

DAMPAK TEKNOLOGI DIGITAL TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR DAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK SD DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

Fitna Amalia Mauryn¹, Ika Ratnaningrum²

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Semarang

Korespodensi : fitnamauryn08@gmail.com

Abstrak

Artikel ini mengeksplorasi dampak teknologi digital pada konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif anak sekolah dasar (SD) dari perspektif psikologi perkembangan. Teknologi digital telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, dengan dampak yang semakin signifikan pada generasi muda. Namun, pertanyaan muncul mengenai bagaimana penggunaan teknologi ini memengaruhi konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif anak-anak. Melalui tinjauan literatur, artikel ini membahas peran teknologi digital dalam mengubah pola pikir dan perilaku belajar anak SD serta implikasinya terhadap perkembangan kognitif mereka. Diskusi ini memperkaya pemahaman tentang dinamika kompleks antara teknologi digital dan perkembangan anak, serta memberikan wawasan penting bagi pendidik, orang tua, dan praktisi psikologi perkembangan dalam membimbing anak-anak melalui era digital ini.

Kata Kunci : Teknologi, Konsentrasi Belajar, Perkembangan Kognitif, Siswa

PENDAHULAUN

Teknologi pada era modern terus berkembang dengan cepat. Semakin majunya zaman, semakin tinggi pula tingkat kecanggihan teknologi yang dihasilkan. Fenomena ini memungkinkan manusia untuk lebih terbantu dalam menjalani aktivitas sehari-hari dengan bantuan alat-alat teknologi yang canggih. Namun, pertumbuhan teknologi saat ini tidak hanya membawa manfaat positif bagi masyarakat, tetapi juga menimbulkan dampak negatif.

Pendidikan, sesuai dengan definisi Undang-Undang No. 3 Tahun 2002, merupakan upaya terencana yang menjadi kebutuhan pokok bagi semua individu (Yusuf, 2019). Konsep ini mengacu pada proses pembelajaran yang aktif dan terstruktur untuk mengembangkan potensi siswa. Dalam konteks modern, pendidikan mengharuskan integrasi teknologi dalam penyusunan, pelaksanaan, penilaian, dan menyediakan akses serta umpan balik pembelajaran bagi siswa (Susanto, Sofyan, dkk., 2020). Perubahan signifikan dalam pendidikan di Indonesia telah terjadi seiring dengan dampak pandemi COVID-19 yang melanda.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dewasa ini tercermin dalam kehadiran *smartphone*, sebuah perangkat mini yang memiliki beragam fungsi. Dampaknya tidak hanya terbatas pada pola pikir, tetapi juga perilaku manusia yang terpengaruh oleh keberadaannya.

Menurut Arirahmanto (2021), penggunaan *smartphone* tanpa pengawasan dapat menyebabkan siswa menjadi tidak fokus dan kehilangan minat dalam belajar. Hal ini ditandai dengan sikap acuh terhadap pembelajaran, interaksi sosial yang tidak terkendali, dan kurangnya perhatian terhadap penjelasan dari guru bahkan bisa tertidur saat pembelajaran daring. Akibatnya, peserta didik akan kehilangan waktu, kesempatan, dan tenaga, yang pada akhirnya dapat menyebabkan *learning loss* dan menurunkan mutu lulusan di Indonesia. Temuan penelitian oleh Sari dkk (2019) juga mengindikasikan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* berpengaruh pada hasil belajar, di mana siswa yang sering menggunakan *smartphone* cenderung memiliki masalah pola tidur dan kesulitan berkonsentrasi saat belajar (Retnaningsih, 2018).

METODE

Penelitian ini memanfaatkan metode studi literatur dengan judul "Dampak Teknologi Digital terhadap Konsentrasi Belajar dan Perkembangan Kognitif Anak SD dalam Perspektif Psikologi Perkembangan" yang mengikuti serangkaian langkah metodologi. Langkah-langkah tersebut mencakup pengumpulan data, seleksi dan klasifikasi sumber data, analisis data, dan penyusunan laporan penelitian (Sugiyono, 2018).

Pada awalnya, peneliti menetapkan topik dan tujuan penelitian untuk mengeksplorasi dampak penggunaan gadget pada konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif anak dari sudut pandang global. Data dikumpulkan melalui studi literatur dari berbagai sumber seperti jurnal ilmiah, buku, artikel, dan publikasi lainnya. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan seleksi dan klasifikasi sumber data yang relevan, serta mengevaluasi kualitas dan keandalannya. Selanjutnya, analisis data dilakukan dengan mengidentifikasi, mengekstraksi, dan merangkum informasi dari sumber data yang relevan, serta membandingkan dan mengintegrasikan informasi dari berbagai sumber data.

