



## ANALISIS PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP TINGKAT KEDISIPLINAN PELAJAR SEKOLAH MENENGAH

### *ANALYSIS OF THE EFFECT OF SOCIAL MEDIA USE INTENSITY ON THE LEVEL OF DISCIPLINE OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS*

**Andhini Wulandari<sup>1</sup>, Andi Susanto Wa’ana<sup>2</sup>, Dhea Danayla Matondang<sup>3</sup>, Dion Pinter Rius Daeli<sup>4</sup>, Putri Handayani Sinaga<sup>5</sup>, Marnida Yusfiani<sup>6</sup>**

Universitas Negeri Medan

*Email: andiniw528@gmail.com<sup>1</sup>, andiwaana2006@gmail.com<sup>2</sup>, dheamatondang@gmail.com<sup>3</sup>, diondaeli2007@gmail.com<sup>4</sup>, putrisnga9@gmail.com<sup>5</sup>, marniday@unimed.cc.id<sup>6</sup>*

---

#### Article Info

##### Article history :

Received : 06-12-2025

Revised : 07-12-2025

Accepted : 09-12-2025

Pulished : 11-12-2025

#### *Abstract*

*Social media is a form of technological development that makes it easier for students to communicate and seek information. However, excessive use of social media can affect students' behavior and level of discipline. This study aims to determine the effect of the intensity of social media use on the level of discipline of high school students. This study used a quantitative descriptive method with a correlational analysis approach. Data were obtained by distributing questionnaires to sixty students from several high schools. The research instrument contained questions regarding the frequency and duration of social media use as well as discipline indicators including punctuality, compliance with rules, and responsibility for assignments. Data analysis was conducted using correlation techniques and simple linear regression to determine the relationship between the two variables. The results showed that the intensity of social media use negatively affected the level of student discipline. Students who used social media for a long time tended to have lower discipline compared to students who used social media within reasonable limits. The conclusion of this study is that the higher the intensity of social media use, the lower the level of discipline of high school students.*

---

***Keywords : Social media, intensity Of Use, Student Discipline***

---

#### Abstrak

Media sosial merupakan salah satu bentuk perkembangan teknologi yang memberikan kemudahan bagi pelajar dalam berkomunikasi dan mencari informasi. Namun, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mempengaruhi perilaku dan tingkat kedisiplinan pelajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat kedisiplinan pelajar sekolah menengah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan analisis korelasional. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner daring kepada enam puluh pelajar dari beberapa sekolah menengah. Instrumen penelitian berisi pertanyaan mengenai frekuensi dan durasi penggunaan media sosial serta indikator kedisiplinan yang meliputi ketepatan waktu, kepatuhan terhadap aturan, dan tanggung jawab terhadap tugas. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi dan regresi linier sederhana untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh negatif terhadap tingkat kedisiplinan pelajar. Pelajar yang menggunakan media sosial dalam waktu lama cenderung memiliki kedisiplinan yang lebih rendah dibandingkan dengan pelajar yang menggunakan media sosial dalam batas wajar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin rendah tingkat kedisiplinan pelajar sekolah menengah.

**Kata Kunci : Media Sosial, Intensitas Penggunaan, Kedisiplinan Pelajar**



## **PENDAHULUAN**

Perkembangan pesat platform media sosial telah mengubah cara pelajar berinteraksi, mengonsumsi informasi, dan menghabiskan waktu luang, terutama di sekolah menengah. Dalam konteks pendidikan, perubahan ini menimbulkan tantangan baru bagi pemeliharaan kedisiplinan siswa karena alat digital memunculkan distraksi, mengurangi kontrol waktu belajar, dan berpotensi melemahkan kepatuhan terhadap aturan sekolah. Urgensi penelitian muncul dari banyaknya laporan praktis bahwa sekolah-sekolah semakin sulit menjaga sikap tepat waktu, kepatuhan, dan tanggung jawab tugas di kalangan siswa yang aktif di media sosial, sementara sejauh ini kebijakan sekolah cenderung bersifat umum dan belum didasarkan pada bukti empiris terkini yang menghubungkan intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku kedisiplinan.

