

Bahaya Gadget bagi Anak Usia Sekolah Dasar di Era Digital

Khofiatun^{1*}, Syaifudin²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Brebes, Indonesia

Article Info

Article history:

Received 22-02-2026

Accepted 26-02-2026

Published 27-02-2026

Keywords:

Gadget
Elementary school children
Learning concentration
Social behavior
Digital generation

ABSTRACT

The rapid development of digital technology has encouraged elementary school students to become part of a generation that is highly familiar with gadgets. This condition raises concerns regarding the negative impacts of gadget use on children's academic, psychosocial, and health aspects. This study aims to analyze the dangers of gadget use among students at Al Fatih Islamic Elementary School, Paguyangan, and to identify the relationship between the intensity of gadget use and learning concentration as well as social behavior. The research employed a quantitative design with a correlational survey approach. The sample consisted of 60 students from grades IV–VI. The research instruments included a gadget use intensity questionnaire, a learning concentration scale, and a social behavior scale. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson correlation tests. The results indicated a significant negative relationship between the intensity of gadget use and learning concentration ($r = -0.61$; $p < 0.01$) as well as social behavior ($r = -0.54$; $p < 0.01$). These findings extend previous studies by emphasizing the importance of a digital generation perspective (Generation Z and Generation Alpha) in understanding the risks of gadget use among elementary school-aged children.

gadgets, elementary school children, learning concentration, social behavior, digital generation

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



*Corresponding Author:

Khofiatun

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Brebes, Indonesia

Email: khofiatun@umbs.ac.id

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah merevolusi pola interaksi, belajar, dan bermain anak usia sekolah dasar (SD). Perangkat gadget—seperti telepon pintar dan tablet—kini tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai medium pembelajaran dan komunikasi. Di tengah arus percepatan teknologi yang ditandai dengan karakter Generasi Z dan Generasi Alpha yang lekat dengan layar, muncul persoalan baru terkait keseimbangan antara pemanfaatan teknologi dan kesehatan perkembangan anak. Meskipun gadget menyediakan akses informasi dan konten edukatif, penggunaan yang tidak terkontrol pada anak usia SD dilaporkan berkorelasi dengan penurunan konsentrasi belajar, gangguan regulasi emosi, serta berkurangnya kualitas interaksi sosial tatap muka. Sejumlah studi menunjukkan bahwa durasi layar yang berlebihan berkaitan dengan masalah perhatian dan

perilaku (Twenge, 2023). Namun demikian, bukti empiris yang mengaitkan intensitas penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar dan perilaku sosial pada konteks sekolah dasar berbasis karakter masih relatif terbatas, sehingga diperlukan penguatan temuan melalui pengukuran yang terstandar dan analisis statistik yang memadai.

Fase usia SD merupakan periode kritis dalam pembentukan fungsi kognitif, disiplin belajar, dan kompetensi sosial anak. Pada tahap ini, kemampuan atensi, memori kerja, serta kontrol diri sedang berkembang dan sangat dipengaruhi oleh pola stimulasi lingkungan. Sejumlah kajian mutakhir menegaskan bahwa paparan layar berlebih pada anak usia sekolah berkaitan dengan peningkatan masalah perhatian dan regulasi emosi (Domoff et al., 2022; Madigan et al., 2023). Paparan teknologi yang tidak terkelola berpotensi menggeser pola belajar aktif menuju aktivitas pasif berbasis layar, sehingga menurunkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas serta menghambat pembentukan kebiasaan belajar yang terstruktur. Selain itu, interaksi yang didominasi oleh layar berisiko mengurangi kesempatan anak untuk melatih empati, kerja sama, dan keterampilan komunikasi langsung yang esensial bagi perkembangan sosial-emosional. Temuan ini sejalan dengan laporan global yang menunjukkan bahwa peningkatan perilaku sedentari berbasis layar berkorelasi dengan penurunan kualitas relasi sosial anak (World Health Organization, 2022; Kardefelt-Winther, 2023).

Dalam konteks masyarakat yang semakin melek teknologi, risiko tersebut tidak hanya ditentukan oleh lamanya waktu layar, tetapi juga oleh jenis aktivitas digital yang dikonsumsi anak. Aktivitas yang bersifat cepat, repetitif, dan individual—seperti permainan daring atau konten video singkat—cenderung memperkuat preferensi terhadap stimulasi instan dan dapat mengurangi toleransi terhadap proses belajar yang memerlukan fokus berkelanjutan. Pola ini berpotensi membentuk kebiasaan atensi terfragmentasi yang berdampak pada rendahnya kemampuan menyimak, membaca mendalam, dan menyelesaikan tugas secara mandiri.

