

J-05

Hubungan Durasi Penggunaan Smartphone dengan Prestasi Siswa

Nindy Andellina Prensida^{1*}, Bimo Aji Nugroho¹

1. *Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Borneo Tarakan, Jl. Amal Lama No.1 Kelurahan, Pantai Amal, Kec. Tarakan Tim., Kota Tarakan, Kalimantan Utara, 77115*

*Email Corresponding Author: prensida@email.com

ABSTRAK

Smartphone merupakan salah satu teknologi yang memiliki banyak manfaat seperti sumber informasi dan pengetahuan, media komunikasi, hiburan, dan sebagainya yang bisa menambah wawasan dan meningkatkan prestasi siswa. Namun, apabila *smartphone* digunakan secara tidak bijak dan berlebihan, maka akan menimbulkan dampak negatif baik bagi kesehatan maupun penurunan prestasi siswa di sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* dengan prestasi belajar siswa. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 13 Tarakan dan sampel dalam penelitian ini yaitu siswa-siswi kelas VIII-5 SMP Negeri 13 Tarakan dengan jumlah responden sebanyak 28 siswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu melalui penyebaran angket kepada responden. Sumber data yang digunakan yaitu data primer dan sekunder. Data primer diperoleh dari hasil observasi dan wawancara. Sedangkan, data sekunder diperoleh dari jurnal, buku, artikel, dan sebagainya. Hasil dari penelitian ini yaitu didapatkan adanya hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* dan prestasi akademik siswa. Siswa dengan prestasi akademik yang baik memiliki durasi bermain *smartphone* yang lebih sedikit dibandingkan dengan siswa yang bermain *smartphone* dalam waktu yang lama. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu bahwa durasi penggunaan *smartphone* berpengaruh terhadap prestasi akademik yang dicapai oleh siswa di SMP Negeri 13 Tarakan. Semakin banyak waktu siswa yang dihabiskan untuk bermain *smartphone*, maka akan semakin mengurangi waktu belajar dan kegiatan produktif siswa. Sehingga, menyebabkan prestasi akademik siswa menurun.

Kata kunci: Prestasi akademik, siswa, *smartphone*

PENDAHULUAN

Kemajuan dalam bidang teknologi semakin berkembang pesat seiring dengan berjalannya waktu. Salah satu kemajuan teknologi yang tidak dapat dipisahkan dari aktivitas manusia adalah *Smartphone*. *Smartphone* atau telepon cerdas merupakan telepon genggam pintar yang dilengkapi dengan berbagai fitur canggih, diantaranya seperti email, internet, social media, dan sebagainya. *Smartphone* digunakan untuk menyalurkan maupun mendapatkan informasi secara cepat serta menghubungkan antara manusia satu dengan yang lainnya walaupun berada pada tempat yang berbeda dengan jarak yang sangat jauh (Zaki, 2010). *Smartphone* bekerja dengan menggunakan perangkat lunak sistem operasi (OS) untuk membantu aktivitas sehari-hari, seperti menghubungi orang lain, mencari dan menerima informasi, dan sebagainya.

Smartphone sangat berguna dalam menunjang aktivitas sehari-hari dengan segala kecanggihan teknologi yang dimilikinya dan berdampak positif bagi manusia. Dampak positif penggunaan *smartphone*, yaitu: (1) sebagai media komunikasi dan pertukaran data, (2) sumber informasi dan berita yang mudah diakses siapa saja, (3) media untuk bisnis dan membangun relasi serta *Networking*, (4) sebagai hiburan, (Ratnaya, 2011). Namun, selain memiliki dampak positif, *smartphone* juga memiliki dampak yang buruk bagi manusia jika digunakan secara berlebihan dan tidak bijaksana.

