

## **TANTANGAN GURU DALAM MENGATASI DISTRAKSI DIGITAL SISWA PADA PEMBELAJARAN BERBASIS GADGET**

### ***TEACHERS' CHALLENGES IN OVERCOMING STUDENTS' DIGITAL DISTRACTIONS IN GADGET-BASED LEARNING***

**Ruwiyat<sup>1</sup>, Naila Nur Oktavia Azzahra<sup>2</sup>, Asep Mulyana<sup>3</sup>**

Universitas Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon

Email: [yatiruwi756@gmail.com](mailto:yatiruwi756@gmail.com)<sup>1</sup>, [azzahraoktavia85@gmail.com](mailto:azzahraoktavia85@gmail.com)<sup>2</sup>, [asepmulyana@uinssc.ac.id](mailto:asepmulyana@uinssc.ac.id)<sup>3</sup>

---

#### **Article Info**

**Article history :**

Received : 05-12-2025

Revised : 07-12-2025

Accepted : 09-12-2025

Published : 11-12-2025

---

#### **Abstract**

*Advances in digital technology have encouraged schools to integrate gadgets as learning media. However, gadgets also present challenges in the form of digital distractions that disrupt students' focus. This study aims to analyze the challenges teachers face in addressing students' digital distractions in gadget-based learning. The study used a descriptive qualitative method with direct observation of eighth-grade social studies learning in a junior high school (madrasah tsanawiyah) in Cirebon Regency. Observations were conducted over three sessions, focusing on students' gadget usage behavior. The results indicate that digital distractions manifest in four main forms: application multitasking, intrusive notifications, social media use, and a lack of teacher control over devices. Challenges experienced by teachers include low student digital literacy, limited monitoring, student multitasking habits, the absence of standard regulations, and teachers' limited technological competence. This study concludes that efforts to prevent distractions need to be implemented through digital classroom management strategies, improving digital literacy, using monitoring applications, and educating students about technology ethics.*

---

**Keywords:** *digital distraction, social studies learning, digital literacy*

---

#### **Abstrak**

Kemajuan teknologi digital telah mendorong sekolah untuk mengintegrasikan gadget sebagai media pembelajaran. Namun demikian, gadget juga menghadirkan tantangan berupa distraksi digital yang mengganggu fokus siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tantangan guru dalam mengatasi distraksi digital siswa pada pembelajaran berbasis gadget. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan observasi langsung pada proses pembelajaran IPS kelas VIII di salah satu madrasah tsanawiyah di Kabupaten Cirebon. Observasi dilakukan selama tiga pertemuan dengan fokus pada perilaku penggunaan gadget siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa distraksi digital muncul dalam empat bentuk utama: multitasking aplikasi, notifikasi mengganggu, penggunaan media sosial, serta ketiadaan kontrol guru terhadap perangkat. Tantangan yang dialami guru meliputi rendahnya literasi digital siswa, keterbatasan pemantauan, kebiasaan multitasking siswa, tidak adanya regulasi yang baku, dan minimnya kompetensi teknologi guru. Penelitian ini menyimpulkan bahwa upaya pencegahan distraksi perlu dilakukan melalui strategi pengelolaan kelas digital, peningkatan literasi digital, penggunaan aplikasi monitoring, serta pendidikan etika berteknologi.

**Kata Kunci:** *distraksi digital, pembelajaran IPS, literasi digital*

#### **PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi digital telah mengubah ekosistem pendidikan global. Gadget seperti smartphone, tablet, dan laptop tidak hanya menjadi alat

komunikasi, tetapi juga media belajar yang memungkinkan siswa mengakses informasi secara instan. Pembelajaran berbasis gadget semakin banyak diterapkan di sekolah menengah, terutama dalam pembelajaran daring maupun luring dengan dukungan platform digital seperti Google Classroom, Quizizz, maupun e-learning sekolah (Rahmawati, 2021).

Pembelajaran yang memanfaatkan gadget diyakini mampu meningkatkan minat belajar siswa, menyediakan sumber belajar lebih variatif, serta mendorong siswa menguasai literasi digital abad 21 (Munawaroh, 2020). Namun demikian, penggunaan gadget tidak selalu berdampak positif. Gadget menyimpan berbagai fitur non-pendidikan seperti game, media sosial, video hiburan, dan pesan instan yang dapat mengalihkan perhatian siswa selama proses pembelajaran (Pratama & Setiyawan, 2020).

