Copyright © 2026 The Author(s)
Didaktika: Jurnal Kependidikan Vol. 15 No. 2 Mei 2026

Upaya Guru dalam Mengatasi Peserta Didik yang Kecanduan Smartphone

Wirawati[1], A. Ardiansyah[2], Sri Dewi Lisnawaty[3], Hildawati[4]
[1,2,3,4]UIN Datokarama Palu, Indonesia

[1]wirawatiamanahmdussen@gmail.com
DOI: https://doi.org/10.58230/27454312.3875

Abstrak

Perkembangan teknologi digital, khususnya smartphone, telah membawa perubahan besar dalam pola belajar dan perilaku peserta didik sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis upaya guru dalam mengatasi kecanduan smartphone pada peserta didik serta mengidentifikasi faktor penyebabnya di SD Negeri 1 Tatura Palu. Kecanduan smartphone pada peserta didik sekolah dasar menjadi permasalahan yang berpengaruh terhadap aspek akademik, sosial, dan emosional sehingga memerlukan penanganan yang tepat di lingkungan sekolah dan keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Informan penelitian terdiri atas 1 guru kelas, 5 peserta didik, dan 5 orang tua. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dengan triangulasi sumber dan metode. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru melakukan beberapa upaya dalam mengatasi kecanduan smartphone, yaitu melalui pendekatan emosional secara persuasif, penegakan aturan sekolah terkait pembatasan penggunaan smartphone, kerja sama dengan orang tua dalam pengawasan di rumah, serta penerapan pembelajaran yang lebih menarik untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik. Faktor penyebab kecanduan smartphone berasal dari faktor internal berupa rendahnya kemampuan pengendalian diri peserta didik, serta faktor eksternal seperti kurangnya pengawasan orang tua, pengaruh lingkungan pertemanan, dan kemudahan akses terhadap konten digital. Penelitian ini menegaskan bahwa penanganan kecanduan smartphone pada peserta didik tidak dapat dilakukan secara parsial, melainkan membutuhkan kolaborasi yang berkelanjutan antara pengembangan strategi pendidikan yang lebih efektif dalam mengarahkan penggunaan teknologi secara sehat di lingkungan sekolah dasar.
Kata kunci: upaya guru, kecanduan smartphone, peserta didik

Pendahuluan

Salah satu pertumbuhan alat komunikasi yang berkembang dengan pesat yang luar biasa dan juga merupakan produk teknologi informasi dan komunikasi adalah smartphone. Smartphone merupakan salah satu alat yang paling revolusioner di dunia. Smartphone atau yang biasa disebut dengan telepon seluler atau handphone merupakan telepon praktis yang ringan, mudah dibawa, dapat mengirim dan menerima pesan baik secara lisan (percakapan suara) maupun secara tulisan (SMS), dan lain sebagainya

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi dan aktivitas belajar peserta didik sekolah dasar secara signifikan. Smartphone sebagai salah satu perangkat utama memberikan kemudahan dalam mengakses informasi, media pembelajaran, serta berbagai bentuk hiburan. Kehadiran perangkat ini pada satu sisi memberikan manfaat dalam mendukung proses belajar, namun pada sisi lain juga menimbulkan tantangan baru apabila penggunaannya tidak dikendalikan secara tepat. Penggunaan smartphone yang tidak terkontrol berpotensi

menimbulkan kecenderungan kecanduan pada peserta didik. Penggunaan smartphone yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan risiko kecanduan pada peserta didik. Kondisi ini ditandai dengan kesulitan mengatur durasi penggunaan, peningkatan frekuensi akses secara berulang, serta ketergantungan terhadap aktivitas berbasis layar. Selain itu, peserta didik juga menunjukkan keinginan yang kuat untuk terus menggunakan smartphone meskipun telah diingatkan atau dibatasi. Mereka cenderung merasa gelisah, mudah marah, atau tidak nyaman ketika tidak memegang smartphone.

Akibatnya, peserta didik mengalami penurunan konsentrasi dalam belajar, berkurangnya keterlibatan dalam kegiatan sosial, serta perubahan perilaku yang berkaitan dengan aspek emosional. Dalam beberapa kasus, peserta didik juga mulai mengabaikan tanggung jawab akademik, seperti tidak menyelesaikan tugas tepat waktu, kurang memperhatikan penjelasan guru, serta menurunnya motivasi belajar. Selain itu, muncul kebiasaan bermain smartphone hingga larut malam yang berdampak pada kondisi fisik, seperti kelelahan dan mengantuk saat mengikuti pembelajaran di kelas. Di sisi lain, penggunaan smartphone yang berlebihan turut memengaruhi kebiasaan sehari-hari. Peserta didik dapat mengalami kelelahan karena penggunaan hingga larut malam, sehingga berdampak pada kondisi fisik seperti mengantuk saat di kelas. Interaksi sosial juga cenderung menurun, ditandai dengan kurangnya partisipasi dalam kegiatan bersama teman sebaya dan kecenderungan lebih memilih berinteraksi dengan perangkat dibandingkan dengan lingkungan sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan smartphone telah melampaui fungsi utamanya dan berkembang menjadi perilaku yang sulit dikendalikan.