Penggunaan *smartphone* secara berlebihan tentu saja akan menimbulkan dampak negatif bagi siswa terutama pada proses belajar. Adapun dampak negatif dari penggunaan *smartphone*, yaitu (1) menimbulkan sikap egois dan mengabaikan orang lain di lingkungan sekitar, (2) akses ke berbagai situs menjadi lebih mudah termasuk ke situs-situs terlarang dan berbahaya, (3) kasus kekerasan dan kriminal dari media social, (4) menyebabkan kecanduan yang berdampak bagi kondisi kesehatan fisik dan psikis. (5) menyebabkan orang malas untuk bergerak (Des Ozadad, 2019). Berbagai dampak positif dan negatif dari penggunaan *smartphone* tentunya akan mempengaruhi prestasi belajar siswa di sekolah.

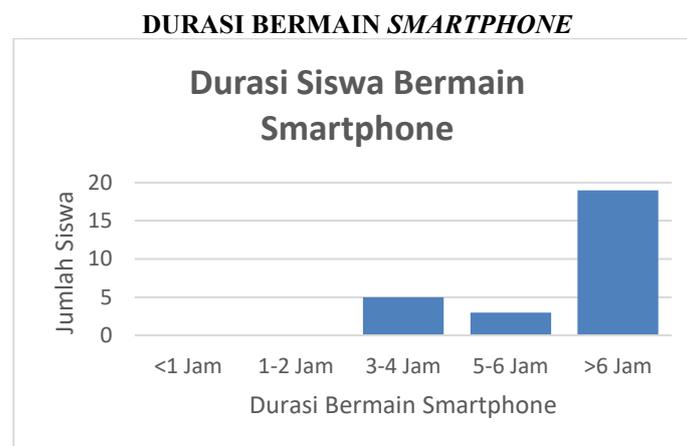
Prestasi akademik berasal dari dua kata, yaitu prestasi dan akademik. Prestasi berasal dari Bahasa Belanda yang artinya usaha. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, prestasi adalah hasil usaha yang dicapai dari apa yang diusahakan atau dikerjakan. Untuk mencapai prestasi maka diperlukan suatu kerja keras dalam prosesnya (Arinda, 2018). Akademik berarti proses belajar mengajar yang terjadi ketika di sekolah atau di kelas. Pengetahuan akan bertambah karena adanya proses belajar. Belajar adalah proses perubahan kepribadian manusia yang ditandai dengan peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku manusia meliputi sikap, daya pikir, kecakapan, pengetahuan, kebiasaan, keterampilan, pemahaman, dan kemampuan lainnya (Ahdar, 2019). Jadi, prestasi akademik adalah keberhasilan suatu usaha yang dicapai seseorang setelah mempelajari sesuatu (Aris, 2023). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* dengan prestasi belajar siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 13 Tarakan dan sampel dalam penelitian ini yaitu siswa-siswi kelas VIII-5 SMP Negeri 13 Tarakan dengan jumlah responden sebanyak 28 siswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu melalui penyebaran angket kepada responden. Sumber data yang digunakan yaitu data primer dan sekunder. Data primer diperoleh dari hasil observasi dan wawancara. Sedangkan, data sekunder diperoleh dari jurnal, buku, artikel, dsb.

