas pada lingkungan rumah atau sekolah (Afifah Shibgohtullah & Furrie, 2024). Keterbatasan ini menunjukkan bahwa pemahaman yang ada belum cukup komprehensif. Oleh karena itu, diperlukan tinjauan pustaka sistematis untuk menghasilkan pemetaan yang lebih lengkap, terintegrasi, dan komprehensif terhadap fenomena ini (Nugraheni, 2025). Hingga saat ini, belum ada penelitian berbasis tinjauan pustaka sistematis yang secara khusus mengintegrasikan semua penelitian sebelumnya tentang dampak penggunaan gawai terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar secara komprehensif.

Kajian tentang penggunaan gadget juga perlu menitikberatkan pada potensi dampak jangka panjang apabila perangkat tersebut digunakan secara tidak sehat (Rusmini, 2025). Pola penggunaan yang berlebihan dapat menurunkan kualitas proses belajar siswa, memicu berbagai gangguan kesehatan mental, dan berkontribusi terhadap rendahnya prestasi akademik (Nisa et al., 2025). Fakta ini menegaskan bahwa persoalan penggunaan gadget tidak dapat dipandang sebagai masalah yang sederhana, melainkan memiliki implikasi serius bagi perkembangan individu dan mutu pendidikan secara umum (Mudjiyanto et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian di bidang ini memiliki relevansi yang kuat bagi praktisi pendidikan, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam upaya merumuskan strategi pengelolaan gadget yang lebih efektif dan berorientasi pada kepentingan pendidikan jangka panjang (Winarsih & Ismail, 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana pengaruh penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi banyak pihak terutama siswa itu sendiri dalam pengelolaan penggunaan gadget sehingga dapat meminimalkan dampak negatifnya dan memaksimalkan manfaatnya untuk proses belajar mengajar.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Tinjauan Pustaka Sistematis (TPS) dengan tujuan mengidentifikasi, menganalisis, dan menyintesis berbagai hasil penelitian terdahulu yang membahas dampak penggunaan gawai terhadap konsentrasi belajar siswa. Tujuannya adalah untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana intensitas dan pola penggunaan gawai memengaruhi kemampuan berkonsentrasi belajar dan menemukan celah penelitian yang dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya.

Dampak penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa di sekolah dasar dengan rentang tahun publikasi 2015 hingga 2025 dari 30 artikel yang ditemui, hanya (10 artikel) yang dinilai paling relevan dengan kata kunci yang akhirnya digunakan untuk dianalisis dengan hasil dan pembahasan.

Kriteria inklusi meliputi artikel ilmiah yang membahas hubungan antara penggunaan gawai dan konsentrasi belajar siswa di tingkat sekolah dasar hingga menengah, menggunakan pendekatan empiris atau studi literatur yang relevan, dan dipublikasikan di jurnal nasional terakreditasi atau jurnal internasional bereputasi. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak terkait langsung dengan topik penelitian, tidak tersedia dalam teks lengkap, bersifat opini atau non-ilmiah, dan menggunakan populasi di luar konteks pendidikan formal.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif atau lebih spesifik lagi disebut penelitian kepustakaan (*libarary research*) atau studi literatur. Penelitian ini tidak berfokus pada pengumpulan data primer di lapangan, melainkan mengandalkan data dari sumber-sumber tertulis seperti buku, majalah, jurnal, dan karya ilmiah sebelumnya.

Pendekatan kualitatif ini dipilih oleh penulis berdasarkan tujuan penelitian yang ingin mendapatkan Gambaran terkait pengaruh penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar.

TPS ini termasuk kualitatif dikarenakan :

1. Fokus pada deskripsi : Penelitian tinjauan Pustaka menekankan pada pengumpulan dan analisis data yang bersifat deskriptif bukan angka-angka.
2. Proses analitis : Peneliti melakukan analisis kritis terhadap teori, konsep, dan hasil penelitian terdahulu sebagai landasan teori bagi penelitiannya.
3. Data non numerik : Yaitu data yang tidak berdasarkan angka atau jumlah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Penelitian

No.	Nama dan Judul penelitian	Tahun publikasi	Desain penelitian	Temuan utama
1	Abidin, M. I. Z. & Mustafa, M. (2021). (The Relationship between Smartphone Use and Academic Performance among University Students: A	2021	Kuantitatif	Penggunaan <i>smartphone</i> berlebihan berhubungan negatif dengan prestasi akademik siswa.