Dampak negatif tersebut menunjukkan bahwa penggunaan smartphone tidak hanya berpengaruh pada aspek akademik, tetapi juga memengaruhi perkembangan sosial dan psikologis peserta didik. Penurunan kualitas interaksi langsung dengan lingkungan sekitar dapat menghambat perkembangan kemampuan komunikasi, kerja sama, dan empati. Selain itu, paparan aktivitas digital yang intensif berpotensi memengaruhi stabilitas emosi dan pola perilaku peserta didik dalam kehidupan sehari-hari.

Fenomena kecanduan smartphone dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling berkaitan. Faktor internal berkaitan dengan kemampuan pengendalian diri yang belum berkembang secara optimal pada usia sekolah dasar. Peserta didik cenderung belum mampu mengelola dorongan untuk menggunakan perangkat digital secara berlebihan sehingga membutuhkan bimbingan dalam mengontrol perilaku tersebut. Sementara itu, faktor eksternal mencakup lingkungan keluarga dan sosial. Kurangnya pengawasan orang tua, tidak adanya aturan yang konsisten dalam penggunaan smartphone, serta kebiasaan penggunaan perangkat tanpa batasan menjadi faktor yang memperkuat kecenderungan ketergantungan. Selain itu, lingkungan pertemanan juga turut memengaruhi pola penggunaan, terutama ketika smartphone menjadi bagian dari interaksi sosial sehari-hari.

Kemudahan akses terhadap konten digital yang bersifat menarik dan berulang juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan intensitas penggunaan. Berbagai aplikasi hiburan dan media sosial dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna, sehingga peserta didik cenderung menghabiskan waktu lebih lama tanpa disadari. Kondisi ini memperkuat keterikatan emosional terhadap perangkat digital dan menyulitkan peserta didik untuk membatasi penggunaannya. Dalam konteks pendidikan, peran guru menjadi sangat strategis dalam mengarahkan penggunaan teknologi secara tepat. Guru tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian materi pembelajaran, tetapi juga sebagai pembimbing yang bertanggung jawab dalam membentuk perilaku dan karakter peserta didik. Oleh karena itu, upaya yang dilakukan perlu mencakup aspek pembinaan, pengawasan, serta pembentukan kesadaran terhadap penggunaan teknologi yang sehat.

Copyright © 2026 The Author(s)

Dalam konteks pendidikan, peran guru sangat strategis dalam mengarahkan pemanfaatan teknologi secara tepat. Guru tidak hanya berfungsi sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai pembimbing dalam pembentukan perilaku dan karakter peserta didik. Oleh karena itu, penanganan kecanduan smartphone perlu dilakukan melalui langkah yang sistematis, terencana, dan berkelanjutan agar mampu mendorong perubahan perilaku secara optimal. Pendekatan emosional menjadi strategi utama dalam proses pembinaan. Pendekatan ini dilakukan melalui komunikasi interpersonal yang persuasif tanpa tekanan, sehingga peserta didik merasa nyaman untuk mengungkapkan kebiasaan penggunaan perangkat digital. Melalui interaksi tersebut, guru dapat memahami kondisi psikologis sekaligus memberikan arahan yang sesuai dengan kebutuhan individu. Strategi ini bertujuan menumbuhkan kesadaran dari dalam diri, bukan sekadar kepatuhan terhadap aturan.

Selain itu, komunikasi dengan orang tua dilakukan secara rutin sebagai bentuk kolaborasi dalam pengawasan penggunaan smartphone. Interaksi ini berlangsung melalui pertemuan langsung maupun media komunikasi untuk menyampaikan perkembangan perilaku di sekolah. Kerja sama tersebut memungkinkan adanya keselarasan dalam pengendalian, seperti pembatasan durasi, pengawasan konten, serta pengaturan waktu penggunaan di lingkungan keluarga.

