



Hubungan Indikasi Tingkat Adiksi Ponsel Pintar Dengan Konsentrasi Belajar Pada Pelajar SMA Jakarta

To link to this article: <https://doi.org/10.22236/sanus.v6i1.10772>



©2024. The Author(s). This open access article is distributed under a [Creative Commons Attribution \(CC BY-SA\) 4.0 license](#).



Published Online on April 30, 2024



[Submit your paper to this journal](#) 



[View Crossmark data](#) 



Hubungan Indikasi Tingkat Adiksi Ponsel Pintar Dengan Konsentrasi Belajar Pada Pelajar SMA Jakarta

Irbah Khoirunisa, Joko Susanto, Takashi Yasiro
Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
Corresponding Author:

Received: 27 Desember 2023

Accepted: 25 Maret 2024

Published: 30 April 2024

Abstract

The use of smartphones is increasing due to the rapid development of technology and it is very easy to access from various age groups. In Indonesia, the use of smartphones connected to the internet is 95.4%. Continuous use that causes interference with daily activities can lead to Smartphone Addiction. For Students The use of smartphones can disrupt the concentration of learning which causes disruption of the teaching and learning process. This study uses an observational research method with a cross sectional approach to students of SMAN 47 Jakarta. The questionnaires used are Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) and Learning Concentration questionnaire which have been translated into Indonesian and have a Cornbach alpha value 0,911 for SAS and 0,950 for Learning Concentration questionnaire. The results of the description of the Smartphone Addiction Level and Learning Concentration then will be seen in relation to the Chi-Square statistical test. Based on the results of the study, there was no significant relationship between smart phone indications and student learning concentration($P=0,506$).

Abstrak

Penggunaan ponsel pintar semakin bertambah dikarenakan adanya perkembangan teknologi yang semakin pesat serta sangat mudah diakses dari berbagai golongan umur. Di Indonesia penggunaan ponsel pintar yang terhubung dengan internet sebanyak 95,4%. Penggunaan terus menerus yang menyebabkan gangguan pada kegiatan sehari-hari dapat menyebabkan Adiksi Ponsel Pintar. Pada Pelajar Penggunaan ponsel pintar dapat mengganggu konsentrasi belajar yang menyebabkan terganggunya proses belajar mengajar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional pada pelajar SMAN 47 Jakarta. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner *Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV)* dan *Learning Concentration* yang sudah di translasi ke bahasa Indonesia dan memiliki nilai alpha cornbach 0,911 untuk SAS-SV dan 0,9050 *learning concentration* Hasil gambaran Tingkat Adiksi Ponsel Pintar dan Konsentrasi Belajar yang selanjutnya akan dilihat hubungannya dengan uji statistik Chi-Square. Berdasarkan hasil penelitian tidak didapatkan hubungan bermakna antara indikasi ponsel pintar dengan konsentrasi belajar siswa ($P=0,506$).

Kata Kunci : Penggunaan Ponsel, Adiksi Ponsel Pintar, Konsentrasi Belajar, Learning Concentration Kuisisioner, SAS-SV.

PENDAHULUAN

Penggunaan ponsel pintar di kalangan pelajar telah menjadi fenomena global yang semakin meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Di Indonesia, khususnya di Jakarta, penetrasi ponsel pintar di kalangan pelajar sangat tinggi, dengan sekitar 95% siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) memiliki akses dan menggunakan ponsel pintar setiap hari (Statista, 2023). Namun, seiring dengan meningkatnya penggunaan ponsel pintar, muncul pula masalah baru yaitu adiksi terhadap ponsel pintar. Adiksi ponsel pintar dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana individu memiliki ketergantungan yang berlebihan terhadap penggunaan ponsel pintar, yang dapat berdampak negatif pada aspek psikologis, sosial, dan akademis.