Dampak penggunaan gadget yang tidak terkontrol juga dapat dilihat dari perubahan pola relasi sosial anak. Beberapa studi mutakhir menunjukkan bahwa paparan layar yang tinggi berkorelasi dengan penurunan keterampilan sosial dan kemampuan komunikasi verbal pada anak, karena waktu tatap muka yang berkurang digantikan oleh interaksi virtual yang terbatas (Kar et al., 2025; Swider-Cios, 2023). Ketika interaksi digital menggantikan interaksi tatap muka, kesempatan untuk belajar memahami ekspresi emosi, aturan sosial, dan keterampilan penyelesaian konflik menjadi terbatas, yang dapat memengaruhi kualitas hubungan dengan teman sebaya dan guru serta menurunkan partisipasi dalam kegiatan kolaboratif di kelas (Putri & Khadijah, 2024; APA, 2025). Penelitian kuantitatif juga mengungkapkan bahwa anak dengan durasi layar tinggi menunjukkan skor keterampilan sosial yang lebih rendah dibandingkan dengan anak yang menghabiskan waktu layar lebih sedikit, menekankan pentingnya batasan dan keterlibatan orang tua dalam mengatur penggunaan gadget (Studi Observasional 3–7 tahun; Screen Time Impact Report, 2025). Lebih jauh, paparan layar yang berlebihan telah dihubungkan dengan keterlambatan dalam perkembangan sosial-emosional, termasuk kemampuan membaca ekspresi nonverbal dan keterampilan pemecahan masalah interpersonal (Frontiers in Psychology, 2025; World Health Organization, 2022). Dengan demikian, persoalan penggunaan gadget tidak semata-mata berkaitan dengan aspek akademik, tetapi juga menyentuh dimensi pembentukan karakter dan kohesi sosial di lingkungan sekolah, yang memerlukan perhatian sistematis dari orang tua dan pendidik.

Atas dasar tersebut, kajian empiris yang mampu memetakan risiko penggunaan gadget secara terukur menjadi semakin urgen agar sekolah dan orang tua memiliki dasar ilmiah dalam merancang kebijakan pengasuhan digital dan intervensi pendidikan yang tepat.

Bukti kuantitatif mengenai relasi antara intensitas penggunaan gadget dengan indikator konsentrasi belajar dan perilaku sosial diperlukan untuk memperjelas arah intervensi, mulai dari pengaturan durasi layar, pemilihan konten, hingga penguatan aktivitas belajar dan bermain yang berbasis interaksi langsung. Upaya ini menjadi semakin relevan bagi satuan pendidikan yang menekankan pembentukan karakter dan interaksi sosial sebagai bagian integral dari proses pembelajaran.

Penelitian ini diarahkan untuk mendeskripsikan intensitas penggunaan gadget pada siswa SD Islam Al Fatih Paguyangan sekaligus menganalisis hubungan antara intensitas penggunaan tersebut dengan konsentrasi belajar dan perilaku sosial siswa. Pendekatan kuantitatif dipilih untuk memperoleh gambaran objektif mengenai pola penggunaan gadget dan keterkaitannya dengan dua indikator utama perkembangan belajar-sosial. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan tidak hanya memberikan potret deskriptif, tetapi juga bukti hubungan antarvariabel yang dapat dijadikan dasar pengambilan keputusan oleh pihak sekolah dan orang tua.

Kebaruhan penelitian ini terletak pada pengintegrasian perspektif generasi digital (Generasi Z dan Generasi Alpha) dengan pengukuran kuantitatif terhadap konsentrasi belajar dan perilaku sosial pada konteks sekolah dasar berbasis karakter. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang dominan menyoroti aspek klinis atau deskriptif, studi ini menempatkan budaya digital sebagai variabel kontekstual yang memediasi relasi antara intensitas penggunaan gadget dan hasil perkembangan belajar-sosial anak. Pendekatan tersebut diharapkan dapat memperluas temuan sebelumnya sekaligus memperkaya diskursus tentang pengasuhan dan pendidikan anak di era teknologi.