	Quantitative Study)				
2	Afdah, S. N., Fakriyah, F., & Oktariant, I. (2022). (Dampak Penggunaan Gadget pada Perkembangan Emosional dan Kognitif Siswa Sekolah Dasar)	2022	Deskriptif kuantitatif	Gadget berdampak terhadap gangguan konsentrasi dan kontrol emosi siswa SD.	
3	Anugrah, R., Safitriani, S., & Komalasari, E. (2023). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Kepribadian Siswa Sekolah Dasar. PEMBELAJARAN DI SD)	2023	Deskriptif kualitatif	Gadget mengubah pola interaksi sosial dan menurunkan fokus belajar siswa.	
4	Anwar, M. (2025). The Dual Impact of Smartphone Overuse on Short-Term Memory, Attention, and Academic Performance	2025	Eksperimen kuasi	Penggunaan <i>smartphone</i> berlebih menurunkan memori jangka pendek dan perhatian belajar.	
5	Azmi, K., Junaidi, M., & Alim, A. (2024). Analisis Pengaruh Intensitas Menggunakan Smartphone terhadap Perilaku Belajar Siswa Sekolah Dasar	2024	Kuantitatif korelasional	Intensitas penggunaan <i>smartphone</i> tinggi menurunkan minat belajar dan konsentrasi.	

6	Malinda, L., Rahma, S., Ariyanto, B., & Haryadi, H. (2022). Dampak Penggunaan Teknologi terhadap Hasil Belajar Anak Usia Dini.	2022	Studi literatur	Teknologi berdampak positif jika dibimbing, tetapi negatif jika tanpa kontrol orang tua.
7	Maulidan, F., & Samad, M. (2024). Hubungan Penggunaan Gadget terhadap Hasil Belajar Anak	2024	Deskriptif kuantitatif	Ada hubungan signifikan antara durasi penggunaan gadget dan hasil belajar anak.
8	Nisa, A. K., Handayani, A., & Rahmawati, D. (2025). Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Era Digital.	2025	Survei kuantitatif	Penggunaan gadget yang tidak terkontrol memengaruhi motivasi dan kesehatan mental siswa.
9	Priyawasita, E. (2024). The Decline in Student Attitudes: Indonesian Medical and Health Science Connectivity.	2024	Kajian pustaka	Konektivitas digital tinggi menyebabkan penurunan kedisiplinan belajar siswa.
10	Rahayu, B. M., Nurnaini, H., & Asmawati, L. (2024). Integrasi Pengaplikasian Teknologi dalam Pembelajaran Adaptif.	2024	Studi kualitatif	Integrasi teknologi adaptif meningkatkan fokus belajar bila diterapkan secara kontekstual.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan gadget memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi dan hasil belajar peserta didik. Abidin dan Mustafa (2021) menemukan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan berdampak negatif terhadap prestasi akademik siswa. Hasil serupa diungkapkan oleh Afdah, Fakriyah, dan Oktariant (2022) yang menjelaskan bahwa penggunaan gadget berdampak terhadap gangguan konsentrasi serta kontrol emosi siswa sekolah dasar, sementara penelitian Anugrah, Safitriani, dan Komalasari (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gadget dapat mempengaruhi kepribadian dan menurunkan fokus belajar siswa. Anwar (2025) dalam penelitian eksperimentalnya mengungkapkan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan menurunkan kemampuan memori jangka pendek dan perhatian belajar, sejalan dengan temuan Azmi, Junaidi, dan Alim (2024) yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara intensitas penggunaan smartphone dengan minat belajar siswa. Kajian literatur oleh Malinda, Rahma, Ariyanto, dan Haryadi (2022) menegaskan bahwa penggunaan teknologi dalam pembelajaran memberikan dampak positif apabila mendapat bimbingan dari guru dan orang tua, namun cenderung negatif jika tanpa pengawasan. Senada dengan itu, penelitian Maulidan dan Samad (2024) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan gadget dan hasil belajar anak usia dini. Dari perspektif psikologis, Nisa, Handayani, dan Rahmawati (2025) menemukan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menurunkan motivasi serta berdampak pada kesehatan mental siswa. Sementara itu, Priyawasita (2024) menyoroti bahwa konektivitas digital yang tinggi berpotensi menurunkan kedisiplinan dan sikap belajar siswa, dan Rahayu, Nurnaini, serta Asmawati (2024) menekankan bahwa penerapan teknologi adaptif dalam pembelajaran yang dilakukan secara kontekstual dapat meningkatkan fokus dan efektivitas belajar siswa. Dengan demikian, secara umum dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget memiliki dampak ganda terhadap proses pembelajaran, yakni dapat menjadi sarana pembelajaran yang efektif bila digunakan secara proporsional dan terarah, namun juga berpotensi menurunkan konsentrasi dan motivasi belajar bila digunakan secara berlebihan tanpa pengawasan yang memadai.