Berbagai studi terkini menunjukkan bahwa penggunaan smartphone secara berlebih memiliki efek buruk terhadap pertumbuhan akademis dan sosial peserta didik. Penelitian yang dilakukan oleh (Luluk Aviva et al., 2022) menunjukkan bahwa ketergantungan pada smartphone dapat mengurangi semangat belajar para peserta didik dan berdampak pada tingkah laku mereka di sekolah, sehingga guru perlu aktif dalam memberikan arahan dan dorongan. Studi lain yang dilakukan oleh (Desrianti et al., 2023) menemukan bahwa efek negatif dari pemakaian smartphone lebih terlihat dibandingkan efek positifnya, khususnya dalam menurunkan semangat belajar peserta didik akibat ketergantungan pada permainan dan platform media sosial. Peran guru dan orang tua sangat krusial dalam menegakkan aturan serta memantau penggunaan smartphone. Penelitian yang dilakukan oleh (Adiar Ismohandoyo et al., 2022) menegaskan bahwa pengunaan smartphone di kalangan anak-anak sekolah dasar memiliki efek terhadap perilaku sosial, seperti minimnya interaksi dengan rekan-rekan sebaya dan rendahnya partisipasi dalam proses belajar. Walaupun beberapa kajian telah membahas pengaruh penggunaan smartphone serta kontribusi guru atau orang tua, sebagian besar penelitian tersebut cenderung lebih fokus pada efek negatif dari penggunaan smartphone secara umum dan belum secara khusus meneliti upaya para guru dalam mengatasi ketergantungan pada smartphone melalui pendekatan yang emosional serta kerja sama dengan orang tua di lingkungan sekolah dasar. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Mulyati & NRH, 2018) menunjukkan bahwa kecanduan smartphone berkaitan erat dengan rendahnya kemampuan pengendalian diri serta menurunnya kualitas hubungan sosial peserta didik. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan smartphone tidak hanya berdampak pada aspek akademik, tetapi juga pada perkembangan kepribadian dan interaksi sosial anak. Penelitian lain oleh (Wulandari & Lestari, 2021) juga menemukan bahwa penggunaan smarphone secara berlebihan dapat memengaruhi perkembangan emosi anak, seperti meningkatnya sikap mudah marah, kurang sabar, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Berdasarkan ulasan terhadap studi-studi sebelumnya, terdapat kekurangan penelitian pada sisi empiris dan praktis, khususnya mengenai metode konkret dan strategi yang digunakan oleh guru wali kelas untuk mengatasi kecanduan smartphone di kalangan peserta didik di sekolah dasar. Penelitian yang dilakukan sebelumnya masih memiliki batasan dalam menganalisis secara komprehensif bagaimana pendekatan emosional yang diterapkan oleh guru, implementasi kebijakan di sekolah, dan kerjasama dengan orang tua dilaksanakan secara

langsung serta berkesinambungan di lingkungan sekolah dasar. Di samping itu, studi yang menghubungkan kecanduan smartphone dengan nilai-nilai karakter pendidikan dan peran guru sebagai pendidik juga tergolong masih sedikit. Dengan demikian, penelitian ini tidak bertujuan untuk mengklaim inovasi, tetapi lebih pada memperkuat dan memperdalam temuan yang sudah ada, terutama dalam menggambarkan praktik nyata yang diterapkan oleh guru di lapangan yang berusaha mengatasi masalah kecanduan smartphone di kalangan peserta didik sekolah dasar.

Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan: (1) Bagaimana upaya yang dilakukan guru untuk mengatasi peserta didik yang mengalami kecanduan smartphone di SD Negeri 1 Tatura Palu, dan (2) apa saja faktor yang menyebabkan peserta didik mengalami kecanduan smartphone. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada perhatian terhadap upaya guru wali kelas dengan menggunakan pendekatan emosional yang konsisten, penegakan kebijakan sekolah, serta kolaborasi dengan orang tua sebagai strategi keseluruhan untuk mengatasi kecanduan smartphone di kalangan murid sekolah dasar. Diharapkan penelitian ini bisa memberikan kontribusi yang bermanfaat secara empiris dan praktis dalam pengembangan strategi pendidikan yang lebih manusiawi dan sesuai dengan konteks dalam menghadapi tantangan penggunaan teknologi di dunia pendidikan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus yang bertujuan untuk menjelaskan dan menganalisis upaya guru dalam menangani ketergantungan smartphone di kalangan peserta didik serta berbagai faktor yang mempengaruhinya di lingkungan sekolah. Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat memahami fenomena secara menyeluruh berdasarkan kondisi nyata yang ada di lapangan. Dalam penelitian ini, informan utama yaitu guru wali kelas yang memiliki peran langsung dalam pembinaan peserta didik di SD Negeri 1 Tatura Palu. Informan dalam penelitian ini terdiri atas 1 guru wali kelas sebagai informan utama, 5 peserta didik, dan 5 orang tua sebagai informan pendukung, sehingga total informan berjumlah 11 orang.