Berbagai faktor mempengaruhi tingkat adiksi ponsel pintar di kalangan pelajar. Faktor-faktor tersebut meliputi karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, dan kepribadian, serta faktor lingkungan seperti dukungan sosial, pengawasan orang tua, dan tekanan akademis (Kwon et al., 2013). Misalnya, penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan cenderung lebih rentan terhadap adiksi ponsel pintar dibandingkan remaja laki-laki (Bian & Leung, 2015). Selain itu, tekanan akademis yang tinggi juga dapat mendorong siswa untuk menggunakan ponsel pintar sebagai bentuk pelarian dari stres, yang pada akhirnya meningkatkan risiko adiksi (Li et al., 2018). Data dari World Health Organization (WHO, 2021) menyatakan bahwa sekitar 21% remaja di seluruh dunia menunjukkan tanda-tanda adiksi ponsel pintar, dan angka ini cenderung lebih tinggi di negara-negara dengan akses internet yang luas dan penetrasi teknologi yang tinggi.

Dalam konteks pelajar di Jakarta, sebuah survei lokal yang dilakukan oleh Universitas Indonesia (2022) menemukan bahwa sekitar 30% siswa SMA di Jakarta terindikasi mengalami adiksi ponsel pintar. Faktor lain yang mempengaruhi tingkat adiksi ini termasuk waktu penggunaan ponsel pintar, dengan siswa yang menggunakan ponsel lebih dari 4 jam per hari memiliki risiko adiksi yang lebih tinggi (Twenge & Campbell, 2018). Selain itu, konten yang diakses, seperti media sosial, permainan daring, dan aplikasi pesan instan, juga berperan signifikan dalam meningkatkan risiko adiksi (Lee et al., 2014). Dengan demikian, adiksi ponsel pintar di kalangan pelajar bukan hanya merupakan masalah teknologi, tetapi juga masalah kesehatan mental yang perlu mendapatkan perhatian serius.

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengeksplorasi dampak adiksi ponsel pintar pada aspek-aspek kehidupan remaja, termasuk kesehatan mental, interaksi sosial, dan prestasi akademik. Misalnya, studi oleh Lepp et al. (2015) menemukan bahwa adiksi ponsel pintar memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan prestasi akademik, dimana siswa yang terindikasi adiksi memiliki nilai rata-rata yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang tidak terindikasi adiksi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lin et al. (2017) menunjukkan bahwa adiksi ponsel pintar terkait erat dengan tingkat stres, kecemasan, dan depresi pada remaja. Temuan ini didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Elhai et al. (2017), yang menunjukkan bahwa penggunaan ponsel pintar yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan tidur, yang selanjutnya berdampak pada kesehatan mental dan konsentrasi belajar.

Selain dampak psikologis, adiksi ponsel pintar juga memiliki implikasi serius terhadap kemampuan kognitif, termasuk konsentrasi dan perhatian. Sebuah studi oleh Hadlington (2015) menemukan bahwa penggunaan ponsel pintar yang berlebihan dapat mengganggu kemampuan konsentrasi siswa, yang pada akhirnya berdampak pada kemampuan mereka untuk memahami dan mengingat materi pelajaran. Lebih lanjut, penelitian oleh Chen et al. (2016) menunjukkan bahwa adiksi ponsel pintar dapat mengakibatkan penurunan kapasitas memori jangka pendek, yang penting dalam proses belajar. Selain itu, penelitian oleh Alavi et al. (2020) mengungkapkan bahwa siswa yang terindikasi adiksi ponsel pintar cenderung lebih sulit untuk fokus pada tugas-tugas akademis, terutama ketika dihadapkan pada gangguan dari notifikasi ponsel mereka.

Penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi yang melibatkan pengurangan waktu penggunaan ponsel pintar dapat memiliki dampak positif pada konsentrasi dan prestasi akademik siswa. Sebagai contoh, studi oleh Wilmer et al. (2017) menunjukkan bahwa siswa yang membatasi penggunaan ponsel pintar mereka selama jam belajar menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam nilai akademik dan kemampuan konsentrasi. Selain itu, penelitian oleh Kushlev et al. (2019) menemukan bahwa intervensi sederhana seperti mengatur waktu penggunaan ponsel pintar dapat mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Meskipun banyak penelitian telah mengeksplorasi dampak adiksi ponsel pintar pada berbagai aspek kehidupan remaja, masih ada beberapa gap yang perlu diperhatikan. Sebagian besar penelitian yang ada berfokus pada populasi di negara-negara Barat, sementara data dari negara berkembang seperti Indonesia masih sangat terbatas. Selain itu, penelitian yang menghubungkan adiksi ponsel pintar dengan konsentrasi belajar masih belum banyak dilakukan di Indonesia, khususnya di kalangan pelajar SMA. Padahal, pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan ini sangat penting mengingat tingginya penetrasi ponsel pintar dan penggunaan internet di kalangan remaja di Jakarta.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan memfokuskan pada populasi pelajar di Jakarta, yang memiliki karakteristik demografis dan sosial yang berbeda dari populasi di negara-negara Barat. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengisi kesenjangan dalam literatur yang ada, tetapi juga memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman global tentang bagaimana adiksi ponsel pintar mempengaruhi konsentrasi belajar di kalangan pelajar. Urgensi penelitian ini juga didorong oleh peningkatan penggunaan teknologi digital di kalangan remaja, yang berpotensi membawa dampak negatif pada perkembangan kognitif dan prestasi akademik mereka. Dalam konteks ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru yang dapat digunakan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi adiksi ponsel pintar di kalangan pelajar di Indonesia.