Kajian pustaka menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat berdampak negatif maupun positif terhadap siswa, tergantung frekuensi, tujuan dan konteks penggunaan. Sebagai contoh, penelitian nasional oleh safira dan dasalinda (2024) menemukan bahwa penggunaan instagram memiliki korelasi lemah namun signifikan terhadap kontrol diri siswa di jakarta. Sebaliknya, penelitian oleh padamai, yewang & loe (2023) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dan disiplin belajar secara simultan mempengaruhi prestasi ekonomi siswa di sma negeri 2 kupang. Meskipun kedua studi tersebut tidak secara langsung meneliti variabel “kedisiplinan” dalam arti pola kehadiran, kepatuhan aturan dan tanggung jawab tugas secara lengkap, namun mereka memberi indikasi kuat bahwa hubungan antara media sosial dan perilaku sekolah perlu diperjelas. Hal ini menjadi landasan bagi penelitian lebih lanjut yang memfokuskan pada kedisiplinan siswa sekolah menengah.

Berdasarkan latar belakang dan kajian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat kedisiplinan pelajar sekolah menengah serta mengidentifikasi faktor kontekstual yang mungkin mendasari atau memediasi hubungan tersebut. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan rekomendasi berbasis bukti bagi guru, orang tua, dan pembuat kebijakan sekolah dalam merancang strategi pengelolaan penggunaan media sosial yang lebih adaptif dan efektif.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan analisis korelasional. Tujuannya adalah untuk mengetahui pengaruh antara intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat kedisiplinan pelajar sekolah menengah. Metode ini dipilih karena dapat menggambarkan hubungan antar variabel melalui data yang diperoleh dari responden secara daring tanpa perlu melakukan observasi langsung di lapangan.

### **Sumber Data**

Penelitian ini menggunakan data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari hasil penyebaran kuesioner dan observasi kepada pelajar sekolah menengah. Data primer mencakup informasi tentang frekuensi penggunaan media sosial, durasi pemakaian, serta perilaku kedisiplinan seperti ketepatan waktu, kepatuhan terhadap peraturan, dan tanggung jawab dalam mengerjakan tugas.



## Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah seluruh pelajar sekolah menengah di beberapa sekolah. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih siswa yang aktif menggunakan media sosial minimal satu jam per hari dan bersedia mengisi kuesioner online.

## Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan secara tidak langsung melalui penyebaran kuesioner daring (online). Teknik ini digunakan agar dapat menjangkau siswa dari berbagai sekolah secara efisien tanpa batasan jarak.

## Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa angket tertutup dengan skala likert (1–5), dimana responden memilih jawaban sesuai tingkat kesetujuan mereka terhadap pernyataan yang diberikan.

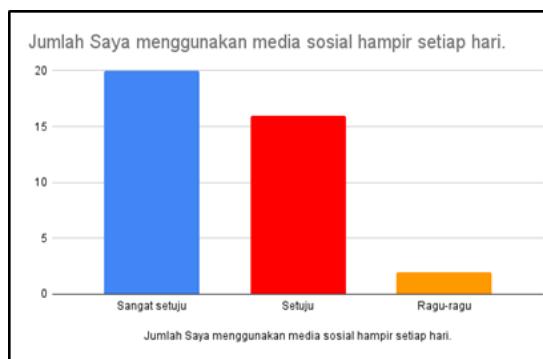
## Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis deskriptif, untuk melihat gambaran umum tentang intensitas penggunaan media sosial dan kedisiplinan siswa. Analisis korelasi dan regresi linier sederhana, untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat kedisiplinan pelajar sekolah menengah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap 39 orang responden yang merupakan pelajar dari beberapa sekolah menengah. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner daring yang berisi pernyataan terkait dengan intensitas penggunaan media sosial dan tingkat kedisiplinan pelajar. Dibawah ini merupakan hasil pengisian kuesioner oleh responden