METODE

Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian ini dirumuskan hipotesis bahwa intensitas penggunaan gadget memiliki hubungan negatif dengan konsentrasi belajar siswa serta perilaku sosial mereka. Temuan dari studi sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan gadget berlebihan, terutama yang bersifat non-edukatif, berkaitan dengan penurunan kemampuan fokus dan pemrosesan informasi pada anak usia sekolah dasar (Febriani et al., 2025). Selain itu, kajian scoping review terbaru mengindikasikan bahwa peningkatan durasi waktu layar secara konsisten berkorelasi dengan kesulitan dalam memusatkan perhatian dan keterbatasan dalam proses pembelajaran yang berkelanjutan pada anak (Leonhardt et al., 2025). Di samping itu, hubungan antara paparan layar yang tinggi dan masalah emosional serta perilaku sosial telah dilaporkan dalam penelitian kuantitatif yang menunjukkan bahwa peningkatan waktu layar secara signifikan berkaitan dengan peningkatan gejala masalah perilaku dan emosional pada anak usia sekolah (Dauhan et al., 2025). Dasar empiris ini mendukung hipotesis penelitian bahwa intensitas penggunaan gadget berpotensi berdampak negatif pada konsentrasi belajar dan parameter perilaku sosial siswa.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan survei korelasional yang bertujuan untuk mengidentifikasi derajat hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar dan perilaku sosial siswa tanpa memberikan perlakuan eksperimental. Desain korelasional dipilih karena sesuai untuk mengkaji keterkaitan antarvariabel pada konteks alami sekolah dasar serta memungkinkan peneliti memperoleh estimasi kekuatan dan arah hubungan secara objektif melalui pengukuran terstandar (Creswell & Creswell, 2023). Pendekatan survei digunakan untuk menghimpun data pada

satu waktu pengukuran (cross-sectional), sehingga potret hubungan antarvariabel dapat direpresentasikan secara komprehensif pada periode penelitian (Leedy & Ormrod, 2022).

Pemilihan desain ini juga sejalan dengan praktik penelitian mutakhir mengenai dampak screen time pada perkembangan anak yang banyak memanfaatkan survei korelasional untuk menguji asosiasi antara paparan layar dan indikator kognitif maupun sosial (Madigan et al., 2023; Domoff et al., 2022). Dengan desain ini, variabel bebas berupa intensitas penggunaan gadget dioperasionalisasikan melalui indikator durasi, frekuensi, dan jenis aktivitas digital, sedangkan variabel terikat mencakup konsentrasi belajar dan perilaku sosial yang diukur menggunakan skala psikometrik. Hubungan antarvariabel dianalisis tanpa intervensi langsung, sehingga temuan merefleksikan kondisi empiris yang terjadi pada siswa di lingkungan sekolah dasar.

Selain itu, desain korelasional dipandang relevan dalam konteks generasi digital dengan menempatkan Generasi Z sebagai kelompok orang tua muda yang berperan dalam pengasuhan digital, serta Generasi Alpha sebagai kelompok siswa yang menjadi subjek utama paparan teknologi. Perspektif ini memungkinkan peneliti memetakan pola keterkaitan antara praktik pengasuhan berbasis teknologi oleh orang tua Gen Z dan kebiasaan digital sehari-hari siswa Gen Alpha dengan hasil belajar dan relasi sosial secara sistematis. Kajian terbaru menunjukkan bahwa desain non-eksperimental dengan analisis asosiasi merupakan pendekatan yang efektif untuk menilai risiko penggunaan gadget terhadap atensi dan perilaku sosial anak pada setting pendidikan dasar (Kardefelt-Winther, 2023; WHO, 2022). Oleh karena itu, desain penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran empiris yang valid mengenai relasi antara budaya pengasuhan digital orang tua Gen Z dan kualitas perkembangan belajar-sosial siswa Gen Alpha.

Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dilaksanakan secara bertahap dan sistematis dengan mengacu pada prinsip penelitian kuantitatif non-eksperimental yang menekankan keterukuran variabel, konsistensi prosedur, serta replikasi temuan (Creswell & Creswell, 2023). Perancangan langkah-langkah penelitian didasarkan pada kerangka survei korelasional yang bertujuan memetakan hubungan antarvariabel tanpa manipulasi perlakuan, sehingga hasil yang diperoleh merefleksikan kondisi empiris subjek penelitian (Leedy & Ormrod, 2022). Selain itu, tahapan prosedural disusun untuk menjamin validitas internal melalui pengendalian bias pengukuran dan validitas eksternal melalui pemilihan konteks alami sekolah dasar (Madigan et al., 2023; Domoff et al., 2022). Dengan landasan teoritis tersebut, penelitian ini mengimplementasikan langkah-langkah praktis berikut:

- a. Studi pendahuluan dan perizinan penelitian
 - 1) Peneliti datang langsung ke sekolah untuk melakukan observasi awal di kelas terkait kebiasaan siswa menggunakan gadget.
 - 2) Peneliti melakukan wawancara singkat dengan wali kelas mengenai perilaku belajar siswa dan aturan penggunaan gadget di sekolah.
 - 3) Peneliti mengajukan surat izin penelitian kepada kepala sekolah.
 - 4) Peneliti membagikan lembar persetujuan (informed consent) kepada orang tua siswa melalui wali kelas untuk mendapatkan izin tertulis.
- b. Penyusunan instrumen penelitian
 - 1) Peneliti menyusun kisi-kisi angket intensitas penggunaan gadget (durasi penggunaan per hari, jenis aplikasi, dan frekuensi penggunaan).
 - 2) Peneliti menyusun skala konsentrasi belajar dan skala perilaku sosial dalam bentuk pernyataan sederhana yang mudah dipahami siswa SD.