Tren Penelitian tentang Penggunaan Gadget dan Konsentrasi Belajar Siswa Selama Lima hingga Sepuluh Tahun Terakhir

Selama lima hingga sepuluh tahun terakhir, penelitian tentang penggunaan gawai dan konsentrasi belajar siswa telah menunjukkan hubungan yang kompleks antara manfaat dan dampak negatif teknologi digital dalam konteks pendidikan. Ponsel pintar, perangkat yang paling banyak digunakan, terbukti menurunkan prestasi akademik ketika digunakan untuk aktivitas non-pendidikan seperti media sosial atau multitasking, karena menciptakan beban kognitif yang berlebihan dan mengganggu fokus belajar (Abidin & Mustafa, 2021). Namun, ketika penggunaannya diintegrasikan secara terencana melalui aplikasi pembelajaran dan model pembelajaran berbasis permainan (gamified learning), ponsel pintar justru mampu meningkatkan keterlibatan dan retensi pengetahuan siswa

(Anwar, 2025). Selain itu, penggunaan perangkat digital, platform daring, dan teknologi berbasis kecerdasan buatan (AI) dalam pembelajaran juga terbukti dapat meningkatkan hasil belajar apabila didukung oleh desain pembelajaran yang efektif dan dukungan optimal bagi guru dan siswa (Abidin & Mustafa, 2021). Namun, penggunaan perangkat digital yang berlebihan juga dikaitkan dengan menurunnya sikap dan motivasi belajar siswa, di mana peningkatan konektivitas sering kali berkorelasi dengan menurunnya keterlibatan dalam proses pembelajaran (Priawasana, 2024). Paradoks ini menggarisbawahi pentingnya strategi integrasi digital yang seimbang untuk memaksimalkan manfaat teknologi tanpa mengorbankan konsentrasi dan kualitas belajar siswa (Schmidt, 2020).

Penelitian kualitatif juga memperkuat bukti dampak negatif penggunaan gawai terhadap konsentrasi siswa. Studi yang dilakukan oleh (Dara Davani, 2022) mengungkapkan bahwa gangguan konsentrasi merupakan dampak negatif utama penggunaan gawai dalam proses pembelajaran. Namun, tidak semua studi menunjukkan hasil yang sepenuhnya konsisten. Beberapa studi menyoroti variasi pengaruh gawai terhadap aspek pembelajaran lainnya. Misalnya, penelitian oleh (Nikmawati et al., 2021) menemukan bahwa penggunaan gawai tidak memengaruhi hasil belajar siswa secara signifikan, tetapi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan minat belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun gawai dapat mengganggu konsentrasi, dalam konteks tertentu gawai juga dapat memberikan manfaat dalam memotivasi siswa untuk lebih terlibat dalam kegiatan pembelajaran.

Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan gawai tidak selalu berdampak negatif, melainkan sangat bergantung pada tujuan, durasi, dan konteks penggunaannya. Dalam penelitian terkini, gawai tidak lagi dipandang semata-mata sebagai sumber distraksi, melainkan telah diposisikan sebagai alat pedagogis yang berpotensi memperkuat proses pembelajaran jika diintegrasikan dengan pendekatan yang tepat. Penerapan strategi pembelajaran berbasis permainan atau aktivitas digital interaktif, misalnya, dapat meningkatkan retensi pengetahuan dengan memanfaatkan unsur-unsur motivasional seperti hadiah, tantangan, dan kompetisi yang dapat merangsang fokus dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Sebaliknya, ketika gawai digunakan tanpa pengawasan atau tidak diarahkan untuk tujuan akademik yang jelas, gawai dapat menjadi sumber distraksi dan menyebabkan kelelahan kognitif. Hal ini terjadi karena paparan stimulus digital yang berlebihan dapat membebani kapasitas memori kerja siswa, sehingga mengurangi kemampuan berpikir efektif dan menurunkan konsentrasi belajar. Dengan demikian, dampak penggunaan gawai bersifat kontekstual dan tidak dapat diukur hanya berdasarkan intensitas penggunaan, tetapi harus dipertimbangkan dari segi metode dan tujuan penggunaan dalam kegiatan pembelajaran.

Evaluasi penelitian sebelumnya mengungkapkan beberapa kekuatan dan kelemahan. Poin kuatnya adalah bahwa sebagian besar studi secara konsisten menunjukkan hubungan antara penggunaan gadget yang berlebihan dan penurunan fokus belajar siswa. Lebih lanjut, studi yang menyoroti potensi positif gadget dalam

mendukung pembelajaran memperkaya pemahaman ilmiah dan mendorong studi yang lebih komprehensif. Namun, kelemahan yang menonjol adalah konteks dan cakupan penelitian yang terbatas. Sebagian besar studi dilakukan dalam konteks pendidikan Indonesia dan berfokus pada siswa sekolah dasar dan menengah tanpa mempertimbangkan perbedaan lintas budaya atau jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Lebih lanjut, banyak studi masih menggunakan pendekatan korelasional, sehingga hanya menggambarkan hubungan, bukan kausalitas. Hanya sedikit studi yang menerapkan desain eksperimen jangka panjang atau metode campuran untuk menguji efektivitas penggunaan gadget yang terkontrol dalam meningkatkan atau menurunkan konsentrasi belajar siswa. Oleh karena itu, meskipun bukti empiris yang ada cukup kuat, pemahaman teoretis tentang mekanisme bagaimana gadget memengaruhi konsentrasi belajar masih memerlukan pengembangan yang lebih mendalam dan komprehensif.