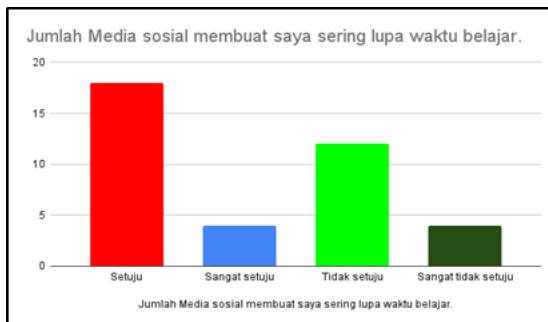
Gambar 1. Diagram Intensitas Penggunaan Media Sosial

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas responden (94.7%) menyatakan setuju atau sangat setuju dengan pernyataan ini. Secara spesifik, 52.6% responden menyatakan setuju, dan 42.1% menyatakan sangat setuju. Data ini mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial telah menjadi rutinitas harian yang sangat dominan di kalangan responden, dengan hampir seluruh partisipan (sekitar 95%) menggunakan platform tersebut setiap hari. Hanya sejumlah kecil responden (5.3%) yang berada di posisi ragu-ragu, dan tidak ada responden yang menyatakan tidak setuju atau sangat tidak setuju.



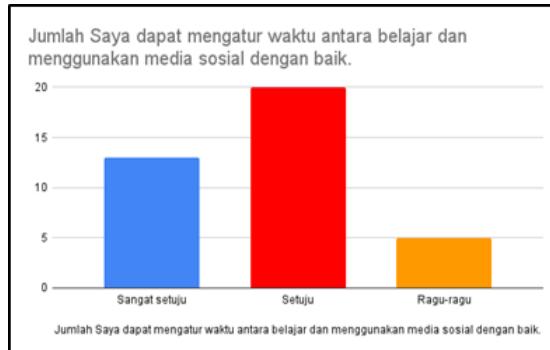
Gambar 2. Diagram Intensitas Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan data ditemukan bahwasannya, mayoritas responden cenderung tidak setuju. Kelompok yang menyatakan tidak setuju dan sangat tidak setuju adalah yang terbesar, dengan total mencapai 63.2% (21.1% tidak setuju dan 42.1% sangat tidak setuju). Hal ini menyiratkan bahwa sebagian besar responden mengklaim memprioritaskan tugas sekolah daripada penggunaan media sosial. Jumlah responden yang setuju atau sangat setuju bahwa mereka lebih sering membuka media sosial hanya sebesar 15.8% (7.9% untuk masing-masing kategori). Sementara itu, satu dari lima responden (sebesar 21.1%) berada dalam posisi ragu-ragu, menunjukkan adanya kelompok yang bimbang atau memiliki keseimbangan waktu antara media sosial dan kewajiban sekolah. Secara keseluruhan, data menunjukkan adanya kontrol diri yang relatif baik dalam menanggapi pertanyaan ini, di mana sebagian besar responden menyangkal bahwa mereka mengorbankan waktu belajar untuk media sosial.



Gambar 3. Diagram Manajemen Waktu Belajar

Total responden yang setuju dan sangat setuju adalah 57.9% (47.4% sangat setuju dan 10.5% setuju). Angka ini sangat didominasi oleh kategori Sangat Setuju (47.4%), menunjukkan adanya pengakuan yang kuat dari sebagian besar responden bahwa media sosial secara signifikan mengganggu jadwal belajar mereka. Kelompok yang tidak setuju dan sangat tidak setuju adalah 42.1% (31.6% tidak setuju dan 10.5% sangat tidak setuju). Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas terganggu, masih ada sejumlah besar responden yang merasa penggunaan media sosial mereka tidak sampai mengganggu atau membuat mereka lupa waktu belajar.