- 3) Instrumen disusun menggunakan skala Likert 4 pilihan (selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah).
- c. Uji coba instrumen (pilot study)
 - 1) Peneliti mengujicobakan angket kepada siswa SD di luar sampel penelitian.
 - 2) Peneliti mengolah hasil uji coba menggunakan program statistik untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen.
 - 3) Item yang tidak valid direvisi redaksinya atau dihapus.
- d. Pelaksanaan pengumpulan data
 - 1) Peneliti menentukan jadwal pengisian angket bersama pihak sekolah.
 - 2) Peneliti masuk ke kelas sesuai jadwal yang ditentukan.
 - 3) Peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan cara mengisi angket kepada siswa.
 - 4) Angket dibagikan dalam bentuk lembar kertas kepada seluruh responden.
 - 5) Siswa mengisi angket secara mandiri di kelas selama ± 30 menit dengan pendampingan guru dan peneliti.
 - 6) Peneliti mengumpulkan kembali angket yang telah diisi dan memeriksa kelengkapannya.
- e. Pengolahan data
 - 1) Peneliti memberi kode pada setiap angket responden.
 - 2) Data hasil angket dimasukkan ke dalam program statistik (misalnya SPSS).
 - 3) Peneliti melakukan pengecekan data ganda dan data kosong.
 - 4) Peneliti melakukan uji normalitas dan linearitas data.
- f. Analisis data
 - 1) Peneliti menghitung nilai rata-rata dan persentase untuk setiap variabel.
 - 2) Peneliti melakukan uji korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antara penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar dan perilaku sosial.
 - 3) Peneliti menentukan signifikansi hasil analisis pada taraf 5%.
- g. Pelaporan hasil penelitian
 - 1) Peneliti menyusun hasil penelitian dalam bentuk tabel dan narasi deskriptif.
 - 2) Peneliti mengaitkan hasil analisis dengan teori dan penelitian sebelumnya.
 - 3) Peneliti menyusun laporan penelitian dalam bentuk artikel ilmiah.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas IV–VI SD Islam Al Fatih Paguyangan yang berjumlah 75 siswa. Penentuan populasi pada jenjang kelas menengah dan atas SD didasarkan pada pertimbangan perkembangan kognitif dan kemampuan responden dalam memahami instrumen angket secara mandiri, sehingga data yang diperoleh lebih reliabel (Creswell & Creswell, 2023). Dari populasi tersebut dipilih sampel sebanyak 60 siswa menggunakan teknik *proportional random sampling* untuk menjamin keterwakilan proporsional setiap tingkat kelas serta meminimalkan bias seleksi. Teknik ini memungkinkan distribusi sampel mencerminkan struktur populasi berdasarkan strata kelas, sehingga estimasi parameter populasi menjadi lebih akurat (Kish, 2022).

Pemilihan ukuran sampel yang mendekati total populasi (80%) dimaksudkan untuk meningkatkan kekuatan statistik (*statistical power*) dalam pengujian hubungan antarvariabel serta mengurangi kesalahan pengambilan sampel (*sampling error*). Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi penelitian survei pada populasi kecil yang menyarankan proporsi sampel besar agar variabilitas karakteristik responden dapat terwakili secara memadai (Creswell & Creswell, 2023). Dengan demikian, sampel yang digunakan diharapkan mampu merepresentasikan karakteristik siswa secara komprehensif serta memberikan dasar yang kuat bagi generalisasi temuan pada konteks sekolah dasar dengan karakteristik serupa.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian disusun untuk memastikan alur pengukuran setiap variabel berjalan sistematis, konsisten, dan dapat direplikasi pada konteks yang serupa. Perancangan instrumen didasarkan pada kerangka pengukuran perilaku penggunaan media digital anak yang menekankan dimensi durasi, frekuensi, dan konteks aktivitas layar sebagai indikator paparan utama (Madigan et al., 2023; Kardefelt-Winther, 2023). Selain itu, pengukuran konsentrasi belajar dan perilaku sosial dirumuskan dengan mengacu pada konstruk atensi berkelanjutan, ketekunan tugas, serta kualitas interaksi teman sebaya yang relevan bagi usia sekolah dasar (Domoff et al., 2022; WHO, 2022). Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi metodologis mutakhir yang menekankan penggunaan skala psikometrik sederhana, berbahasa mudah, dan sesuai perkembangan kognitif anak agar meminimalkan bias pemahaman responden (Creswell & Creswell, 2023). Dengan dasar teoritis tersebut, rincian instrumen dan langkah penggunaannya disusun sebagai berikut:

- a. Angket Intensitas Penggunaan Gadget
 - 1) Tujuan: Mengukur tingkat paparan gadget siswa.
 - 2) Indikator: (a) durasi penggunaan per hari (hari sekolah dan hari libur), (b) frekuensi penggunaan, (c) jenis aktivitas (game, video hiburan, pembelajaran, media sosial).
 - 3) Bentuk item: Pernyataan skala Likert 4 pilihan (selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah).
 - 4) Prosedur pengisian: Siswa mengisi angket di kelas dengan pendampingan guru; peneliti memberikan contoh cara menjawab.
 - 5) Skoring: Skor dijumlahkan untuk memperoleh kategori rendah, sedang, dan tinggi.
- b. Skala Konsentrasi Belajar
 - 1) Tujuan: Mengukur kemampuan fokus siswa saat pembelajaran.
 - 2) Indikator: (a) perhatian terhadap penjelasan guru, (b) ketekunan mengerjakan tugas, (c) kemampuan menyelesaikan tugas tanpa terdistraksi gadget.
 - 3) Bentuk item: Pernyataan positif dan negatif dengan skala Likert 4 pilihan.
 - 4) Prosedur pengisian: Diisi setelah jam pelajaran inti untuk merefleksikan pengalaman belajar hari itu.
 - 5) Skoring: Skor total menunjukkan tingkat konsentrasi rendah–tinggi.
- c. Skala Perilaku Sosial
 - 1) Tujuan: Mengukur kualitas interaksi sosial siswa.
 - 2) Indikator: (a) interaksi dengan teman sebaya, (b) empati dan kepedulian, (c) kerja sama dalam kegiatan kelompok.
 - 3) Bentuk item: Pernyataan situasional berbasis aktivitas sekolah.
 - 4) Prosedur pengisian: Diisi bersamaan dengan skala konsentrasi untuk menjaga konsistensi kondisi responden.
 - 5) Skoring: Skor diakumulasikan untuk menentukan kategori perilaku sosial rendah, sedang, dan tinggi.
- d. Langkah Penggunaan Instrumen di Lapangan
 - 1) Menjelaskan tujuan setiap angket kepada siswa.
 - 2) Membagikan instrumen secara berurutan: (1) angket gadget, (2) skala konsentrasi, (3) skala perilaku sosial.
 - 3) Mengawasi proses pengisian untuk mencegah diskusi antarresponden.
 - 4) Mengumpulkan dan memeriksa kelengkapan jawaban sebelum siswa meninggalkan kelas.

Instrumen diuji menggunakan uji validitas product moment dan reliabilitas Cronbach's Alpha ($\alpha > 0,70$). Selain kuesioner utama tersebut, peneliti juga mempersiapkan lembar pengamatan perilaku digital siswa (observasi terstruktur) yang dapat dilengkapi oleh guru atau pengamat lapangan untuk memvalidasi data kuesioner — seperti tanda-tanda gangguan perhatian saat pembelajaran atau waktu istirahat, serta frekuensi siswa beralih dari aktivitas belajar ke aktivitas gadget tanpa instruksi.

Instrumen tersebut dirancang agar mampu menangkap fenomena penggunaan gadget dalam berbagai dimensi — durasi, konteks, pola, serta kontrol lingkungan (terutama peran orang tua) — sehingga analisis selanjutnya dapat menggambarkan hubungan antara intensitas gadget dan aspek perkembangan sosial-emosional siswa SD.

Analisis Statistik

Analisis statistik dilakukan secara bertahap untuk memastikan bahwa pengujian hipotesis didasarkan pada data yang memenuhi prasyarat analisis dan dapat diinterpretasikan secara valid. Tahap pertama adalah statistik deskriptif yang digunakan untuk menggambarkan profil variabel penelitian, meliputi rerata (mean), simpangan baku, serta persentase kategori intensitas penggunaan gadget, konsentrasi belajar, dan perilaku sosial. Pendekatan ini bertujuan memberikan gambaran umum kecenderungan data dan sebaran karakteristik responden sebelum dilakukan analisis inferensial (Creswell & Creswell, 2023; Pallant, 2023).