Bentuk Dampak Negatif Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Fokus dan Perhatian Siswa Sekolah Dasar

Penggunaan gadget di kalangan siswa sekolah dasar telah dikaitkan dengan berbagai dampak negatif terhadap kemampuan mereka untuk tetap fokus dan memperhatikan saat belajar. Banyak penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan, terutama untuk tujuan hiburan, dapat menyebabkan ketergantungan dan mengurangi keterampilan sosial anak, yang pada akhirnya menyebabkan penurunan konsentrasi dalam kegiatan akademik (Maulian Fadli et al., 2025). Selain itu, aktivitas daring juga terbukti mengganggu konsentrasi dan mengubah perilaku belajar, sehingga mengurangi motivasi dan perhatian siswa terhadap kegiatan belajar (Azmi et al., 2025). Penilaian yang dilakukan oleh guru menunjukkan hubungan negatif dan sedang antara frekuensi penggunaan gawai dan kemampuan anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan non-digital, sehingga menekankan pentingnya mengelola waktu gawai agar hasil belajar dapat ditingkatkan secara optimal.

Mengungkapkan bahwa gangguan konsentrasi merupakan salah satu dampak utama yang dialami siswa ketika mereka terlalu fokus pada penggunaan gawai dalam aktivitas sehari-hari. Hasil serupa juga ditemukan oleh (Anugrah et al., 2023) melalui studi kasus yang melibatkan 25 siswa sekolah dasar kelas empat, di mana kurangnya konsentrasi diidentifikasi sebagai konsekuensi langsung dari penggunaan gawai yang berlebihan. Selain itu, tinjauan pustaka yang dilakukan oleh (Yunita, 2025) yang mencakup delapan artikel yang diterbitkan antara tahun 2020 dan 2025 memperkuat temuan sebelumnya dengan menyimpulkan bahwa penurunan konsentrasi dan fokus merupakan dampak signifikan dari penggunaan gawai yang tidak terkontrol. Penelitian yang dilakukan oleh (Afidah et al., 2022). Hal ini juga menghasilkan hasil yang konsisten, menunjukkan bahwa tingkat penggunaan gawai yang tinggi terbukti menurunkan kemampuan siswa untuk mempertahankan fokus dan perhatian selama proses pembelajaran. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan pola yang konsisten:

penggunaan gawai yang berlebihan, terutama tanpa pengawasan dan batasan yang jelas, berkaitan erat dengan penurunan kemampuan berkonsentrasi siswa sekolah dasar.

Secara konseptual, berbagai penelitian menunjukkan bahwa menurunnya konsentrasi pada siswa tidak hanya dipengaruhi oleh lamanya penggunaan gawai, tetapi juga oleh karakteristik aktivitas digital yang cenderung instan dan sarat akan stimulus visual maupun auditori. Siswa sekolah dasar masih berada pada tahap perkembangan kognitif yang terbatas dalam hal kemampuan mengatur atensi dan pengendalian diri. Kebiasaan menerima berbagai stimulus yang cepat dan bervariasi dari layar gawai membuat kemampuan kognitif mereka kurang terlatih untuk mempertahankan fokus pada tugas-tugas akademik yang menuntut konsentrasi berkelanjutan. Dengan demikian, penggunaan gawai yang berlebihan dapat membentuk pola berpikir cepat tetapi dangkal, yang pada akhirnya berujung pada kesulitan dalam mempertahankan atensi jangka panjang. Pola ini juga memunculkan gejala-gejala yang mirip dengan gangguan atensi, seperti mudah terdistraksi, kesulitan menyelesaikan tugas, dan cepat bosan dengan kegiatan belajar konvensional.

Dari evaluasi beberapa penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa pola dampak negatif yang menonjol akibat penggunaan gawai yang berlebihan. Pertama, gangguan konsentrasi dan penurunan fokus belajar merupakan temuan yang paling konsisten di berbagai konteks pendidikan. Siswa yang menggunakan gawai lebih dari dua jam per hari cenderung memiliki tingkat atensi yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang menggunakannya lebih terbatas. Kedua, terjadi perubahan perilaku belajar, di mana siswa menjadi kurang aktif, kehilangan disiplin, dan lebih mudah terdistraksi oleh berbagai stimulus digital. Ketiga, terjadi penurunan motivasi belajar dan ketergantungan emosional terhadap gawai, sehingga siswa sulit berkonsentrasi tanpa gawai. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan gim daring dan media sosial meningkatkan kecenderungan perilaku impulsif. Perilaku ini melemahkan kemampuan berpikir reflektif. Meskipun beberapa studi menunjukkan bahwa gawai dapat digunakan dalam pembelajaran interaktif, sebagian besar temuan masih menekankan bahwa dampak negatif lebih dominan, terutama ketika penggunaannya tidak dibatasi secara pedagogis dan tanpa pengawasan dari guru atau orang tua.