Penelitian ini juga memiliki urgensi dalam kaitannya dengan kebijakan pendidikan dan kesehatan mental di Indonesia. Dengan tingginya angka adiksi ponsel pintar di kalangan pelajar, ada kebutuhan mendesak untuk memahami dampaknya terhadap konsentrasi belajar dan prestasi akademik. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengambil kebijakan dalam merumuskan strategi yang lebih efektif untuk mengatasi masalah ini dan meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara tingkat adiksi ponsel pintar dengan konsentrasi belajar pada pelajar SMA di Jakarta. Melalui analisis data yang komprehensif, penelitian ini berharap dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat adiksi ponsel pintar dan bagaimana hal ini berdampak pada kemampuan konsentrasi siswa. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengembangkan model intervensi yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat adiksi ponsel pintar dan meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

Implikasi dari penelitian ini sangat luas, terutama dalam konteks peningkatan kualitas pendidikan dan kesehatan mental di kalangan pelajar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk merumuskan kebijakan yang lebih efektif dalam mengatasi adiksi ponsel pintar di kalangan pelajar, serta untuk mengembangkan strategi intervensi yang dapat diterapkan oleh sekolah dan orang tua. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada literatur akademis, tetapi juga memiliki dampak praktis yang signifikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan dan prestasi akademik siswa di Indonesia.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional yang menggunakan pendekatan

cross sectional yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran untuk mengetahui hubungan antara indikator adiksi ponsel pintar terhadap konsentrasi belajar pada pelajar SMAN 47 Jakarta. Dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Smartphone Addiction Scale Short Version* dan *Learning Concentration*. Penelitian

berlangsung dari September 2021-Juni 2022 dengan pengambilan sampel melalui aplikasi *Google Form* pada kelas XI SMAN 47 Jakarta pada tahun ajaran 2021/2022.

Hasil

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil karakteristik Pelajar kelas XI SMA 47 Jakarta sebagai berikut.

Karakteristik	N	%
Indikasi Adiksi Ponsel Pintar		
Adiksi	161	64,6%
Tidak Terindikasi Adiksi	88	35,3%
Konsentrasi Belajar		
Konsentrasi Belajar Tinggi	50	20,1%
Konsentrasi Belajar Sedang	182	73,1%
Konsentrasi Belajar Rendah	17	6,83%

Hubungan tingkat indikasi adiksi ponsel pintar dengan konsentrasi belajar sebagai berikut.

Indikasi Adiksi Ponsel Pintar	Konsentrasi Belajar			Nilai P
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Indikasi Adiksi	12(7,45%)	120(74,53%)	29(18,01%)	0,506*
Tidak Terindikasi Adiksi	5(5,68%)	62(70,45%)	21(23,86%)	

*Uji *chi square*

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara indikator tingkat adiksi ponsel pintar dengan konsentrasi belajar pada pelajar SMAN 47 Jakarta periode September 2021-Juni 2022. Berikut ini akan dibahas uraian mengenai hasil penelitian dengan keterbatasan dari penelitian ini. Penelitian diikuti oleh 1 angkatan kelas XI SMAN 47 Jakarta yang meliputi kelas IPA dan IPS. Responden yang setuju untuk mengikuti penelitian sebanyak 249 responden. Penelitian dilakukan 1 tahap, tidak ada responden *drop out* karena penelitian hanya dilaksanakan 1 kali.