informasi dilakukan dengan berbagai metode, yaitu: (1) observasi untuk menilai tindakan peserta didik selama kegiatan belajar dan interaksi antara pengajar dan siswa terkait penggunaan smartphone; (2) wawancara mendalam dengan guru dan orang tua guna mendapatkan data tentang strategi, pendekatan, serta tantangan dalam menangani kecanduan smartphone; dan (3) dokumentasi yang mencakup kebijakan sekolah, catatan belajar, dan dokumen pendukung lainnya. Data yang berhasil dikumpulkan selanjutnya dianalisis dengan pendekatan induktif melalui langkah-langkah reduksi data, penyajian data, serta pengambilan dan verifikasi kesimpulan. Proses analisis diperkuat melalui koding dan pengelompokan data untuk mempermudah pengorganisasian, serta analisis konten untuk menghasilkan temuan yang komprehensif dan mendalam. Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber dengan membandingkan data dari guru, peserta didik, dan orang tua, serta triangulasi metode dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, meliputi: (1) penentuan topik penelitian; (2) telaah literatur; (3) perumusan fokus dan daftar masalah penelitian; (4) pengumpulan data; (5) penyempurnaan dan pengolahan data; (6) analisis data; (7) triangulasi temuan; (8) penarikan kesimpulan; dan (9) penyusunan laporan penelitian.

Hasil

Hasil penelitian ini disajikan berdasarkan temuan lapangan yang diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Data dianalisis dan dikelompokkan ke dalam

Copyright © 2026 The Author(s)

dua fokus utama, yaitu: (1) upaya guru dalam mengatasi kecanduan smartphone, dan (2) faktor penyebab kecanduan smartphone pada peserta didik

Upaya Guru dalam Mengatasi Peserta Didik yang Kecanduan Smartphone

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru wali kelas di SD Negeri 1 Tatura Palu melakukan berbagai upaya dalam mengatasi kecanduan smartphone pada peserta didik. Upaya tersebut dilakukan secara terpadu melalui pendekatan emosional, penegakan aturan sekolah, kerja sama dengan orang tua, serta pengembangan strategi pembelajaran yang lebih menarik.

Pendekatan emosional menjadi langkah awal yang digunakan guru dalam mengatasi peserta didik yang mengalami kecanduan smartphone. Dalam praktiknya, guru tidak langsung memberikan larangan atau sanksi, tetapi terlebih dahulu membangun kedekatan secara personal dengan peserta didik agar peserta didik merasa nyaman untuk terbuka. Melalui pendekatan ini, guru berusaha memahami kondisi emosional dan kebiasaan penggunaan smartphone yang dilakukan peserta didik, sehingga intervensi yang diberikan lebih sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Selain itu, guru juga secara rutin menjalin komunikasi dengan orang tua peserta didik sebagai bentuk kerja sama antara pihak sekolah dan keluarga. Komunikasi ini dilakukan untuk menyampaikan perkembangan perilaku peserta didik di sekolah sekaligus memberikan saran mengenai pengawasan penggunaan smartphone di rumah. Guru membangun komunikasi personal dengan peserta didik untuk menciptakan keterbukaan dan meningkatkan kesadaran terhadap dampak penggunaan smartphone. Hal ini disampaikan oleh guru melalui wawancara: “Kalau ada peserta didik yang sudah terlalu sering bermain smartphone, saya tidak langsung marah, tapi saya ajak bicara pelan-pelan supaya dia terbuka.” Pendekatan ini dilakukan melalui dialog individual, pemberian nasihat secara persuasif, serta ajakan untuk merefleksikan kebiasaan penggunaan smartphone.

Berdasarkan hasil observasi, pendekatan tersebut menunjukkan adanya perubahan perilaku secara bertahap pada peserta didik, terutama dalam pengurangan waktu penggunaan smartphone di luar sekolah. Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan peserta didik: “Ibu guru bilang jangan terlalu lama main smartphone, nanti susah belajar, susah bangun pagi karna anak sekolah itu jam tidur nya jam 9 malam boleh tidur, Jadi aku sekarang coba kurangi.” Upaya selanjutnya dilakukan melalui penegakan aturan sekolah yang mengatur larangan membawa smartphone ke dalam kelas kecuali untuk kepentingan pembelajaran. Guru secara konsisten menegakkan aturan tersebut melalui peringatan bertahap hingga pemanggilan orang tua jika terjadi pelanggaran. Guru menyampaikan: “Di sekolah memang sudah ada aturan tidak boleh membawa smartphone, jadi kami hanya menegaskan kembali supaya peserta didik terbiasa disiplin.” Aturan ini diberitahukan kepada orang tua dan peserta didik sejak awal tahun ajaran baru. Penerapan aturan tersebut mampu mengurangi penggunaan smartphone di dalam kelas sehingga peserta didik lebih fokus pada proses pembelajaran.