Model Pembelajaran Berbasis Teknologi Mana yang Paling Efektif Mengurangi Distraksi Gadget

Model pembelajaran berbasis teknologi yang efektif dalam mengurangi distraksi akibat penggunaan gawai meliputi penerapan aplikasi gamifikasi, intervensi berbasis konteks, dan desain pembelajaran strategis. Model DACDUA, yang mengintegrasikan elemen gamifikasi ke dalam proses pembelajaran, telah terbukti meningkatkan keterlibatan dan partisipasi siswa, sehingga meminimalkan distraksi akibat penggunaan ponsel pintar di lingkungan pendidikan (Juhansar et al., 2025). Lebih lanjut, penelitian dari University of Manitoba menekankan pentingnya merancang mata kuliah yang ramah seluler dengan memanfaatkan potensi keterlibatan siswa melalui penggunaan teknologi

yang tepat sasaran. Pendekatan ini menunjukkan bahwa integrasi teknologi yang dirancang dengan baik dapat mengubah potensi distraksi menjadi kesempatan belajar yang bermakna (Lawson & Snow, n.d.). Secara keseluruhan, berbagai model ini menekankan perlunya strategi pembelajaran terstruktur untuk memanfaatkan teknologi secara optimal sekaligus meminimalkan potensi gangguannya terhadap proses pendidikan.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan efektif dalam mengurangi distraksi akibat penggunaan gawai dengan mengalihkan kebiasaan bermain anak ke aktivitas edukatif. Melalui penerapan aplikasi Kahoot dengan model pengembangan ADDIE, penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan dapat mengubah penggunaan gawai dari pasif dan mengganggu menjadi pembelajaran aktif dan bermakna. Lebih lanjut, pembelajaran berbasis proyek juga terbukti berpotensi sebagai pendekatan alternatif yang menarik untuk meningkatkan keterlibatan dan partisipasi aktif siswa. Beberapa penelitian, termasuk penelitian oleh (Rahayu et al., 2024) dan dua penelitian lainnya, menunjukkan bahwa model ini efektif dalam menumbuhkan kerja sama, kemandirian, dan tanggung jawab siswa selama proses pembelajaran. Namun, sebagian besar penelitian ini belum secara eksplisit mengukur sejauh mana pendekatan ini berkontribusi dalam mengurangi distraksi akibat gawai. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa bukti empiris mengenai efektivitas model pembelajaran dalam mengatasi distraksi akibat penggunaan gawai masih terbatas. Hanya sedikit penelitian yang secara langsung mengkaji hubungan antara strategi pembelajaran dengan pengurangan gangguan digital, sedangkan sebagian besar penelitian masih berfokus pada peningkatan hasil pembelajaran secara umum tanpa mempertimbangkan aspek pengelolaan gangguan. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang signifikan dalam pengembangan strategi pembelajaran yang secara khusus ditujukan untuk mengatasi dampak negatif penggunaan gadget di lingkungan sekolah dasar.

Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa efektivitas suatu model pembelajaran dalam mengurangi distraksi akibat penggunaan gawai sangat bergantung pada kemampuannya untuk mengalihkan stimulus digital dari ranah hiburan ke ranah pendidikan. Model gamifikasi, misalnya, bekerja dengan memanfaatkan elemen-elemen permainan yang menarik bagi siswa seperti tantangan, penghargaan, dan kompetisi tetapi diarahkan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Dengan pendekatan ini, siswa tetap memiliki pengalaman belajar yang menyenangkan sambil melibatkan aspek emosional dan kognitif mereka dalam konteks yang produktif. Model pembelajaran berbasis konteks, seperti aplikasi Let's FOCUS, juga terbukti efektif karena menyediakan pengingat otomatis dan batasan penggunaan digital yang membantu siswa mengelola waktu layar secara mandiri. Sementara itu, model pembelajaran berbasis proyek menekankan aktivitas kolaboratif yang membutuhkan partisipasi aktif dan rasa tanggung jawab kelompok, sehingga secara tidak langsung membatasi penggunaan gawai untuk tujuan non-akademik. Dari perspektif pedagogis, semua model ini memiliki prinsip dasar yang

sama: mengubah gawai dari sumber gangguan menjadi alat pembelajaran yang mendukung fokus dan konsentrasi siswa.