Gambar 4. Diagram Manajemen Waktu Belajar

Hasil survei menunjukkan penolakan yang hampir mutlak dari responden. Sebanyak 86.8% responden secara eksplisit menyatakan tidak setuju atau sangat tidak setuju bahwa mereka mampu mengelola waktu dengan baik. Secara khusus, lebih dari separuh populasi responden (52.6%) berada pada kategori sangat tidak setuju, sementara tidak ada responden (0%) yang merasa mampu mengatur waktu antara keduanya. Dengan kata lain, hasil ini tidak hanya mengkonfirmasi adanya masalah (lupa waktu), tetapi juga menunjukkan kurangnya kemampuan diri (kontrol diri) responden untuk mengatasi masalah tersebut. Hal ini mengisyaratkan bahwa intervensi atau strategi peningkatan disiplin diri dan literasi manajemen waktu sangat dibutuhkan di kalangan populasi sampel ini.



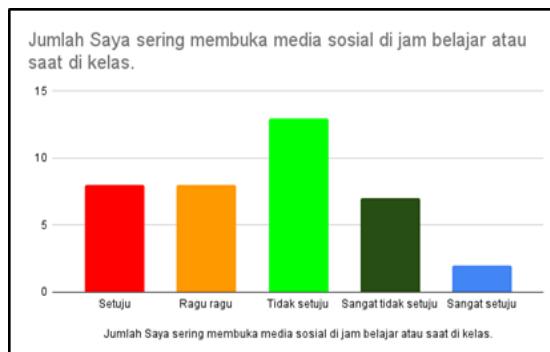
Gambar 5. Diagram Tingkat Kedisiplinan Pelajar

Hasil survei menunjukkan bahwa mayoritas responden (65.8%) secara kolektif tidak setuju atau sangat tidak setuju dengan adanya dampak tersebut. Secara rinci, 44.7% responden berada pada kategori sangat tidak setuju dan 21.1% tidak setuju, sementara hanya 21.1% yang menyatakan setuju. Tidak adanya responden yang memilih sangat setuju (0%) menunjukkan penolakan kuat terhadap pandangan bahwa penggunaan media sosial secara otomatis merusak kedisiplinan mereka di lingkungan formal sekolah. Implikasi dari temuan ini adalah adanya disparitas kognitif di antara responden: mereka mengakui kesulitan signifikan dalam manajemen waktu dan kontrol diri terhadap media sosial (seperti terlihat pada pertanyaan 3 dan 4), namun mereka cenderung menolak menghubungkan masalah internal tersebut dengan penurunan kedisiplinan eksternal (seperti ketaatan pada peraturan dan jadwal sekolah). Dengan kata lain, responden melihat dampak negatif media sosial sebagai masalah pribadi (lupa waktu), tetapi tidak sebagai masalah sosial atau disiplin kolektif di sekolah.



Gambar 6. Diagram Tingkat Kedisiplinan Pelajar

Hasil survei menunjukkan persetujuan yang sangat dominan dari responden. Sebanyak 92.1% responden secara kolektif memilih setuju atau sangat setuju bahwa penggunaan media sosial yang intens tidak mempengaruhi kedatangan mereka tepat waktu di sekolah. Persentase ini sangat didominasi oleh kategori sangat setuju (52.6%) dan setuju (39.5%). Proporsi yang tidak setuju atau sangat tidak setuju sangat kecil (2.6%), dengan 0% responden memilih tidak setuju. Temuan ini sangat mendukung hasil dari pertanyaan sebelumnya (pertanyaan 5), di mana mayoritas responden menolak bahwa media sosial menurunkan kedisiplinan mereka di sekolah. Implikasi dari data ini adalah bahwa meskipun responden mengakui kesulitan dalam mengelola waktu pribadi (lupa waktu belajar) akibat media sosial, kontrol perilaku yang berkaitan dengan kewajiban formal dan terstruktur, seperti ketepatan waktu hadir di sekolah, tetap dipertahankan dengan baik. Hal ini mengisyaratkan bahwa lingkungan sekolah dan sanksi yang mungkin ada cukup efektif dalam mempertahankan disiplin kehadiran, terlepas dari intensitas penggunaan media sosial di luar jam sekolah.