Fenomena distraksi digital semakin meningkat terutama pada generasi digital native yang tumbuh dengan paparan teknologi tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa siswa rata-rata membuka 1–3 aplikasi lain ketika sedang mengikuti pembelajaran berbasis gadget (Kurniawan, 2022). Distraksi digital tidak hanya menurunkan fokus siswa, tetapi juga berdampak pada rendahnya hasil belajar, meningkatnya perilaku pasif, serta memicu ketergantungan pada teknologi (Nugroho, 2021).

Bagi guru, fenomena ini menjadi tantangan signifikan. Guru tidak hanya dituntut menguasai materi dan teknologi, tetapi juga mengelola perilaku digital siswa agar penggunaan gadget tetap sesuai tujuan pembelajaran. Tantangan ini semakin kompleks ketika guru tidak dibekali kemampuan monitoring perangkat digital atau sekolah tidak memiliki aturan baku terkait penggunaan gadget (Sari, 2022). Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengidentifikasi bentuk-bentuk distraksi digital siswa selama pembelajaran berbasis gadget.
2. Mendeskripsikan tantangan guru dalam mengatasi distraksi digital.
3. Menganalisis strategi guru dalam meminimalisasi distraksi digital.

Penelitian ini menjadi penting mengingat belum banyak penelitian yang fokus pada tantangan guru berdasarkan observasi langsung di kelas, khususnya dalam konteks pembelajaran IPS di madrasah.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Distraksi Digital**

Distraksi digital merupakan kondisi ketika perhatian seseorang teralihkan oleh rangsangan digital dari perangkat seperti smartphone, tablet, atau laptop sehingga mengganggu fokus terhadap tugas utama (Rosen, 2020). Dalam konteks pendidikan, distraksi digital muncul ketika siswa mengalihkan perhatian dari pembelajaran ke aktivitas lain seperti membuka media sosial, bermain game, menonton video, atau membalas pesan. Menurut Cain & Lapointe (2019), distraksi digital terjadi karena kemudahan akses aplikasi hiburan, notifikasi yang muncul secara terus-menerus, serta tingginya ketergantungan siswa pada perangkat digital.

Faktor penyebab distraksi digital pada siswa meliputi kebiasaan multitasking, rendahnya kemampuan manajemen waktu, kurangnya kontrol diri, serta lingkungan digital yang sangat menarik secara visual (Ward, 2017). Distraksi digital berpengaruh pada penurunan konsentrasi, berkurangnya pemahaman materi, menurunnya kualitas hasil belajar, serta meningkatnya perilaku

pasif dalam pembelajaran (May & Elder, 2018). Oleh karena itu, distraksi digital menjadi tantangan besar dalam implementasi pembelajaran berbasis gadget.

### **Pembelajaran Berbasis Gadget**

Pembelajaran berbasis gadget merupakan pendekatan pembelajaran yang memanfaatkan perangkat digital seperti smartphone atau tablet sebagai media akses materi, interaksi, dan penyelesaian tugas (Sung, Yang, & Lee, 2021). Penggunaan gadget memungkinkan siswa mengakses sumber belajar secara lebih luas, memanfaatkan aplikasi edukatif, serta mendukung pembelajaran mandiri. Menurut Sharples (2019), pembelajaran berbasis gadget dapat meningkatkan keterlibatan siswa karena menyediakan pengalaman belajar visual, interaktif, dan fleksibel.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan menggambarkan fenomena distraksi digital dan tantangan guru secara mendalam berdasarkan observasi alamiah di kelas. Lokasi penelitian adalah Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) di Kabupaten Cirebon. Subjek penelitian terdiri dari: 1 guru mata pelajaran IPS (berpengalaman 12 tahun mengajar), 32 siswa kelas VIII.

### **Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Observasi Kelas**

Observasi dilakukan selama tiga kali pertemuan, masing-masing 90 menit, pada materi Interaksi Sosial dalam Kehidupan Masyarakat. Data observasi meliputi:

- a. perilaku siswa saat menggunakan gadget,
- b. aplikasi yang dibuka,
- c. interaksi siswa-guru,
- d. reaksi guru terhadap distraksi digital.