Selain itu, guru menjalin kerja sama dengan orang tua dalam mengontrol penggunaan smartphone di rumah. Komunikasi dilakukan melalui pertemuan, pesan singkat, serta konsultasi mengenai perilaku peserta didik. Orang tua diberikan arahan untuk membatasi durasi penggunaan smartphone dan mengawasi aktivitas digital peserta didik. Salah satu orang tua mengatakan: “Kalau dari guru sudah diingatkan, kami orang tua juga di rumah berusaha batasi waktu peserta didik main smartphone, biasanya cuman boleh setelah belajar, diberikan durasi waktu 1 jam bermain smartphone dan jam tidur sebaiknya pukul 22.00 boleh tidur,dan smartphone di simpan”. Namun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian orang tua masih mengalami kendala dalam pengawasan karena keterbatasan waktu dan kesibukan pekerjaan. Upaya lainnya dilakukan melalui penerapan pembelajaran yang lebih menarik untuk mengalihkan perhatian peserta didik dari smartphone. Guru menggunakan berbagai metode seperti media visual, permainan edukatif, diskusi kelompok, dan kegiatan

berbasis praktik. Guru menyampaikan:"Kalau pembelajaran dibuat menarik, peserta didik jadi lupa sama smartphone nya, mereka lebih fokus ikut kegiatan di kelas dan diluar kelas seperti video edukasi, pembelajaran mengenal alam di sekitar sekolah." pembelajaran interaktif dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam proses belajar serta berkontribusi dalam mengurangi ketergantungan terhadap penggunaan smartphone.

Faktor penyebab peserta didik yang kecanduan smartphone

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas, faktor yang menyebabkan peserta didik mengalami kecanduan smartphone dapat dijelaskan sebagai suatu kondisi yang dipengaruhi oleh berbagai aspek yang saling berkaitan, terutama dari lingkungan keluarga, lingkungan sosial, serta kondisi emosional peserta didik. Guru menyampaikan bahwa salah satu faktor utama adalah kurangnya perhatian dari orang tua. Dalam beberapa kasus, peserta didik berasal dari keluarga yang orang tuanya sibuk bekerja sehingga waktu untuk mendampingi peserta didik menjadi sangat terbatas. Kondisi ini membuat peserta didik kurang mendapatkan perhatian dan komunikasi yang intens di dalam keluarga. Selain itu, terdapat pula peserta didik yang berasal dari keluarga broken home, sehingga kebutuhan emosional peserta didik tidak terpenuhi secara optimal. Akibatnya, peserta didik tidak memiliki tempat yang nyaman untuk bercerita atau mencurahkan perasaan kepada orang tua, dan hal ini mendorong mereka mencari kesibukan lain melalui penggunaan smartphone.

Informan juga menjelaskan bahwa terdapat peserta didik yang lebih sering mencurahkan isi hati atau melakukan komunikasi emosional kepada wali kelas dibandingkan kepada orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa fungsi komunikasi dalam keluarga belum berjalan dengan baik. Seharusnya, orang tua menjadi tempat utama bagi peserta didik untuk berinteraksi dan menyampaikan perasaan, namun karena kurangnya kedekatan emosional tersebut, peserta didik akhirnya lebih banyak mengandalkan smartphone sebagai sarana hiburan sekaligus pelarian dari kondisi yang mereka alami. Dalam situasi seperti ini, smartphone tidak hanya digunakan sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai media untuk mengalihkan perhatian dari perasaan sepi dan kurangnya perhatian dalam keluarga.

Dalam kondisi tertentu, penggunaan smartphone bahkan dapat mencapai tiga hingga empat jam per hari sebelum adanya pembatasan dari orang tua maupun guru. Hal ini menunjukkan bahwa pengenalan teknologi sejak usia dini tanpa disertai pengawasan dan kontrol yang memadai dapat menjadi salah satu faktor awal terbentuknya ketergantungan terhadap perangkat digital. Ketika peserta didik terbiasa mengakses smartphone dalam waktu yang lama tanpa batasan, maka perilaku tersebut akan menjadi kebiasaan yang sulit diubah dan berpotensi mengarah pada kecanduan. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa kurangnya perhatian emosional dari keluarga serta lemahnya kontrol penggunaan smartphone saling berkaitan dan berkontribusi terhadap munculnya ketergantungan pada peserta didik.