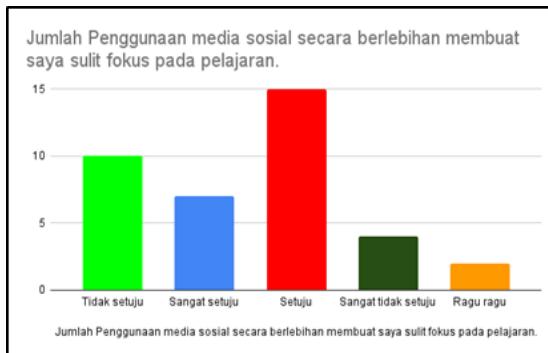


Gambar 7. Diagram tingkat kedisiplinan pelajar

Tanggapan responden menunjukkan adanya penolakan mayoritas namun dengan tingkat persetujuan yang signifikan. Sebanyak 52.6% responden memilih tidak setuju atau sangat tidak setuju (34.2% tidak setuju dan 18.4% sangat tidak setuju), yang mengindikasikan bahwa mayoritas responden menyangkal kebiasaan sering menggunakan media sosial saat proses belajar mengajar berlangsung. Namun, perlu dicatat bahwa kelompok yang setuju atau sangat setuju pun cukup substansial, mencapai 26.4% (21.1% setuju dan 5.3% sangat setuju), menunjukkan bahwa ada seperempat populasi sampel yang memang aktif menggunakan media sosial saat di kelas. Selain itu, proporsi responden yang berada di posisi ragu-ragu juga tinggi, yaitu 21.1%. Implikasi dari temuan ini adalah bahwa meskipun disiplin kehadiran di sekolah (seperti pada pertanyaan 6) sangat tinggi, disiplin perhatian (fokus) selama jam pelajaran tampaknya menjadi tantangan. Angka 26.4%



yang setuju mengkonfirmasi bahwa gangguan media sosial tidak hanya terjadi di rumah saat belajar mandiri, tetapi juga secara aktif mengintervensi proses pembelajaran formal di kelas, meskipun mayoritas responden berhasil menahan diri.



Gambar 8. Diagram Dampak Penggunaan Media Sosial

Mayoritas responden (57.9%) menyatakan setuju atau sangat setuju bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan secara langsung mengganggu konsentrasi mereka. Kelompok yang setuju ini sangat didominasi oleh kategori sangat setuju (39.5%), menunjukkan adanya pengakuan diri yang kuat di kalangan responden bahwa media sosial memiliki dampak negatif terhadap fungsi kognitif mereka saat belajar. Meskipun demikian, kelompok yang tidak setuju dan sangat tidak setuju juga cukup signifikan, mencapai 36.8% (26.3% tidak setuju dan 10.5% sangat tidak setuju). Implikasi dari temuan ini sangat penting: terdapat kesadaran yang tinggi di antara responden bahwa intensitas penggunaan media sosial mengarah pada penurunan kualitas fokus, yang merupakan salah satu aspek kunci dari disiplin belajar. Pengakuan ini memperkuat temuan pada pertanyaan 3 (sering lupa waktu) dan pertanyaan 4 (tidak mampu mengatur waktu), dan menjelaskan mengapa sebagian responden tetap membuka media sosial di kelas (pertanyaan 7), yaitu karena mereka memang mengalami kesulitan besar dalam mengalihkan fokus dari media sosial kembali ke pelajaran.



Gambar 9. Diagram dampak penggunaan media sosial

Mayoritas responden (92.1%) menyatakan setuju atau sangat setuju. Angka ini didominasi oleh responden yang memilih sangat setuju (47.4%) dan setuju (44.7%), sementara yang tidak setuju atau sangat tidak setuju sangat rendah (total 2.6%). Temuan ini mengindikasikan bahwa, meskipun responden mengakui adanya masalah kontrol diri (sulit fokus, lupa waktu) akibat media sosial (seperti terlihat pada pertanyaan 3, 4, dan 8), mereka memiliki niat atau kesadaran yang tinggi untuk menggunakan media sosial secara bijak guna memelihara kedisiplinan.