Evaluasi model-model ini menunjukkan bahwa gamifikasi dan intervensi berbasis konteks memiliki bukti empiris terkuat dalam mengurangi distraksi gawai secara langsung. Pendekatan gamifikasi, seperti DACDUA dan Kahoot, telah terbukti meningkatkan tingkat partisipasi siswa lebih dari setengahnya dari tingkat dasar pasif. Di sisi lain, aplikasi berbasis konteks seperti Let's FOCUS telah menunjukkan efektivitas tinggi dalam mengurangi frekuensi penggunaan gawai pintar di luar kegiatan pembelajaran selama periode enam minggu dalam kelompok besar. Kekuatan kedua model ini terletak pada kemampuannya untuk tidak hanya memperkuat keterlibatan belajar tetapi juga menanamkan kebiasaan positif melalui mekanisme umpan balik dan pengendalian diri digital. Model pembelajaran berbasis proyek, meskipun berkontribusi pada peningkatan motivasi dan kolaborasi siswa, belum menunjukkan bukti empiris yang kuat terkait peran langsungnya dalam mengurangi distraksi digital. Pertimbangan penting meliputi konteks penelitian yang terbatas, ukuran sampel yang kecil, dan kurangnya studi longitudinal yang melacak perubahan jangka panjang dalam perilaku digital siswa. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa meskipun model pembelajaran berbasis teknologi telah menunjukkan efektivitas konseptual, implementasinya masih memerlukan pengujian lebih lanjut dan adaptasi kontekstual di berbagai jenjang dan latar pendidikan.

Hasil penelitian mengenai dampak penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa memiliki beberapa implikasi penting dalam konteks pendidikan. Bagi siswa, temuan ini menegaskan perlunya kesadaran akan pengelolaan waktu dan penggunaan gadget secara bijak agar tidak mengganggu fokus belajar. Bagi guru dan pihak sekolah, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya pemanfaatan gadget secara positif melalui integrasi teknologi dalam proses pembelajaran, serta perlunya kebijakan yang mengatur penggunaan gadget di lingkungan sekolah. Orang tua juga memiliki peran strategis dalam melakukan pengawasan, pendampingan, dan pembiasaan perilaku digital yang sehat di rumah. Selain itu, bagi pembuat kebijakan pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk merumuskan program literasi digital dan kebijakan pembelajaran yang mendukung peningkatan konsentrasi belajar siswa. Adapun bagi peneliti selanjutnya, hasil ini membuka peluang untuk melakukan kajian lebih mendalam mengenai pengaruh penggunaan gadget terhadap aspek-aspek lain dalam perkembangan siswa, serta untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif dalam meningkatkan fokus dan hasil belajar di era digital.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan sistematis berbagai penelitian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gawai memiliki pengaruh dua dimensi terhadap konsentrasi belajar siswa: sebagai alat bantu belajar dan sebagai faktor penghambat jika tidak digunakan dengan tepat. Penggunaan gawai yang berlebihan, terutama untuk kegiatan non-edukatif

seperti bermain gim, mengakses media sosial, atau hiburan daring, berdampak negative terhadap kemampuan siswa untuk fokus, memperhatikan, dan motivasi belajar. Pola penggunaan yang tidak terkontrol menyebabkan gangguan konsentrasi, menurunkan disiplin, mengubah perilaku belajar, dan membentuk ketergantungan emosional terhadap perangkat digital.

Namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa gawai dapat memberikan kontribusi positif ketika diintegrasikan ke dalam proses pembelajaran secara terencana dan pedagogis, misalnya melalui penerapan model gamifikasi, pembelajaran berbasis konteks, atau pembelajaran berbasis proyek yang dapat mengalihkan fungsi gawai dari sumber distraksi menjadi media pembelajaran yang interaktif dan produktif. Gamifikasi Model pembelajaran dan intervensi berbasis konteks merupakan pendekatan paling efektif dalam mengurangi distraksi gadget karena tidak hanya meningkatkan keterlibatan dan partisipasi siswa, tetapi juga membantu membangun pengendalian diri digital melalui mekanisme umpan balik dan pembatasan otomatis penggunaan perangkat.

Namun, masih terdapat keterbatasan dalam penelitian tentang penerapan model pembelajaran berbasis teknologi, terutama terkait kurangnya studi eksperimental jangka panjang dan penelitian lintas budaya yang dapat memperkuat generalisasi hasil. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut perlu berfokus pada pengembangan model pembelajaran adaptif dan kontekstual yang menyeimbangkan pemanfaatan teknologi dengan kebutuhan belajar siswa. Secara keseluruhan, temuan ini menggarisbawahi pentingnya sinergi antara guru, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam menciptakan ekosistem pendidikan digital yang sehat dan seimbang yang berorientasi pada peningkatan kualitas pembelajaran secara berkelanjutan.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diakui agar hasil kajian dapat dipahami secara proporsional. Pertama, pendekatan Systematic Literature Review (SLR) yang digunakan sepenuhnya bergantung pada sumber data sekunder, sehingga validitas temuan dipengaruhi oleh kualitas, relevansi, serta kedalaman analisis literatur yang ditelaah. Kondisi ini menjadikan hasil penelitian bersifat deskriptif analitis dan belum mencerminkan pengalaman empiris guru secara langsung di lapangan. Kedua, rentang waktu publikasi yang dibatasi pada periode 2015–2025 berpotensi menimbulkan keterbatasan temporal, karena dinamika kebijakan pendidikan dan perkembangan teknologi terbaru mungkin belum sepenuhnya tercakup dalam analisis. Ketiga, penelitian ini belum melakukan analisis komparatif berdasarkan jenjang pendidikan, wilayah, maupun latar sosial-budaya, sehingga generalisasi hasil masih memerlukan kehati-hatian dan verifikasi empiris yang lebih luas.