HASIL DAN PEMBAHASAN

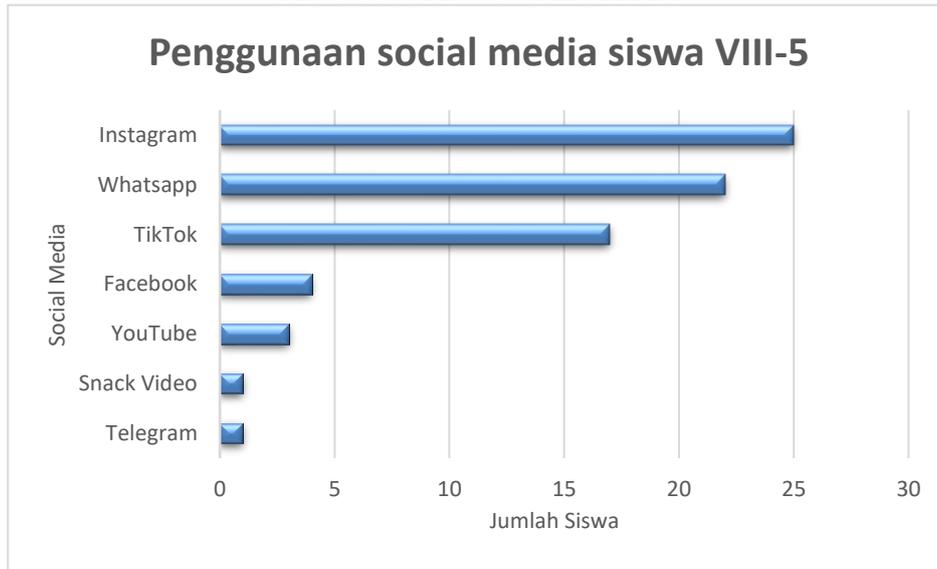
Berdasarkan penyebaran angket yang telah dilakukan pada kelas VIII-5, didapatkan hasil untuk durasi penggunaan *smartphone*, *social media* dan *game online* yang dapat dilihat pada masing-masing diagram di bawah.



Gambar 1. Diagram durasi bermain *smartphone*

Dari diagram di atas, dapat dilihat bahwa setiap siswa rata-rata menghabiskan waktu lebih dari 3 jam setiap harinya untuk bermain *smartphone*. Siswa yang bermain *smartphone* 3-4 jam/hari sebanyak 5 orang siswa. Kemudian, siswa dengan durasi bermain *smartphone* 5-6 jam yaitu sebanyak 3 orang siswa. Sedangkan, sisanya yaitu sebanyak 19 orang siswa menghabiskan waktu lebih dari 6 jam/hari untuk bermain *smartphone*.

PENGGUNAAN SOCIAL MEDIA.

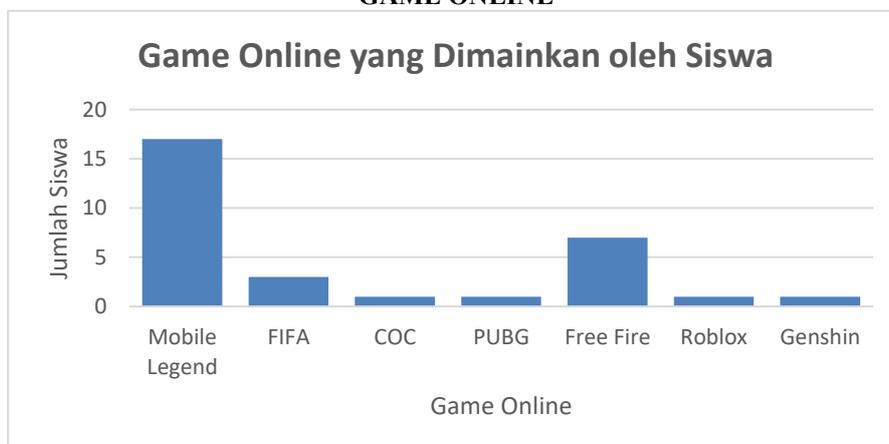


Gambar 2. Jumlah siswa yang menggunakan media sosial

Berdasarkan diagram tersebut, hampir semua siswa mempunyai social media berupa aplikasi yaitu, Instagram, Whatsapp, TikTok, Facebook, YouTube, Snack Video dan Telegram. Dari social media, siswa dapat melakukan interaksi secara virtual atau online dengan orang lain baik yang dikenal seperti teman, keluarga dan bahkan orang yang tidak dikenal sekalipun. Hal ini tentu saja menjadi pertimbangan bagi orang tua dalam mengawasi anak-anaknya agar menghindari berbagai macam bentuk kriminalitas dari social media.