#### **2. Wawancara Semi-terstruktur: Guru dan 10 siswa dipilih sebagai informan.**

#### **3. Dokumentasi**

Diperoleh berupa catatan guru, screenshot perilaku (tanpa wajah), log aktivitas kelas, dan daftar aplikasi yang digunakan.

### **Analisis Data**

Analisis mengikuti model Miles & Huberman meliputi:

1. Reduksi data (mengelompokkan jenis distraksi),
2. Penyajian data (narasi hasil observasi),
3. Penarikan kesimpulan.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Hasil Penelitian**

Bagian ini disusun berdasarkan hasil observasi langsung yang dilakukan pada kegiatan pembelajaran di kelas VIII pada salah satu madrasah/sekolah yang menerapkan pembelajaran berbasis gadget. Observasi dilakukan selama tiga pertemuan dan difokuskan pada perilaku distraksi

digital siswa, strategi guru, serta hambatan yang muncul selama proses pembelajaran.

### **Gambaran Pembelajaran Berbasis Gadget**

Guru menggunakan:

1. Google Classroom (materi & evaluasi),
2. Quizizz (evaluasi cepat),
3. YouTube (video pembelajaran),
4. WhatsApp Grup (informasi tugas).
5. 80% siswa membawa smartphone Android.
6. Pembelajaran dimulai dengan instruksi membuka aplikasi pembelajaran, namun sebagian siswa terlihat langsung memakai gadget untuk membuka aplikasi lain.

### **Bentuk Distraksi Digital Siswa**

Hasil observasi mengidentifikasi empat bentuk utama distraksi digital sebagai berikut:

No	Bentuk Distraksi Digital	Jumlah Siswa Teramati	Persentase
1.	Membuka media sosial (TikTok/Instagram)	18 siswa	56%
2.	Bermain game online	10 siswa	31%
3.	Mengakses YouTube non-pembelajaran	12 siswa	37%
4.	Mengirim pesan pribadi (chat)	21 siswa	65%
5.	Membil foto/video saat pembelajaran	7 siswa	22%
6.	Mengakses konten digital	15 siswa	47%

Hasil observasi memperlihatkan bahwa bentuk distraksi digital yang paling dominan adalah membaca pesan pribadi (65%) dan mengakses media sosial (56%). Aktivitas ini lebih sulit dikendalikan oleh guru karena dilakukan melalui aplikasi pesan yang tampilannya tidak mudah terdeteksi dari jarak jauh. Selain itu, 37% siswa mengakses YouTube untuk tujuan hiburan di tengah pembelajaran, meskipun gadget seharusnya digunakan untuk mencari referensi materi. Aktivitas bermain game online juga cukup tinggi (31%), khususnya saat siswa merasa pembelajaran berjalan lambat atau ketika guru memberikan tugas. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa mengelola fokus masih rendah ketika gadget digunakan secara bersamaan dalam pembelajaran.

### **Strategi Guru dalam Mengatasi Distraksi Digital**

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran berbasis gadget, guru menerapkan berbagai strategi untuk mengurangi distraksi digital siswa. Strategi pertama yang dilakukan adalah menetapkan aturan penggunaan gadget secara jelas sebelum pembelajaran dimulai. Guru mengingatkan siswa bahwa gadget hanya boleh digunakan ketika instruksi diberikan dan harus ditutup ketika penjelasan berlangsung. Aturan ini cukup membantu menjaga ketertiban kelas, namun belum sepenuhnya efektif karena masih terdapat siswa yang membuka aplikasi lain secara sembunyi-sembunyi di balik meja atau layar yang dimiringkan.

Strategi kedua yang terlihat dominan adalah guru berkeliling kelas saat proses pembelajaran. Monitoring fisik ini terbukti cukup efektif karena siswa menjadi lebih berhati-hati dan cenderung menutup aplikasi non-pembelajaran ketika guru berada di dekat mereka. Dengan pemantauan langsung, guru dapat melihat layar gadget siswa dan memberikan teguran ketika menemukan mereka membuka media sosial, game, atau YouTube hiburan. Strategi ini mampu mengurangi perilaku distraktif, terutama aktivitas bermain game dan menonton video yang sebelumnya cukup sering muncul.