Berdasarkan batasan tersebut, penelitian lanjutan disarankan untuk menggabungkan pendekatan SLR dengan metode empiris kualitatif maupun kuantitatif, seperti wawancara mendalam, survei, atau studi kasus, guna memperoleh gambaran yang lebih kontekstual dan menyeluruh mengenai tantangan pendidik. Kajian selanjutnya juga diharapkan memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan analisis lintas jenjang dan lintas wilayah pendidikan, sehingga dapat diketahui variasi tantangan yang dihadapi

guru berdasarkan karakteristik kelembagaan dan lingkungan sosialnya. Selain itu, penelitian longitudinal diperlukan untuk menelusuri perubahan pola, persepsi, serta kesiapan guru dalam menghadapi digitalisasi dan transformasi kebijakan pendidikan secara berkelanjutan. Penelitian masa depan juga dapat mengintegrasikan aspek psikososial, kesejahteraan kerja, dan kesehatan mental guru sebagai variabel penting yang berpengaruh terhadap profesionalisme dan efektivitas pembelajaran. Dengan demikian, rekomendasi penelitian lanjutan ini diharapkan mampu membuka jalur eksplorasi baru serta memperdalam pemahaman teoretis dan praktis mengenai dinamika profesi guru dalam konteks pendidikan abad ke-21 yang terus berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduloh, Suntoko, Tedi Purbangkara, A. A. (2022). PENINGKATAN DAN PENGEMBANGAN PRESTASI BELAJAR PESERTA DIDIK - Google Books. In *Uwais Inspirasi Indonesia*. https://www.google.co.id/books/edition/PENINGKATAN_DAN_PENGEMBANGAN_PRESTASI_BE/jbOAEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Abidin, M. J. Z., & Mustafa, M. (2021). The Relationship between Smartphone Use and Academic Performance among University Students: A Quantitative Study. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 18(1), 187–207. <https://doi.org/10.23977/aetp.2025.090508>
- Afidah, S. N., Fakhriyah, F., & Oktavianti, I. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Pada Perkembangan Emosional Dan Kognitif Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar. *Jurnal Handayani*, 13(2), 104. <https://doi.org/10.24114/jh.v13i2.36544>
- Afifah Shibgohtullah, S., & Furrie, W. (2024). Strategi Komunikasi Digital Parenting dalam Membentuk Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah Dasar (Studi Kasus Kolaborasi Guru dan Orang Tua SDIT Prestasi Cendekia Tambun Utara). *Wulan Furrie INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(4), 11611–11624.
- Anugrah, R., Safrizal, & Komalasari, E. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kepribadian Siswa Sekolah Dasar. *JUDIKDAS: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.51574/judikdas.v3i1.693>
- Anwar, M. (2025). The Dual Impact of Smartphone Usage on Short-Term Memory, Attention, and Academic Performance in Digital Learning Environments. *Sinergi International Journal of Psychology*, 2(3), 135–150. <https://doi.org/10.61194/psychology.v2i3.503>
- Azmi, K., Juaini, M., & Alim, A. (2025). *Game Online Mengganggu Konsentrasi Dan Perilaku Belajar Siswa Sekolah Dasar Di Lenek*. 20(2), 266–275. <https://doi.org/10.29408/edc.v20i2.30128>
- Dara Davani. (2022). Analisis Dampak Penggunaan Gadget pada Siswa dalam Pembelajaran di Sekolah. *Cendekiawan : Jurnal Pendidikan Dan Studi Keislaman*, 1(2), 87–91. <https://doi.org/10.61253/cendekiawan.v1i2.51>
- Juhansar, J., Sutopo, J., Sudiro, S., Aji, A. S., & Pabbajah, M. (2025). Beyond Distraction: Developing Gamified-Smartphone for Active Learning-Teaching through DACDUA