Penelitian ini menemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial di kalangan responden sangat tinggi (94.7%) dengan tingkat penggunaan hampir setiap hari. Intensitas ini secara signifikan menimbulkan krisis pada kontrol diri dan manajemen waktu responden, ditandai dengan pengakuan mayoritas responden yang sering lupa waktu belajar (57.9% setuju/sangat setuju), kesulitan dalam menjaga fokus pada pelajaran (57.9% setuju/sangat setuju), dan yang paling penting, tentang ketidakmampuan mengatur waktu antara belajar dan media sosial (0% responden menyatakan mampu). Meskipun demikian, terdapat ketidaksesuaian yang menarik dimana responden secara kompak mempertahankan disiplin di lingkungan sekolah (dibuktikan dengan 92.1% yang tetap datang tepat waktu dan 65.8% yang menolak media sosial menurunkan kedisiplinan sekolah secara umum). Ketidaksesuaian ini semakin diperkuat oleh niat yang sangat tinggi (92.1%) responden untuk menggunakan media sosial secara bijak. Oleh karena itu, meskipun kesadaran responden sudah terbentuk dengan sangat baik, tingkat ketergantungan media sosial masih melampaui kemampuan kontrol diri mereka, hal ini menyebabkan kesenjangan antara niat positif dan perilaku nyata yang berdampak serius pada kualitas waktu belajar mandiri dan fokus, namun tidak secara langsung merusak disiplin yang bersifat struktural dan terikat aturan sekolah.

## Pembahasan

Hasil utama dari penelitian ini menunjukkan bahwa masalah utama yang ditimbulkan oleh media sosial bagi responden adalah ketidakmampuan dalam mengontrol diri dan manajemen waktu untuk belajar, tetapi hal ini tidak secara signifikan mempengaruhi kedisiplinan di lingkungan sekolah. Media sosial berpotensi menurunkan disiplin siswa khususnya pada segi waktu belajar siswa dan manajemen waktu, serta fokus dalam pembelajaran, tetapi tidak sampai mengganggu disiplin di sekolah, seperti ketepatan waktu kesekolah, absensi, dan aturan sekolah lainnya. Hasil penelitian ini mendukung hipotesis pada segi disiplin internal (seperti mengatur waktu belajar, lupa waktu untuk belajar, dan sulit fokus dalam belajar) tetapi dalam segi disiplin eksternal (seperti absensi, ketepatan waktu kesekolah, dan aturan sekolah lain) media sosial tidak memberikan pengaruh yang signifikan.

Temuan ini dapat dibandingkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh syaifudin (2020), yang menemukan bahwa tingkat penggunaan media sosial di smp plus al falah rejotangan sangat tinggi, dengan penggunaan yang paling sering adalah games, tiktok, instagram, facebook, dan aplikasi chatting. Hal ini membuat para siswa tidak dapat fokus dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Tetapi ada yang menarik dalam temuan yang dilakukan oleh peneliti, yaitu siswa tetap antusias dalam mengerjakan tugas sekolah meskipun harus melalui handphone. Hasil penelitian ini menunjukkan kesamaan dengan penelitian yang telah dilakukan dimana media sosial tidak secara langsung mempengaruhi tingkat kedisiplinan siswa dalam mengerjakan tugas (eksternal), tetapi hanya mempengaruhi fokus dan manajemen waktu (internal) siswa. Yang artinya siswa masih mampu untuk mengetahui apa yang menjadi prioritas utama.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh rahmah, dkk (2025), dimana hasil penelitiannya menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara penggunaan media sosial tiktok dalam tingkat kedisiplinan belajar siswa madrasah tsanawiyah. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi berkontribusi terhadap penurunan kemampuan siswa dalam mengatur waktu belajar.