Laporan penelitian disusun berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan, dan rekomendasi terkait dampak teknologi digital pada konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif. Meskipun penelitian ini tidak melibatkan observasi atau percobaan, namun data yang dikumpulkan berasal dari sumber-sumber tertulis, sehingga analisis data dilakukan dengan cara mengumpulkan dan menyaring informasi yang relevan dari sumber data yang ada.

PEMBAHASAN

A. Pengaruh Teknologi Digital pada Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar merupakan fokus yang diberikan pada suatu objek atau materi pembelajaran, yang memengaruhi cara kita belajar, aspek psikologis, lingkungan, dan kualitas tidur. Ini adalah kemampuan untuk memberikan perhatian penuh pada materi pelajaran yang sedang dipelajari, dengan menitikberatkan pada konten atau proses pembelajaran. Konsentrasi belajar adalah tindakan memusatkan pikiran atau tindakan pada topik pembelajaran saat ini, tanpa terpengaruh oleh hal-hal yang tidak relevan.

Dari berbagai pendapat yang ada, dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar melibatkan upaya untuk memusatkan perhatian pada materi atau objek belajar, sambil mengabaikan kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan proses pembelajaran.

Faktor-faktor yang memengaruhi konsentrasi belajar meliputi tanggapan terhadap materi pembelajaran, kondisi lingkungan belajar, pemikiran tentang hal lain selain belajar, dan tingkat kejenuhan selama proses pembelajaran. Seorang guru yang kompeten dalam hal pedagogi akan mampu mengidentifikasi karakteristik siswa, menyediakan dukungan untuk pengembangan potensi siswa, menerapkan kurikulum dan teori pembelajaran yang relevan, serta memanfaatkan teknologi dalam proses pembelajaran. Selain itu, guru juga bertanggung jawab untuk menyelenggarakan penilaian dan evaluasi yang komprehensif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Dalam interaksi belajar, siswa harus diperhatikan, dilayani, dihargai, didengarkan, dan diperkuat dengan kata-kata positif, sehingga mereka dapat belajar secara terbimbing dan mengembangkan potensi mereka melalui pengalaman belajar.

Paparan terhadap teknologi digital seperti gadget, game, atau media sosial dapat memiliki dampak yang signifikan pada kemampuan anak-anak sekolah dasar (SD) untuk fokus pada pembelajaran, baik di sekolah maupun di rumah. Pertama-tama, penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengganggu perhatian anak-anak, karena terlalu banyak waktu yang dihabiskan untuk bermain game atau menonton konten di media sosial. Hal ini dapat

menyebabkan mereka sulit berkonsentrasi saat belajar, karena otak mereka terbiasa dengan rangsangan visual yang konstan dari layar gadget. Selain itu, permainan yang sering kali membutuhkan pemecahan masalah cepat dan reaksi instan dapat membuat anak-anak menjadi tidak sabar atau kurang terlatih dalam menghadapi tugas-tugas yang membutuhkan pemikiran yang lebih dalam. Penggunaan media sosial juga dapat mengganggu kemampuan anak-anak untuk fokus pada pembelajaran, karena mereka mungkin tergoda untuk terus memeriksa pemberitahuan atau menghabiskan waktu untuk berinteraksi dengan teman-teman secara daring.

Dalam konteks pembelajaran di rumah, ketersediaan aksesibilitas terhadap teknologi digital dapat mengaburkan batasan antara waktu belajar dan waktu luang, sehingga anak-anak mungkin cenderung beralih dari tugas-tugas akademis ke aktivitas digital dengan mudah.

Anak-anak dan remaja merasakan dampak negatif dari penggunaan gadget. Penggunaan gadget yang berlebihan pada mereka dapat menghambat perkembangan psikologis dan sosial serta meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Selain itu, penggunaan gadget juga berpotensi mengganggu kemampuan belajar mereka karena dapat menjadi sumber distraksi dan mengurangi minat belajar. Oleh karena itu, penting untuk membatasi penggunaan gadget pada anak-anak dan remaja serta memberikan pengawasan yang tepat terhadap penggunaan gadget mereka.

Orangtua dan guru memiliki peran yang sangat penting dalam mengatur penggunaan gadget anak-anak dan remaja. Mereka dapat memberikan alternatif kegiatan yang lebih bermanfaat seperti olahraga atau kegiatan sosial yang dapat meningkatkan keterampilan interpersonal.