- Philosophical Model. *XLinguae*, 18(3), 144–165.
<https://doi.org/10.18355/XL.2025.18.03.10>
- Lawson, R., & Snow, K. (n.d.). *TURN ON YOUR PHONES PLEASE : FROM DISTRACTION TO Atlantic Universities ' Teaching Showcase , 2014 Atlantic Universities ' Teaching Showcase , 2014*. 40–48.
- Malinda, L., Rahmah, S., Ariyanto, B., & Haryadi, H. (2024). Artikel Pengenalan Lapangan Persekolahan Pendidikan Guru Sekolah Dasar. *Plppgsd*, 1(1), 39–46.
<https://journal.unusida.ac.id/index.php/plppgsd/>
- Maulani, M. I., & Samad, M. (2025). Dampak Media Sosial Tiktok terhadap Atensi Belajar Anak Usia Dini. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 375–388.
<https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1214>
- 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>
- Maulidah, A. K. (2025). Upaya Keterlibatan Orangtua Otoritatif dalam Mengatasi Problematic Use of Gadget pada Anak Usia Dini. *Perpustakaan Universitas Airlangga*, 1–14.
[https://repository.unair.ac.id/136880/%0Ahttps://repository.unair.ac.id/136880/1/Aisyah Kurnia Maulidah-111811133035.pdf](https://repository.unair.ac.id/136880/%0Ahttps://repository.unair.ac.id/136880/1/Aisyah%20Kurnia%20Maulidah-111811133035.pdf)
- Mudjiyanto, B., Khaibar, A., Faruqi, A., & Shilbi, Muhammad, D. (2024). Peran Guru dan Orang Tua dalam Mengatasi Dampak Negatif Penggunaan Gadget Pada Siswa: Perspektif Dystopian, Neo-Futuris, dan Teknorealisis. *Almaheer Jurnal Pendidikan Islam*, 2(02), 103–115.
- Nikmawati, N., Bintoro, H. S., & Santoso, S. (2021). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Hasil Belajar dan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Edutech Undiksha*, 9(2), 254. <https://doi.org/10.23887/jeu.v9i2.38975>
- Nisa, A. K., Handayani, A., & Rahmawati, D. (2025). Kesehatan Mental Kunci Utama Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SD. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 8(1), p-ISSN. <https://journal.matappa.ac.id/index.php/dikdas/article/view/4104/1817>
- NUGRAHENI, S. W. K. (2025). *Analisis Literasi Sains Dengan Pendekatan Kontekstual Di Sekolah Dasar Alam Lebah Putih*. [http://repository.unissula.ac.id/40766/2/Pendidikan Guru Sekolah Dasar %28PGSD%29_34302100006_fullpdf.pdf](http://repository.unissula.ac.id/40766/2/Pendidikan%20Guru%20Sekolah%20Dasar%28PGSD%29_34302100006_fullpdf.pdf)
- Nur Miyazaki, A. F., Buabara, H., Rahmi, A. N., Rusmayadi, R., & Herman, H. (2024). Tantangan dan Solusi Dalam Menghadapi Era Digital: Pendidikan Anak di Zaman Teknologi. *JUPEIS: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(3), 127–135.
<https://doi.org/10.57218/jupeis.vol3.iss3.1149>
- Pescador Prieto. (2022). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. In *Braz Dent J*. (Vol. 33, Issue 1).
- Prestasi, T., Siswa, B., Atas, K., & Dasar, S. (2025). 3 1, 2, 3. 10(September), 220–234.

- Priawasana, E. (2024). The Digital Paradox: Increased Connectivity and the Decline in Student Attitudes. *Indonesian Journal of Instructional Media and Model*, 6(1), 26–33. <https://doi.org/10.32585/ijimm.v6i1.5234>
- Rahayu, B. M., Nuraini, H., Hidayat, S., & Asmawati, L. (2024). Integrasi Pengaplikasian Teknologi Dalam Pembelajaran Berbasis Proyek (Project-Based Learning). *Jipis*, 33(1), 55–62. <https://doi.org/10.33592/jipis.v33i1.4838>
- Rahmawati, Y., Nafa Lutfiah, Y., Muzharifah, A., Pahlawan Km, J., & Kajen Kab Pekalongan, R. (2025). Persepsi Siswa Generasi Z terhadap Pengaruh Media Sosial dalam Perilaku Akademik dan Konsentrasi Belajar Siswa di Jenjang Sekolah Dasar (SD). *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, 3(4), 226–240. <https://journal.aripafi.or.id/index.php/jmpai>
- Romadany, R., & Dananier, N. (2024). Interaksi Game Online dan Minat Belajar: Study Kasus Pada Siswa Kelas V A SDN 04 Marga Jaya. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 4(2), 1190–1203. <https://doi.org/10.51574/jrip.v4i2.1741>
- Rusmini, S. (2025). Dampak Gadget terhadap Perkembangan Emosi dan Sosial Anak. *Book Chapter of Child*, 1(April), 19–41. <https://bookchapter.optimalbynfc.com/index.php/anak/article/view/106>
- Schmidt, S. J. (2020). Distracted learning: Big problem and golden opportunity. *Journal of Food Science Education*, 19(4), 278–291. <https://doi.org/10.1111/1541-4329.12206>
- Toboki, M. O. H. R., Studi, P., Guru, P., Ibtidaiyah, M., & Tengah, S. (2025). *Pengaruh penggunaan handphone terhadap aktivitas belajar peserta didik di sd al-khairaat 1 kota palu*.
- Winarsih, & Ismail. (2025). Pemanfaatan Gadget Dalam Proses Pembelajaran Anak Usia Dini : Studi Kualitatif Di Kb Cahaya Putra Tegalombo Pacitan. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 181–190. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v6i2.1853>
- Yunita, T. (2025). *Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Menurunkan Kemampuan Belajar Siswa*. 4(2), 7359–7365.