Tahap kedua adalah pengujian hubungan antarvariabel menggunakan uji korelasi Pearson. Uji ini dipilih karena variabel penelitian berskala interval dan memenuhi asumsi distribusi normal serta hubungan linear. Korelasi Pearson digunakan untuk mengestimasi arah dan kekuatan hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar serta perilaku sosial siswa. Nilai koefisien korelasi (r) diinterpretasikan berdasarkan kriteria kekuatan hubungan, yaitu rendah, sedang, atau kuat, sehingga memungkinkan pemaknaan substantif terhadap temuan statistik (Field, 2023; Pallant, 2023).

Tahap ketiga adalah pengujian signifikansi statistik pada taraf kesalahan 5% ($p < 0,05$) untuk menentukan apakah hubungan yang ditemukan terjadi secara kebetulan atau mencerminkan pola empiris yang bermakna. Selain itu, sebelum uji korelasi dilakukan, data diuji prasyaratnya melalui uji normalitas dan uji linearitas guna memastikan kesesuaian metode analisis dengan karakteristik data. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik sehingga perhitungan koefisien korelasi dan nilai signifikansi dapat diperoleh secara akurat dan replikatif (Creswell & Creswell, 2023; Field, 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil penelitian disajikan secara bertahap dari gambaran umum hingga temuan yang lebih spesifik. Secara deskriptif, profil penggunaan gadget pada siswa menunjukkan kecenderungan pada kategori sedang hingga tinggi. Distribusi responden memperlihatkan bahwa sebagian besar siswa menggunakan gadget dalam durasi yang relatif panjang setiap hari, terutama untuk aktivitas hiburan seperti bermain gim dan menonton video. Temuan ini mengindikasikan bahwa gadget telah menjadi bagian dari rutinitas harian siswa dan berpotensi memengaruhi pola belajar serta interaksi sosial mereka di sekolah.

Tabel 1. Intensitas Penggunaan Gadget

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	12	20%
Sedang	28	47%
Tinggi	20	33%

Berdasarkan Tabel 1, sebanyak 47% siswa berada pada kategori penggunaan gadget sedang dan 33% berada pada kategori tinggi, sedangkan hanya 20% yang berada pada kategori rendah. Proporsi ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa terpapar gadget dalam intensitas yang cukup signifikan. Secara substantif, kondisi tersebut menggambarkan bahwa waktu layar (screen time) telah menjadi aktivitas dominan di luar jam sekolah. Dominasi kategori sedang dan tinggi juga mengisyaratkan potensi risiko terhadap konsentrasi belajar, terutama jika penggunaan gadget tidak diimbangi dengan pengaturan waktu dan aktivitas belajar yang terstruktur.

Analisis selanjutnya difokuskan pada hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan konsentrasi belajar siswa. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel ($r = -0,61$; $p < 0,01$). Nilai koefisien korelasi ini berada pada kategori kuat, yang berarti bahwa peningkatan intensitas penggunaan gadget cenderung diikuti oleh penurunan konsentrasi belajar. Secara empiris, temuan ini tercermin pada laporan siswa yang sering mengalami kesulitan memusatkan perhatian saat pelajaran berlangsung, lebih mudah terdistraksi oleh pikiran untuk bermain gim atau menonton video, serta membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugas akademik. Pola ini memperlihatkan bahwa paparan layar yang tinggi dapat mengganggu kemampuan atensi berkelanjutan yang sangat dibutuhkan dalam proses belajar di kelas.

Hubungan antara intensitas penggunaan gadget dan perilaku sosial siswa juga menunjukkan pola yang serupa. Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan ($r = -0,54$; $p < 0,01$). Nilai ini berada pada kategori sedang hingga kuat, yang menandakan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan gadget, semakin rendah kualitas interaksi sosial siswa. Secara deskriptif, siswa dengan penggunaan gadget tinggi cenderung lebih sering menyendiri, kurang terlibat dalam kegiatan kelompok, serta menunjukkan kecenderungan berkomunikasi lebih pasif dengan teman sebaya. Sebaliknya, siswa dengan intensitas penggunaan gadget rendah lebih banyak terlibat dalam aktivitas bermain bersama, diskusi kelompok, dan menunjukkan respons sosial yang lebih positif.