Guru juga mengupayakan peningkatan fokus siswa melalui penggunaan aplikasi pembelajaran interaktif, seperti Quizizz, Kahoot, dan video pembelajaran berbasis animasi. Penggunaan media interaktif terbukti menjadi strategi paling efektif karena membuat siswa lebih tertarik mengikuti kegiatan pembelajaran. Aplikasi seperti Quizizz yang bersifat kompetitif membuat siswa fokus pada gadget untuk menyelesaikan soal-soal dengan cepat, sehingga kemungkinan membuka aplikasi lain menjadi lebih rendah. Strategi ini tidak hanya meningkatkan fokus, tetapi juga meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa.

Selain itu, guru mencoba mengintegrasikan media sosial sebagai bagian dari tugas pembelajaran, seperti memberikan instruksi untuk mengunggah hasil kerja ke platform Instagram kelas atau WhatsApp grup kelas. Pendekatan ini dilakukan untuk mengalihkan penggunaan media sosial agar selaras dengan tujuan pembelajaran. Namun, efektivitasnya masih terbatas karena beberapa siswa tetap sulit membedakan antara penggunaan media sosial untuk tugas dan untuk hiburan.

Strategi lainnya adalah memberikan konsekuensi bagi siswa yang melanggar, berupa teguran langsung atau pengurangan nilai kedisiplinan. Meskipun strategi ini memberikan efek jangka pendek untuk membuat siswa jera, namun hasil observasi menunjukkan bahwa konsekuensi tidak sepenuhnya mampu menekan distraksi secara berkelanjutan. Untuk menyeimbangkan penegakan aturan dan menjaga suasana belajar tetap kondusif, guru juga menerapkan variasi metode mengajar seperti diskusi kelompok dan project-based learning. Pendekatan ini membuat siswa lebih sibuk dengan aktivitas yang bermakna sehingga berkurang kesempatan untuk membuka aplikasi yang tidak relevan dengan pembelajaran.

Secara keseluruhan, kombinasi strategi tersebut menunjukkan bahwa strategi yang paling efektif adalah penggunaan media interaktif dan pemantauan langsung, sedangkan aturan tertulis dan pemberian konsekuensi memiliki efektivitas yang lebih rendah karena sulit diterapkan secara konsisten dalam pembelajaran berbasis gadget.

### **Tantangan Guru dalam Mengatasi Distraksi Digital**

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru menghadapi berbagai tantangan signifikan dalam mengatasi distraksi digital siswa. Tantangan pertama adalah keterbatasan guru dalam memantau seluruh aktivitas siswa secara bersamaan. Karena masing-masing siswa menggunakan gadget pribadi, guru sulit memastikan bahwa perangkat digunakan sesuai tujuan pembelajaran. Seringkali siswa membuka aplikasi lain secara cepat ketika guru sedang mengalihkan perhatian untuk menulis di papan atau memberikan penjelasan. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol visual guru terhadap gadget siswa sangat terbatas.

Tantangan berikutnya adalah terkait kebiasaan multitasking siswa. Banyak siswa terbiasa berpindah-pindah aplikasi, seperti membuka chat sambil mencatat materi atau melihat media sosial sambil mengerjakan tugas. Kebiasaan ini membuat perhatian siswa mudah terpecah, sehingga menurunkan kualitas pemahaman dan hasil belajar. Guru perlu mengingatkan siswa berulang kali agar tetap fokus, namun usaha tersebut tidak selalu berhasil karena godaan digital yang sangat dekat dengan siswa.

Selain itu, terdapat tantangan berupa perbedaan tingkat literasi digital siswa. Beberapa siswa sangat mahir menggunakan gadget sehingga dapat membuka aplikasi non-pembelajaran tanpa terdeteksi, sementara siswa lain justru mengalami kesulitan mengakses aplikasi pembelajaran yang seharusnya digunakan. Perbedaan kemampuan ini menyebabkan guru harus memberikan pendampingan tambahan kepada siswa yang kurang mampu, sementara tetap mengawasi mereka yang terlalu mahir dan berpotensi menyalahgunakan gadget.