Hasil Temuan di lapangan juga menunjukkan bahwa sebagian peserta didik memainkan game tanpa memperhatikan batasan waktu, sehingga durasi penggunaan berlangsung secara berlebihan. Ketika perangkat diambil, muncul respons emosional berupa kemarahan atau penolakan. Situasi ini umumnya terjadi pada lingkungan keluarga yang menyediakan akses internet tanpa pembatasan, terutama ketika orang tua memiliki keterbatasan waktu dalam melakukan pendampingan karena aktivitas pekerjaan. Perbedaan pola pengawasan dalam keluarga turut memengaruhi intensitas pemakaian. Sebagian orang tua melakukan pemantauan terhadap aktivitas anak, sedangkan pihak lain memberikan kebebasan tanpa aturan yang jelas. Ketiadaan kontrol yang konsisten serta kemudahan akses jaringan internet memperkuat kecenderungan penggunaan berlebih.

Copyright © 2026 The Author(s)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan terhadap smartphone pada peserta didik sekolah dasar di SD Negeri 1 Tatura Palu merupakan fenomena yang cukup menonjol dengan variasi intensitas yang berbeda pada setiap peserta didik. Temuan di lapangan mengungkap bahwa ketergantungan tersebut tidak hanya ditandai oleh lamanya penggunaan perangkat, tetapi juga terlihat dari lemahnya kemampuan pengendalian diri, perubahan perilaku, terganggunya konsentrasi belajar, serta penurunan kualitas interaksi sosial dan emosional peserta didik. Kondisi ini menunjukkan bahwa smartphone telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari yang memengaruhi aspek psikologis dan sosial peserta didik. Informan menyatakan bahwa terdapat peserta didik yang mengalami penurunan nilai serta belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Temuan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan smartphone yang tidak terkontrol turut berdampak pada hasil belajar peserta didik di sekolah.

Oleh karena itu, diperlukan upaya pengendalian yang dilakukan secara berkesinambungan melalui kolaborasi antara pihak sekolah dan orang tua. Pihak guru dapat mengoptimalkan pembelajaran yang lebih menarik dan bermakna, sedangkan orang tua bertugas dalam mengarahkan serta membatasi penggunaan perangkat smartphone di rumah. Kerja sama tersebut diharapkan mampu meminimalkan dampak negatif penggunaan smartphone dan mendukung peningkatan kualitas belajar peserta didik secara lebih efektif. Selain itu, pembiasaan penggunaan smartphone secara bijak perlu ditanamkan sejak dini kepada peserta didik agar mereka memiliki kesadaran dalam mengatur waktu dan memilih aktivitas yang lebih bermanfaat.

Temuan tersebut selaras dengan teori kecanduan perilaku Griffiths (2011) yang menjelaskan bahwa kecanduan teknologi ditandai oleh hilangnya kontrol diri, keterlibatan emosional yang berlebihan, serta gangguan fungsi sosial dan akademik. Dalam penelitian ini, gejala tersebut tampak pada peserta didik yang kesulitan membatasi penggunaan smartphone serta cenderung mengabaikan aktivitas belajar dan interaksi sosial di lingkungan sekolah.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa jenis konten digital berperan penting dalam memperkuat ketergantungan. Temuan ini diperkuat oleh Domoff et al. (2020) yang menyatakan bahwa permainan daring dan video hiburan memiliki daya tarik tinggi yang dapat meningkatkan keterikatan emosional anak terhadap perangkat digital. Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa peserta didik tidak hanya menggunakan smartphone dalam durasi lama, tetapi juga mengalami kesulitan untuk melepaskan diri karena konten yang bersifat menarik dan berulang.

Dari aspek keluarga, temuan penelitian menunjukkan bahwa pola pengasuhan memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku penggunaan smartphone. Paridawati et al. (2021) juga menegaskan bahwa kurangnya pengawasan dan ketidakkonsistenan aturan orang tua dapat mempercepat terbentuknya kebiasaan penggunaan berlebihan. Di lapangan ditemukan bahwa sebagian orang tua memberikan kebebasan penggunaan smartphone tanpa batasan yang jelas, sehingga anak lebih mudah mengakses perangkat dalam waktu yang lama. Namun, terdapat juga orang tua yang sudah mulai menerapkan pembatasan waktu penggunaan seperti setelah belajar dan pembatasan pada malam hari sekitar pukul 22.00.