Melalui social media, siswa bisa membangun relasi, mendapatkan teman baru, dan mengenal serta menjangkau lebih banyak orang termasuk idola atau orang-orang yang terkenal dan populer seperti artis, content creator maupun public figure. Siswa bisa banyak belajar hal-hal baru melalui berbagai macam platform social media yang tersedia saat ini. Namun, dalam dunia maya yaitu melalui media social, orang-orang bebas berpendapat dan mengungkapkan apa yang ia rasakan. Seringkali, social media disalahgunakan untuk mengomentari dan bahkan *menjudge* hidup atau kegiatan yang dilakukan oleh orang lain. Hal ini tentu saja sangat berbahaya bagi anak remaja karena anak-anak remaja masih memiliki kondisi kesehatan mental dan emosi yang stabil (Nugroho, 2023). Ada begitu banyak kasus bullying melalui social media terjadi pada anak-anak remaja dan dewasa yang tidak jarang berujung pada bunuh diri. Karena, setiap orang memiliki *mental health* yang berbeda-beda.

GAME ONLINE



Gambar 3. Jumlah siswa yang bermain game online

Sebagian besar dari siswa di kelas VIII-5 bermain game online untuk mengisi waktu luang mereka ketika di rumah, terutama bagi siswa laki-laki. Siswa akan lebih memilih untuk bermain game online dari pada membaca buku atau belajar dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Bermain game online dengan durasi yang lama setiap harinya dapat menyebabkan kecanduan. Apabila telah sampai pada tingkat kecanduan, maka akan sulit bagi siswa untuk tidak bermain game. Hal ini tentunya akan berdampak buruk bagi prestasi belajar siswa di sekolah karena dapat menurunkan konsentrasi, menyebabkan siswa tidak fokus pada pembelajaran karena terus-menerus memikirkan game online ketika pulang ke rumah, menurunkan motivasi belajar siswa, menyebabkan siswa sering mengantuk di kelas karena bergadang ketika bermain game, mengganggu kesehatan tubuh siswa, dan sebagainya. Menurut Brown (1977), aspek-aspek kecanduan game online, yaitu:

1. *Salience*, yaitu aktivitas bermain game online yang mendominasi tingkah laku dan pikiran.
2. *Euphoria*, yaitu rasa senang ketika bermain game online.
3. *Conflict*, yaitu pertentangan baik pada diri sendiri maupun orang lain.
4. *Tolerance*, yaitu peningkatan secara progresif dalam bermain game online.
5. *Withdrawal*, yaitu gelisah Ketika tidak bermain game.
6. *Relapse dan Reinstatement*, kecenderungan melakukan pengulangan untuk bermain game online.

HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN *SMARTPHONE* TERHADAP PRESTASI AKADEMIK SISWA

Prestasi akademik siswa di sekolah memiliki hubungan dengan durasi penggunaan *smartphone* siswa. Semakin banyak waktu yang dihabiskan oleh siswa untuk bermain *smartphone*, maka akan mengurangi waktu siswa untuk belajar. Fokus dan motivasi belajar siswa akan teralihkan dengan penggunaan *smartphone* setiap harinya. Siswa menjadi malas untuk melakukan aktivitas lain yang lebih produktif karena *smartphone* dapat menyebabkan kecanduan kepada siswa. Waktu ideal bagi anak remaja untuk bermain *smartphone* adalah 4-5 jam/hari. Dampak buruk jika terlalu lama bermain *smartphone* yaitu: jam tidur akan berkurang, menyebabkan gangguan mata, kesehatan mental terganggu, meningkatkan risiko obesitas karena kurang melakukan aktivitas fisik, dan sebagainya (Anggi, 2021).