Jika ditinjau secara komparatif, pengaruh intensitas penggunaan gadget tampak lebih kuat terhadap konsentrasi belajar dibandingkan perilaku sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa dampak pertama yang paling nyata dari paparan gadget adalah pada aspek kognitif, khususnya kemampuan fokus dan ketekunan belajar. Dampak pada perilaku sosial muncul sebagai konsekuensi lanjutan ketika waktu interaksi langsung dengan teman sebaya semakin berkurang akibat dominasi aktivitas berbasis layar. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan suatu pola berjenjang: peningkatan penggunaan gadget memengaruhi fokus belajar terlebih dahulu, kemudian berdampak pada kualitas relasi sosial.

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gadget merupakan variabel yang memiliki keterkaitan erat dengan dua aspek penting perkembangan siswa, yaitu konsentrasi belajar dan perilaku sosial. Hubungan negatif yang konsisten pada kedua variabel tersebut menegaskan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan tidak hanya berdampak pada ranah akademik, tetapi juga pada dimensi sosial-

emosional anak. Hasil ini memberikan gambaran empiris bahwa pengelolaan penggunaan gadget pada anak usia SD perlu menjadi perhatian utama, baik oleh pihak sekolah maupun orang tua, agar perkembangan kognitif dan sosial siswa dapat berlangsung secara seimbang.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa intensitas penggunaan gadget memiliki hubungan negatif yang bermakna dengan konsentrasi belajar dan perilaku sosial siswa. Secara teoretis, hasil ini konsisten dengan model attentional displacement yang menyatakan bahwa waktu layar yang tinggi menggantikan aktivitas yang menuntut fokus berkelanjutan dan interaksi sosial langsung, sehingga mengurangi kesempatan anak untuk melatih atensi dan regulasi diri (Domoff et al., 2022; Kardefelt-Winther, 2023). Namun, kontribusi utama penelitian ini terletak pada pemetaan konteks lintas generasi, yakni posisi orang tua sebagai Generasi Z dan siswa sebagai Generasi Alpha. Dalam kerangka ini, penggunaan gadget tidak hanya dipahami sebagai perilaku individual anak, tetapi sebagai produk dari praktik pengasuhan digital orang tua muda yang juga tumbuh dalam budaya layar. Dengan demikian, relasi gadget–konsentrasi–perilaku sosial dipengaruhi oleh ekologi digital keluarga, bukan semata durasi penggunaan.

Kebaruan (novelty) penelitian ini muncul pada dua aspek. Pertama, temuan menunjukkan bahwa dampak negatif terhadap konsentrasi belajar lebih kuat dibandingkan dampak terhadap perilaku sosial, mengindikasikan urutan efek yang bersifat berjenjang: gangguan atensi muncul lebih awal, kemudian diikuti penurunan kualitas interaksi sosial. Pola berjenjang ini memperluas temuan sebelumnya yang umumnya melaporkan dampak simultan tanpa membedakan kekuatan efek. Kedua, integrasi perspektif generasi (Gen Z sebagai orang tua dan Gen Alpha sebagai siswa) memperkaya interpretasi dengan menempatkan praktik pengasuhan digital sebagai variabel kontekstual yang memediasi paparan gadget. Artinya, bukan hanya berapa lama anak menggunakan gadget yang penting, tetapi juga bagaimana aturan, teladan, dan kontrol orang tua Gen Z membingkai penggunaan tersebut. Perspektif ini memperluas literatur yang selama ini lebih fokus pada aspek klinis atau perilaku anak semata.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya intervensi ganda pada level sekolah dan keluarga. Pada level sekolah, penguatan strategi pembelajaran yang menuntut fokus berkelanjutan (misalnya pembelajaran berbasis proyek dan kerja kelompok) dapat menjadi kompensasi terhadap kecenderungan atensi terfragmentasi. Pada level keluarga, program literasi pengasuhan digital bagi orang tua Gen Z perlu diarahkan pada pembentukan aturan waktu layar, kurasi konten, serta keteladanan penggunaan gadget di rumah. Dengan demikian, intervensi tidak berhenti pada pembatasan teknis, tetapi menysasar perubahan praktik pengasuhan digital.