Pada sisi sekolah, temuan penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran yang kurang menarik mendorong peserta didik mencari alternatif hiburan melalui smartphone. Hal ini sejalan dengan Saimona et al. (2021) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang monoton dapat menurunkan keterlibatan belajar peserta didik. Di lapangan, guru berupaya mengatasi kondisi ini dengan menghadirkan pembelajaran yang lebih interaktif melalui media visual, diskusi kelompok, dan kegiatan berbasis praktik untuk mengalihkan perhatian peserta didik dari penggunaan smartphone.

Hasil penelitian juga menemukan bahwa kemampuan pengendalian diri peserta didik masih dalam tahap perkembangan, sehingga menjadi faktor internal utama dalam munculnya kecanduan smartphone. Pada usia sekolah dasar, peserta didik belum sepenuhnya mampu mengontrol dorongan untuk menggunakan perangkat digital, sehingga lebih mudah terjebak dalam penggunaan berulang yang bersifat adiktif. Hal ini menunjukkan bahwa kecanduan tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungan, tetapi juga oleh perkembangan psikologis anak.

Temuan lain menunjukkan bahwa penggunaan smartphone mulai meningkat pada peserta didik kelas V pada tahun 2025. Namun, setelah dilakukan pembinaan oleh guru dan orang tua, terjadi perubahan perilaku secara bertahap. Peserta didik mulai lebih disiplin, tidak sering terlambat ke sekolah, serta mulai mampu mengontrol waktu penggunaan smartphone, terutama pada malam hari. Hal ini menunjukkan adanya efek positif dari intervensi yang dilakukan secara konsisten.

Dari sisi intervensi, guru melakukan pendekatan emosional melalui komunikasi persuasif dengan peserta didik. Guru tidak langsung memberikan hukuman, tetapi mengajak peserta didik berdialog dan memberikan pemahaman mengenai dampak penggunaan smartphone yang berlebihan. Pendekatan ini terbukti membantu peserta didik lebih terbuka dan mulai menyadari kebiasaan mereka sendiri. Selain itu, penegakan aturan sekolah menjadi bagian penting dalam pengendalian penggunaan smartphone. Peserta didik tidak diperbolehkan membawa smartphone ke dalam kelas kecuali untuk keperluan tertentu seperti ujian berbasis digital atau pembelajaran yang membutuhkan perangkat tersebut. Aturan ini diterapkan secara konsisten untuk membangun disiplin. Kerja sama antara sekolah dan orang tua juga menjadi temuan penting dalam penelitian ini. Orang tua dan guru melakukan komunikasi untuk mengatur batasan penggunaan smartphone di rumah dan sekolah. Peserta didik diperbolehkan menggunakan smartphone dalam waktu tertentu, misalnya setelah belajar dengan durasi terbatas, serta diminta untuk mematikan perangkat pada malam hari agar tidak mengganggu waktu istirahat.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kecanduan smartphone berdampak pada kondisi emosional dan akademik peserta didik. Peserta didik yang mengalami kecanduan cenderung mudah marah, kurang sabar, sulit berkonsentrasi, serta mengalami kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Kondisi ini menunjukkan bahwa dampak kecanduan tidak hanya bersifat perilaku, tetapi juga menyentuh aspek kognitif dan emosional secara lebih luas.

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa kecanduan smartphone merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal. Faktor internal berupa rendahnya pengendalian diri, sedangkan faktor eksternal meliputi pola asuh orang tua, lingkungan pertemanan, serta metode pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, penanganan kecanduan smartphone membutuhkan kerja sama yang konsisten antara guru, orang tua, dan lingkungan sekolah agar terbentuk kebiasaan penggunaan teknologi yang lebih sehat.

Kesimpulan

Berdasarkan seluruh hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa kecanduan smartphone pada peserta didik sekolah dasar di SD Negeri 1 Tatura Palu merupakan kondisi yang muncul akibat interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan. Faktor utama yang memengaruhi adalah lingkungan keluarga, terutama kurangnya perhatian dan pendampingan orang tua, kondisi keluarga yang tidak utuh, serta lemahnya pengawasan terhadap penggunaan smartphone sejak usia dini. Selain itu, lingkungan sosial yang terbatas dan minimnya interaksi dengan teman sebaya juga turut mendorong anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan smartphone sebagai sarana hiburan dan pelarian emosional.