Kesamaan hasil kemungkinan disebabkan oleh pola penggunaan media sosial dikalangan pelajar, yaitu lebih banyak digunakan sebagai hiburan daripada kebutuhan akademik. Selain itu, minimnya kesadaran siswa akan dampak buruk media sosial, kurangnya pengawasan dan kontrol dari orang tua dan guru juga dapat memperparah dampak media sosial terhadap kedisiplinan pelajar. Meskipun demikian, tingkat pengaruh media sosial dapat bervariasi tergantung pada lingkungan sekolah dan tingkat pengawasan guru

Penelitian ini memiliki manfaat untuk memperkaya kajian mengenai pengaruh media sosial terhadap kedisiplinan belajar siswa, khususnya dalam manajemen waktu dan juga pengendalian diri. Penelitian ini juga memberikan masukan bagi pihak sekolah untuk membuat strategi pengawasan serta pembinaan dalam penggunaan media sosial dikalangan siswa, misalnya pembatasan durasi penggunaan handphone, pemberian edukasi digital. Penelitian ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua dalam mengarahkan anak agar menggunakan media sosial dengan bijak. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengambilan kebijakan di sekolah untuk membantu siswa mengatur waktu belajar.

Hasil penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti, durasi penggunaan media sosial, tingkat pengawasan guru, serta motivasi belajar siswa. Intensitas yang tinggi tanpa kontrol dapat menurunkan fokus belajar, sedangkan dengan adanya pengawasan dan motivasi diri yang baik mampu meminimalkan dampak negatif dari penggunaan media sosial.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 39 responden pelajar sekolah menengah, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki pengaruh yang jelas terhadap aspek kedisiplinan internal siswa, terutama dalam hal manajemen waktu, kontrol diri, dan fokus belajar. Mayoritas siswa mengakui bahwa mereka sering lupa waktu, sulit mengatur waktu belajar, serta mudah teralihkan ketika menggunakan media sosial. Namun pengaruh tersebut tidak secara signifikan menurunkan kedisiplinan eksternal, seperti ketepatan waktu, penyelesaian tugas sekolah, dan absensi. Dengan adanya aturan yang jelas serta sanksi membuat siswa mampu mempertahankan disiplin dalam lingkungan sekolah. Penelitian ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kesadaran dan perilaku, dimana siswa mengetahui pentingnya penggunaan media sosial secara bijak, tetapi belum mampu mengendalikan waktunya secara tepat. Dengan demikian semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin besar gangguan terhadap disiplin belajar mandiri siswa, meskipun disiplin eksternal tetap terjaga.

### **Saran**

1. Sekolah perlu merancang program edukasi literasi digital dan manajemen waktu untuk meningkatkan kontrol diri siswa.
2. sekolah perlu membuat kebijakan penggunaan ponsel yang lebih terarah, misalnya pembatasan waktu penggunaan selama jam sekolah dan pemberian ruang diskusi mengenai dampaknya.
3. orang tua perlu memberikan pengawasan yang konsisten terhadap durasi penggunaan media sosial di rumah



4. mendorong anak untuk membuat jadwal belajar yang lebih disiplin, termasuk waktu istirahat dari gadget
5. melakukan komunikasi rutin untuk memahami aktivitas anak di dunia digital dan menanamkan kebiasaan penggunaan yang positif
6. siswa perlu punya kesadaran dalam mengatur waktu belajar

## **DAFTAR PUSTAKA**

Padamai, M. Yewang, M.U.K. & Loe, A.P. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Dan Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Di Sma Negeri 2 Kupang. *Journal Economic Education, Business And Accounting (Jeeba)*. 2(2).

Rahmah, S. Huda, N. & Sabirin, M. Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Madrasah Tsanawiyah. *Journal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. 8(8).

Safira, H.N & Dasalinda, D. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kontrol Diri Remaja Di Smpn 254 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. 7(8).

Syaifudin, A & Elmasari, Y. Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Motivasi Dan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas Viii Smp Plus Falah Rejotangan. *Jurnal Of Education And Information Communication Technology*. 4(2)