B. Penggunaan Teknologi Digital dalam Pembelajaran

Penggunaan teknologi digital dalam pendidikan, seperti perangkat lunak pendidikan atau aplikasi pembelajaran, telah membawa dampak yang signifikan terhadap konsentrasi belajar anak-anak SD. Dengan menyajikan materi pembelajaran dalam format yang menarik dan interaktif, perangkat lunak pendidikan dan aplikasi pembelajaran memungkinkan anak-anak lebih terlibat dalam proses belajar mereka. Namun demikian, terlalu banyak paparan terhadap teknologi digital juga dapat memiliki dampak negatif terhadap konsentrasi belajar anak-anak. Saat anak-anak terlalu sering menggunakan perangkat lunak pendidikan atau aplikasi pembelajaran, ada risiko bahwa mereka menjadi terlalu bergantung pada teknologi untuk belajar, yang pada akhirnya bisa mengganggu kemampuan mereka untuk fokus dan berkonsentrasi secara mandiri. Fitur tambahan seperti notifikasi atau permainan dalam beberapa aplikasi pembelajaran juga dapat menjadi gangguan yang mengurangi konsentrasi anak-anak dalam proses belajar. Oleh karena itu, penting bagi pendidik dan orang tua untuk memantau penggunaan teknologi digital dalam pendidikan anak-anak SD secara bijaksana. Mereka perlu memastikan bahwa teknologi digunakan sebagai alat bantu yang mendukung pembelajaran, bukan menggantikannya, serta memberikan anak-anak cukup waktu untuk berinteraksi dengan dunia nyata dan mengembangkan keterampilan konsentrasi mereka secara alami.

Ketergantungan terhadap media digital telah mengalami pertumbuhan yang pesat, mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seperti pekerjaan, kesehatan, interaksi sosial, dan pendidikan. Transformasi ini, didorong oleh kemajuan teknologi, telah mengubah cara kita memproduksi, mendistribusikan, dan mengonsumsi konten digital. Perubahan ini terjadi

karena teknologi telah berhasil mengubah informasi ke dalam bentuk digital, mengakibatkan evolusi dalam penggunaan berbagai media.

Di ranah media digital, berbagai jenis konten seperti tulisan, audio, video, multimedia, dan lainnya dapat digabungkan dalam satu layanan. Teknologi mobile digital memungkinkan pengguna untuk berbagi informasi dari mana saja dan kapan saja, serta terhubung dengan media sosial. Salah satu istilah yang populer dalam konteks media digital adalah "platform", yang mengacu pada tempat di mana berbagai aplikasi berkumpul dalam satu lingkungan. Platform-platform ini memberikan akses yang lebih mudah dan cepat terhadap berbagai konten digital, memungkinkan interaksi yang lebih dinamis antara pengguna dan konten yang mereka konsumsi.

C. Dampak Teknologi terhadap Perkembangan Kognitif Anak

Perkembangan kognitif pada anak usia sekolah dasar, merupakan tahap penting dalam pembentukan kemampuan mereka untuk memahami dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Ini adalah periode di mana anak-anak mulai mengasah kemampuan kognitif dasar mereka, seperti memperoleh pengetahuan tentang objek dan orang di sekitar mereka, serta memahami konsep-konsep dasar seperti angka, huruf, dan warna. Namun, dalam era di mana teknologi digital menjadi semakin merajalela, anak-anak sering terpapar dengan gadget seperti smartphone dari usia yang sangat dini. Meskipun pengenalan ini terkadang dimotivasi oleh kebutuhan praktis, seperti memberikan anak sesuatu untuk diperhatikan saat orang tua sibuk, atau untuk memastikan anak makan dengan tenang, penggunaan gadget ini dapat memiliki dampak yang signifikan pada perkembangan kognitif anak.

Saat anak-anak diperkenalkan pada gadget seperti smartphone dengan bimbingan orang tua, mereka dapat mengalami manfaat positif, seperti peningkatan kemampuan kognitif mereka melalui interaksi dengan aplikasi pendidikan atau permainan yang merangsang otak. Namun, masalah muncul ketika anak-anak dibiarkan bermain dengan gadget tanpa pengawasan dan batasan yang jelas. Kelebihan waktu yang dihabiskan di depan layar, terutama ketika digunakan untuk konten yang tidak mendidik, dapat mengganggu proses pembelajaran dan pertumbuhan kognitif anak. Gangguan ini bisa berdampak pada berbagai aspek, mulai dari kemampuan berfokus, kreativitas, hingga kemampuan berpikir kritis.

Oleh karena itu, peran orang tua sangatlah penting dalam mengawasi dan mengatur penggunaan gadget anak-anak. Mereka harus memastikan bahwa interaksi anak dengan teknologi digital sejalan dengan pembelajaran dan pertumbuhan mereka, serta tidak mengganggu kemampuan mereka untuk memahami dan merespons dunia nyata di sekitar mereka. Dengan memberikan batasan yang tepat dan mengarahkan anak-anak pada konten yang mendidik, orang tua dapat membantu memastikan bahwa penggunaan gadget tidak menghambat, melainkan mendukung, perkembangan kognitif anak-anak secara positif.