Prestasi akademik siswa-siswi di SMP Negeri 13 Tarakan memiliki hubungan yang erat dengan durasi penggunaan *smartphone* di luar jam sekolah. Siswa dengan prestasi akademik yang baik di kelas VIII-5 memiliki durasi bermain *smartphone* yang lebih singkat dibandingkan dengan siswa yang prestasi akademiknya kurang. Namun, ada juga beberapa siswa yang durasi bermain *smartphone*nya cukup Panjang tetapi prestasi akademik yang diperoleh cukup baik.

KESIMPULAN

Smartphone memiliki banyak sekali manfaat jika digunakan secara maksimal dan bijaksana. Namun, apabila disalahgunakan, maka akan memiliki dampak yang sangat buruk dan berbahaya terutama bagi siswa. Durasi penggunaan *smartphone* berpengaruh terhadap prestasi akademik yang di capai oleh siswa di SMP Negeri 13 Tarakan. Semakin banyak waktu siswa yang dihabiskan untuk bermain *smartphone*, maka akan semakin mengurangi waktu belajar dan kegiatan produktif siswa. Oleh karena itu, peran orang tua dalam mengontrol serta mengawasi siswa ketika di rumah sangat penting. Orang tua dapat mengatur dan membatasi waktu bermain *smartphone* agar *smartphone* dapat berguna dan memberikan dampak positif bagi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdar D. 2019. Belajar dan pembelajaran. CV. Kaaffah Learning Center. Parepare.
- Anggi P. 2021. Waktu ideal penggunaan gadget dan dampak kecanduan gadget. Retrieved from sekolah islam terpadu al haraki: <https://sd.alharaki.sch.id/waktu-ideal-penggunaan-gadget-dan-dampak-kecanduan-gadget/>
- Anjarwati J. 2020. Smartphone (Ponsel Cerdas): Pengertian, Jenis, Merek, dan Dampak. Retrieved from F A Tekno: <https://tekno.foresteract.com/smartphone/>
- Des S. 2019. Pengaruh penggunaan gadget terhadap prestasi dan hasil belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Satya Wacana*.
- Intan T. 2017. Penggunaan smartphone dalam menunjang aktivitas perkuliahan oleh mahasiswa fispol unsrat manado. *Jurnal Acta Diurna*, 18-33.
- Irpan R. 2022. Tingkat kecanduan game online pada remaja. *Jurnal Mutiara Ners*, 85-90.
- Karlina. 2020. Mengenal dampak positif dan negatif internet untuk anak pada orang tua. *Jurnal Pasca Dharma Pengabdian Masyarakat*, 13.

- Nanda A. 2022. Pengaruh penggunaan smartphone terhadap konsentrasi belajar siswa. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 574-582.
- Nugroho, Bimo Aji. 2023. Mobile learning environment system: pengembangan media android dari perspektif validitas. *Biopedagogia*, 5(1);26-36.
- Permata. 2018. Analisis pengaruh penggunaan smartphone (gadget) terhadap peningkatan prestasi akademik mahasiswa sains dan teknologi. *Media Ilmiah Teknik Industri*, 12.
- Ratnaya. 2011. Dampak negatif perkembangan teknologi informatika dan komunikasi dan cara antisifasinya. *Jurnal Teknik Elektronika*, 17-28.
- Rika, W. 2021. Dampak kecanduan smartphone terhadap prestasi belajar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 3 (1).
- Rivo, d. 2022. Peran orang tua dalam mengurangi dampak negatif. *Jurnal Obsesi*.
- Unair, B. V. (2023). Fakultas Vokasi Unair. Retrieved from Manfaat dan Dampak Social Media Bagi Masyarakat: <https://vokasi.unair.ac.id/2023/07/03/manfaat-dan-dampak-social-media-bagi-masyarakat/>
- Yohannes. 2018. Dampak teknologi terhadap pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*.
- Yusuf. 2023. Pengertian dan Contoh Prestasi Akademik dan Non Akademik. Retrieved from deepublishstore: <https://deepublishstore.com/blog/contoh-prestasi-akademik-dan-non-akademik/>

a