Copyright © 2026 The Author(s)

Kecanduan smartphone pada peserta didik tidak hanya terlihat dari durasi penggunaan yang berlebihan, tetapi juga dari perubahan perilaku seperti malas, kurang disiplin, lambat merespons perintah, mudah marah, serta menurunnya konsentrasi belajar. Dalam jangka tertentu, kondisi ini berdampak pada aspek akademik dan sosial anak, meskipun pada sisi tertentu penggunaan smartphone juga dapat membantu dalam akses informasi pembelajaran. Namun demikian, tanpa pengendalian yang baik, dampak negatif lebih dominan dibandingkan dampak positifnya.

Upaya penanganan yang dilakukan guru dan orang tua menunjukkan adanya perubahan perilaku yang cukup positif pada peserta didik. Guru menerapkan pendekatan emosional, penegakan aturan sekolah, serta pembelajaran yang lebih menarik, sedangkan orang tua melakukan pembatasan waktu penggunaan smartphone dan pengaturan akses internet di rumah. Sinergi antara sekolah dan keluarga menjadi faktor penting dalam mengurangi ketergantungan peserta didik terhadap smartphone.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecanduan smartphone pada peserta didik merupakan hasil dari kombinasi faktor internal dan eksternal yang saling memengaruhi. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama yang berkelanjutan antara guru, orang tua, dan lingkungan sosial untuk menciptakan penggunaan teknologi yang lebih terarah, seimbang, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing atas arahan, bimbingan, dan masukan selama proses penelitian. Apresiasi juga disampaikan kepada pihak sekolah atas izin dan dukungan yang diberikan, serta kepada seluruh informan penelitian yang telah berpartisipasi dan memberikan kontribusi dalam pengumpulan data. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada institusi terkait yang telah mendukung pelaksanaan penelitian ini.

References

Adiar, I. (2022). Analisis dampak penggunaan gadget terhadap perilaku anak Sekolah Dasar Negeri Kayen 01 Kabupaten Pati (Skripsi). Universitas Negeri Semarang.

Damaiyanti, S., Pratama, E. R., & Destri, N. (2020). Hubungan durasi pemakaian gadget dengan perkembangan emosional anak prasekolah. Prosiding Seminar Kesehatan Perintis, 3(2), 37–45. *https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/635*

Desrianti, W. O. R., & Sulfa. (2024). Dampak penggunaan smartphone terhadap motivasi belajar siswa. Mores: *Jurnal Pendidikan, Moral dan Kewarganegaraan, 2(2), 100–105.*

Domoff, S. E., Borgen, A. L., Foley, R. P., & Maffett, A. (2020). Excessive use of mobile devices and children's behavioral outcomes. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics, 41(2), 102–109.*

Griffiths, M. D. (2011). A components model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use, 10(4), 191–197.

Hara, F. M., & Pranoto, Y. K. S. (2019). Peran screen time dan gadget terhadap kemampuan berbahasa pada anak usia dini. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana, 396–401.

Janah, A. I., & Diana, R. (2023). Dampak negatif gadget pada perilaku agresif anak usia dini. Generasi Emas, 6(1), 21–28.

Luluk Aviva, M., Hidayatullah, D., & Halili, H. R. (2022). Upaya guru PAI dalam mengatasi dampak negatif kecanduan gadget terhadap siswa SMP Islam Hikmatul Hasanah Kecamatan Tegalsiwalan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling, 4(1), 478–485.*

Mulyati, & NRH. (2018). Kecanduan smartphone dan dampaknya terhadap pengendalian diri serta hubungan sosial. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 10(2), 120–128.*

Novitasari, W., & Khotimah, N. (2016). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5–6 tahun. *Jurnal PAUD Teratai, 5(3), 182–186.*

Paridawati, I., Daulay, M. I., & Amalia, R. (2021). Persepsi orang tua terhadap penggunaan smartphone pada anak usia dini di Desa Indrasakti Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar. *Journal of Teacher Education, 2(2).* http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jote/article/view/1329

Rustandi, A. M. (2020). Analisis dampak penggunaan smartphone pada anak sekolah dasar menggunakan metode K-Means dan Random Forest (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia.

Saimona, P., Suhaedah, S., & Mulyani, S. (2021). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan karakter siswa sekolah dasar. Educatio, 8(3), 1597*–1605. https://doi.org/10.31949/educatio.v8i3.3226*

Widya, R. (2020). Dampak negatif kecanduan gadget terhadap perilaku anak. *Jurnal Abdi Ilmu, 13(1), 29–34.*

Wulandari, D., & Lestari, T. (2021). Pengaruh gadget terhadap perkembangan emosi anak. Jurnal Pendidikan Tambusai, 5(1), 1689–1695. *https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1162*

Yumarni, V. (2022). Pengaruh gadget terhadap anak usia dini. *Jurnal Literasiologi, 8(2), 107–119.*