D. Peran Orang Tua dan Guru

Orang tua dan guru memiliki peran penting dalam membimbing anak-anak agar menggunakan teknologi digital secara sehat dan produktif. Orang tua, sebagai contoh dan pengawas utama, bertanggung jawab untuk memberikan pemahaman yang baik kepada anak-anak tentang cara menggunakan teknologi secara bijak. Mereka perlu mengajarkan tentang batasan waktu layar, etika online, dan kesadaran akan keamanan digital. Selain itu, keterlibatan aktif orang tua dalam interaksi langsung dengan anak-anak, seperti bermain

game bersama atau melakukan kegiatan di luar ruangan, sangat penting untuk mengimbangi waktu yang dihabiskan di depan layar.

Di sisi lain, guru memiliki peran dalam memberikan pendidikan tentang penggunaan teknologi yang produktif dalam konteks akademik. Mereka dapat mengintegrasikan teknologi digital ke dalam kurikulum untuk meningkatkan pembelajaran dan mempersiapkan anak-anak untuk era digital. Selain itu, guru juga dapat memberikan pedoman tentang cara menggunakan teknologi sebagai alat untuk meningkatkan konsentrasi belajar, misalnya dengan menunjukkan aplikasi yang dapat membantu dalam mengatur waktu belajar atau mengurangi gangguan selama proses belajar.

Untuk mendukung konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif anak-anak, baik orang tua maupun guru dapat mengambil beberapa langkah. Pertama, mereka dapat membantu anak-anak mengatur lingkungan belajar yang sesuai, seperti menyediakan ruang yang tenang dan bebas dari gangguan. Selain itu, mereka juga dapat memberikan dukungan dan bimbingan langsung dalam mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah, yang penting untuk perkembangan kognitif. Dengan kerjasama antara orang tua dan guru, anak-anak dapat belajar menggunakan teknologi secara sehat, produktif, dan optimal untuk meningkatkan prestasi akademik dan perkembangan pribadi mereka secara keseluruhan. Ini membentuk pondasi yang kokoh bagi masa depan mereka dalam menghadapi tantangan dan peluang dalam dunia yang semakin terhubung dan berubah secara digital.

SIMPULAN

Penggunaan teknologi digital memiliki dampak signifikan pada konsentrasi belajar dan perkembangan kognitif anak sekolah dasar (SD) dari perspektif psikologi perkembangan. Meskipun teknologi digital memberikan berbagai manfaat, seperti aksesibilitas informasi yang lebih mudah dan interaksi yang dinamis, penggunaan yang berlebihan dapat mengganggu konsentrasi belajar anak-anak dan mempengaruhi perkembangan kognitif mereka.

Dampak yang merugikan akibat penggunaan teknologi digital, khususnya perangkat gadget dan platform media sosial, meliputi gangguan konsentrasi, penurunan minat dalam proses belajar, dan risiko terkena gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk mengatur serta mengawasi pemakaian teknologi digital oleh anak-anak, sambil memberikan pembelajaran tentang penggunaan teknologi yang cerdas dan bermanfaat.

Peran orang tua dan guru sangat penting dalam membimbing anak-anak melalui era digital ini. Mereka harus memberikan pemahaman yang baik tentang penggunaan teknologi secara bijak, menyediakan lingkungan belajar yang sesuai, dan memberikan dukungan langsung dalam pengembangan keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah. Dengan kerjasama antara orang tua, guru, dan anak-anak, dapat dibentuk fondasi yang kokoh bagi perkembangan mereka dalam menghadapi tantangan dan peluang di dunia yang semakin terhubung secara digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Kamaruddin, I., Leuwol, F. S., Putra, R. P., Aina, M., Suwarma, D. M., & Zulfikhar, R. (2023). Dampak Penggunaan Gadget pada Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah. *Journal on Education*, 6(1), 307-316.
- Dwi Asalia, N. (2021). Peran Penggunaan Gawai pada Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini (Analisis Systematic Literature Review) (Doctoral dissertation, IAIN Purwokerto).
- Rahayu, I. T., Pramuswari, M. F., Santya, M., Oktariani, R., & Fatimah, S. (2023). ANALISIS HASIL PENGARUH PERKEMBANGAN IPTEK TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA SD/MI. *HYPOTHESIS: Multidisciplinary Journal Of Social Sciences*, 2(01 Juni), 97-110.
- Zulfa, N., & Mujazi, M. (2022). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap konsentrasi belajar siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(4), 12-29.
- Mukti Wibowo (2022). Teknologi Digital dalam Pembelajaran. [Pusdatin.kemdikbud.go.id](https://pusdatin.kemdikbud.go.id). Diakses pada 17 Mei 2024