Hasil penelitian ini terdapat 161 (64,6%) responden terindikasi adiksi terhadap ponsel pintar dan sebanyak 88 (35,3%) responden memiliki hasil tidak terindikasi adiksi dengan penggunaan kuesioner *Smartphone addiction scale short version (SAS-SV)*. Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Kemendikbud,2018) pada penelitian tersebut didapatkan juga hasil pada anak SMA di Jakarta, Jawa Barat dan Banten bahwa anak-anak SMA tersebut terindikasi adiksi ponsel pintar. Hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian (Aulia,2019) yang mendapatkan hasil indikasi adiksi ponsel pintar terletak pada

kategori rendah dimana menurut peneliti indikasi adiksi ponsel pintar tidak hanya dipengaruhi dari durasi maupun aplikasi penggunaan pada ponsel pintar tetapi juga dipengaruhi dari tipe kepribadian, stres akademik, jenis kelamin serta kualitas lingkungan pergaulan.

Pada penelitian sebelumnya terhubung juga dengan situasi dirumah, *self esteem* pada remaja, lingkungan pergaulan dan lingkungan sekolah. Pada penelitian (Buctot, et al, 2020) remaja di Philipina sebanyak 62,6 % mengalami smartphone addiction di mana memberikan efek pada kehidupan remaja di Philipina. Terutama di aspek kesehatan, aktivitas fisik, hubungan intrapersonal, manajemen stres, dan kesehatan secara spiritual.

Pada penelitian ini, konsentrasi belajar sedang merupakan konsentrasi belajar yang memiliki hasil paling tinggi sebanyak 182(73,1%). Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Komang, 2021) bahwa tingkat konsentrasi siswa di Bali dengan pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19 memiliki tingkat konsentrasi belajar rendah 188 (55%). Konsentrasi belajar dapat dipengaruhi baik dari diri pribadi maupun lingkungan. Konsentrasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh penggunaan ponsel pintar. Pada aspek pribadi konsentrasi belajar dipengaruhi atas minat siswa tersebut dengan pelajaran yang sedang dipelajari, pengaruh dukungan orang tua, lingkungan belajar yang kondusif, kesiapan mental dalam proses belajar. Dukungan orang tua dalam proses belajar mengajar merupakan salah satu faktor paling penting dalam proses pembelajaran. Menurut Penelitian (Yuliana et al, 2021) orang tua merupakan salah satu faktor pendukung dalam terciptanya lingkungan belajar yang kondusif sehingga dapat mempengaruhi konsentrasi anak dalam pembelajaran, terutama di masa Pandemi Covid-19 ini yang pembelajarannya masih banyak dilakukan via daring.

Penelitian ini mendapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara indikasi adiksi dan konsentrasi belajar. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian (Kemendikbud 2018) yang mengatakan ada hubungan antara tingkat adiksi dan konsentrasi belajar karena adiksi ponsel pintar mengganggu proses penerimaan informasi dalam kegiatan belajar mengajar yang dapat mempengaruhi hasil belajar seorang siswa. Pada Penelitian (Bintari, 2021) disarankan adanya kerjasama antara pihak sekolah, guru serta orang tua dalam pengendalian penggunaan ponsel pintar sehingga penggunaan ponsel pintar yang seharusnya dilakukan untuk proses pembelajaran bisa menjadi lebih efektif lagi. Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian yang dapat mempengaruhi hasil penelitian sebagai berikut :

- (1) Kondisi pandemi menyebabkan durasi penggunaan ponsel pintar menjadi meningkat dari kondisi sebelum pandemi.
- (2) Responden tidak menjawab dengan jujur atau bahkan responden tidak menyadari apakah ada gangguan konsentrasi belajar. Hal ini disebabkan karena minimalnya evaluasi belajar pada masa pandemic seperti dihilangkan Ujian Nasional yang merupakan salah satu sarana evaluasi hasil belajar pada siswa.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara indikasi tingkat adiksi ponsel pintar dengan konsentrasi belajar pada pelajar SMAN 47 Jakarta. Meskipun 64,6% responden terindikasi mengalami adiksi ponsel pintar, hal ini tidak secara langsung mempengaruhi tingkat konsentrasi belajar mereka. Mayoritas responden memiliki konsentrasi belajar pada tingkat sedang, yang mencerminkan bahwa adiksi ponsel pintar tidak menjadi faktor dominan yang mempengaruhi konsentrasi belajar.

Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa konsentrasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh penggunaan ponsel pintar, tetapi juga oleh faktor lain seperti minat terhadap pelajaran, dukungan orang tua, lingkungan belajar yang

kondusif, dan kesiapan mental siswa. Meskipun penelitian ini berbeda dengan temuan dari beberapa studi lain, seperti yang dilakukan oleh Kemendikbud (2018) dan Bintari (2021), yang menemukan adanya hubungan antara adiksi ponsel pintar dan konsentrasi belajar, hasil dari penelitian ini menekankan pentingnya faktor-faktor personal dan lingkungan dalam mempengaruhi konsentrasi belajar siswa.

Adapun saran untuk penelitian selanjutnya, perlu dilakukan evaluasi yang lebih mendalam mengenai variabel lain yang mungkin mempengaruhi konsentrasi belajar, seperti tingkat stres, kualitas tidur, dan interaksi sosial. Selain itu, penelitian lebih lanjut juga perlu mempertimbangkan kondisi pascapandemi, di mana pola penggunaan ponsel pintar dan metode pembelajaran mungkin telah berubah. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang lebih komprehensif dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar siswa di era digital ini.

Referensi

- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61-79.
- Li, L., Griffiths, M. D., Niu, Z., Mei, S., & Tian, Y. (2018). A systematic review of adolescent problematic smartphone use and its relationship with psychosocial variables. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2392.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive medicine reports*, 12, 271-283.
- Lee, H., Ahn, H., Choi, S., & Choi, W. (2014). The SAMS: Smartphone addiction management system and verification. *Journal of medical systems*, 38(1), 1-10.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207, 251-259.
- Hadlington, L. (2015). Cognitive failures in daily life: Exploring the link with Internet addiction and problematic mobile phone use. *Computers in Human Behavior*, 51, 75-81.
- Chen, Y. F., & Peng, S. S. (2016). University students' Internet use and its relationships with academic performance, interpersonal relationships, psychosocial adjustment, and self-evaluation. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4), 467-469.
- Alavi, S. S., Maracy, M. R., Jannatifard, F., Eslami, M., & Haghghi, M. (2020). The psychometric properties of the smartphone addiction scale in Iranian adolescents. *International Journal of Preventive Medicine*, 11.
- Wilmer, H. H., Sherman, L. E., & Chein, J. M. (2017). Smartphones and cognition: A review of research exploring the links between mobile technology habits and cognitive functioning. *Frontiers in Psychology*, 8, 605.

- Kushlev, K., Proulx, J. D., & Dunn, E. W. (2019). Digitally connected, socially disconnected: The effects of relying on technology rather than other people. *Computers in Human Behavior*, 91, 313-318.
- Statista. (2023). Percentage of smartphone users in Indonesia from 2016 to 2023. Retrieved from Statista.
- WHO. (2021). Adolescent health. Retrieved from [WHO](#).
- Universitas Indonesia. (2022). Survei penggunaan ponsel pintar di kalangan pelajar Jakarta. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2015). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students. *Computers in Human Behavior*, 31, 343-350.
- Lin, Y. H., Chiang, C. L., Lin, P. H., Chang, L. R., Ko, C. H., Lee, Y. H., & Yang, Y. C. (2017). Proposed diagnostic criteria for smartphone addiction. *PloS one*, 11(11), e0163010.
- Elhai, J. D., Vasquez, J. K., Lustgarten, S. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Understanding relations between smartphone addiction and anxiety: A meta-analysis. *Addictive behaviors*, 78, 19-26.
- Hadlington, L., & Murphy, P. (2015). Academic performance and problematic mobile phone use among adolescents. *Computers & Education*, 81, 374-383.
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: a cross-sectional study among medical college students. *BMC Psychiatry*, 17(1), 341.
- Alavi, S. S., Maracy, M. R., Jannatifard, F., Eslami, M., & Haghghi, M. (2020). The role of impulsivity in smartphone addiction among Iranian adolescents. *Journal of Research in Health Sciences*, 11, 334-342.