Meski demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain korelasional tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal, sehingga hubungan yang ditemukan tidak dapat ditafsirkan sebagai sebab-akibat. Kedua, data diperoleh melalui laporan diri siswa, yang rentan terhadap bias persepsi dan keinginan memberi jawaban yang dianggap benar secara sosial. Ketiga, konteks penelitian yang terbatas pada satu sekolah dasar berbasis karakter membatasi generalisasi temuan ke populasi yang lebih luas. Selain itu, variabel kontekstual seperti gaya pengasuhan spesifik orang tua Gen Z, kualitas konten digital, dan aktivitas non-layar anak belum diukur secara langsung.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau eksperimen semu untuk menguji arah kausalitas, melibatkan laporan orang tua dan guru untuk triangulasi data, serta memasukkan variabel mediasi seperti praktik pengasuhan digital dan kualitas konten. Dengan pengembangan tersebut, pemahaman

tentang bahaya gadget bagi anak usia SD dapat bergerak dari sekadar identifikasi risiko menuju perumusan strategi intervensi yang lebih presisi dan berbasis bukti.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa intensitas penggunaan gadget berhubungan negatif dengan konsentrasi belajar dan perilaku sosial siswa SD Islam Al Fatih Paguyangan. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan paparan layar cenderung diikuti oleh penurunan kemampuan fokus berkelanjutan, ketekunan dalam menyelesaikan tugas, serta kualitas interaksi dengan teman sebaya. Temuan ini memperlihatkan pola efek berjenjang, di mana gangguan atensi muncul sebagai dampak awal dan kemudian diikuti oleh penurunan kualitas relasi sosial ketika waktu interaksi tatap muka semakin tergeser oleh aktivitas berbasis layar. Dengan menempatkan orang tua sebagai Generasi Z dan siswa sebagai Generasi Alpha, hasil penelitian ini menegaskan bahwa dampak gadget tidak hanya bersumber dari durasi penggunaan, tetapi juga dari praktik pengasuhan digital yang membingkai cara anak berinteraksi dengan teknologi.

Penggunaan gadget yang tidak terkontrol berpotensi menghambat perkembangan akademik dan sosial anak melalui dua mekanisme utama, yakni fragmentasi perhatian dan reduksi kesempatan belajar sosial. Fragmentasi perhatian terjadi ketika anak terbiasa dengan stimulasi instan dan berpindah cepat antar-konten, sehingga toleransi terhadap aktivitas belajar yang menuntut fokus jangka panjang menurun. Reduksi kesempatan belajar sosial muncul ketika waktu bermain bersama dan kerja kelompok berkurang, sehingga latihan empati, komunikasi langsung, dan penyelesaian konflik menjadi terbatas. Temuan ini memperluas literatur sebelumnya dengan menunjukkan urutan dampak yang lebih spesifik serta menempatkan konteks lintas generasi sebagai variabel penjelas penting.

Meskipun demikian, kesimpulan ini perlu dibaca dengan mempertimbangkan keterbatasan penelitian. Desain korelasional tidak memungkinkan penarikan inferensi kausal, sehingga hubungan yang ditemukan belum dapat ditafsirkan sebagai sebab-akibat. Selain itu, pengukuran berbasis laporan diri siswa berpotensi mengandung bias persepsi dan bias keinginan sosial. Konteks penelitian yang terbatas pada satu sekolah juga membatasi generalisasi temuan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai dasar empiris awal untuk merancang intervensi dan penelitian lanjutan.

Dengan mempertimbangkan temuan dan keterbatasan tersebut, diperlukan strategi pengawasan dan pendampingan yang terintegrasi antara sekolah dan keluarga. Di tingkat sekolah, penguatan pembelajaran yang menuntut fokus berkelanjutan dan kolaborasi perlu diprioritaskan sebagai kompensasi terhadap kecenderungan atensi terfragmentasi. Di tingkat keluarga, pengasuhan digital oleh orang tua Gen Z perlu diarahkan pada pembentukan aturan waktu layar, kurasi konten, serta keteladanan penggunaan gadget. Pendekatan terpadu ini diharapkan tidak hanya menekan risiko, tetapi juga mengoptimalkan pemanfaatan teknologi secara adaptif bagi perkembangan kognitif dan sosial anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Domoff, S. E., Borgen, A. L., Foley, R. P., & Maffett, A. (2022). Excessive screen time and attention problems in children. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 43(2), 87–95.
- Field, A. (2023). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (6th ed.). London: Sage.
- Kardefelt-Winther, D. (2023). Digital well-being of children in the age of mobile devices. *Child Indicators Research*, 16(1), 1–15.

- Kish, L. (2022). Survey sampling. New York: Wiley.
- Leedy, P. D., & Ormrod, J. E. (2022). Practical research: Planning and design (12th ed.). Boston: Pearson.
- Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2023). Associations between screen time and children's attention and social outcomes: A systematic review. *JAMA Pediatrics*, 177(3), 1–11.
- Pallant, J. (2023). SPSS survival manual (8th ed.). London: McGraw-Hill Education.
- Twenge, J. M. (2023). Generations: The real differences between Gen Z, Millennials, and Boomers. New York: Atria Books.
- World Health Organization. (2022). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Geneva: WHO.