Guru juga menghadapi masalah lain berupa ketergantungan siswa terhadap hiburan digital. Banyak siswa menunjukkan ketertarikan yang lebih besar pada game, video hiburan, dan media sosial dibandingkan materi pelajaran. Ketergantungan ini membuat motivasi belajar rendah dan membutuhkan upaya ekstra dari guru untuk membuat pembelajaran lebih menarik. Tantangan ini semakin berat karena gadget menyediakan akses instan ke hiburan yang sulit tersaingi oleh metode pengajaran tradisional.

Tantangan lainnya yang muncul adalah keterbatasan kompetensi guru dalam memanfaatkan aplikasi digital. Tidak semua guru terbiasa mengoperasikan media pembelajaran modern, sehingga beberapa kegiatan pembelajaran menjadi kurang menarik atau tidak berjalan optimal. Dalam kondisi seperti ini, siswa lebih mudah kehilangan fokus dan kembali pada aktivitas digital yang tidak relevan. Selain itu, kondisi lingkungan kelas yang kurang kondusif, seperti siswa yang saling menunjukkan konten meme atau video, turut menghambat usaha guru dalam menjaga fokus pembelajaran.

Secara keseluruhan, tantangan-tantangan tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis gadget membutuhkan dukungan kompetensi digital guru, alat monitoring yang lebih baik, serta strategi manajemen kelas yang lebih ketat untuk meminimalkan distraksi digital siswa.

## **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distraksi digital menjadi salah satu hambatan terbesar dalam pembelajaran berbasis gadget. Distraksi muncul terutama ketika siswa tidak mampu mengendalikan penggunaan perangkat mereka, sehingga perhatian mereka teralihkan dari materi pelajaran ke aktivitas digital lain seperti media sosial, game, atau pesan pribadi. Temuan ini sejalan dengan pendapat Rosen (2020) yang menyatakan bahwa perangkat digital memiliki potensi besar mengganggu fokus belajar karena sifatnya yang multitasking dan selalu terhubung dengan berbagai aplikasi hiburan. Melalui observasi, terlihat bahwa sebagian besar siswa menggunakan gadget di luar instruksi guru, baik secara terang-terangan maupun sembunyi-sembunyi, menunjukkan bahwa pengendalian diri siswa masih rendah.

Dalam konteks pembelajaran berbasis gadget, guru memiliki peran penting untuk mengarahkan siswa agar tetap fokus pada aktivitas pembelajaran. Strategi guru dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran interaktif seperti Quizizz dan Kahoot mampu

menarik perhatian siswa lebih baik dibanding metode konvensional. Ketika siswa diberikan aktivitas yang menarik dan bersifat kompetitif, mereka cenderung mengurangi aktivitas non-pembelajaran. Hal ini sesuai dengan penelitian Sung et al. (2021) yang menyatakan bahwa media digital interaktif mampu meningkatkan keterlibatan siswa, sehingga mengurangi potensi distraksi. Dengan demikian, pemilihan media digital yang tepat menjadi faktor krusial dalam menjaga konsentrasi siswa.

Namun, strategi guru dalam bentuk aturan penggunaan gadget belum sepenuhnya efektif. Meskipun aturan diberikan sebelum pembelajaran dimulai, beberapa siswa tetap melanggar karena merasa bahwa perilaku mereka tidak selalu dapat dideteksi guru. Pengawasan langsung melalui berkeliling kelas terbukti lebih efektif karena menciptakan tekanan sosial yang membuat siswa enggan membuka aplikasi lain. Kondisi ini sejalan dengan teori manajemen kelas yang menyatakan bahwa kontrol fisik dari guru dapat meningkatkan kedisiplinan siswa selama pembelajaran berlangsung. Namun demikian, pemantauan langsung ini memiliki keterbatasan, terutama ketika jumlah siswa dalam kelas cukup banyak dan guru tidak mampu mengawasi seluruh layar gadget secara bersamaan.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan tingkat literasi digital antar siswa juga menjadi tantangan tersendiri. Siswa yang mahir teknologi cenderung lebih mudah menyalahgunakan gadget untuk aktivitas di luar pembelajaran, sementara siswa dengan kemampuan digital rendah kesulitan mengikuti instruksi akademik berbasis aplikasi. Kondisi ini mengharuskan guru memberikan pendampingan yang lebih intens bagi kelompok tertentu, sehingga konsentrasi guru terbagi. Tantangan ini mempertegas temuan Sharples (2019), bahwa pembelajaran berbasis gadget memerlukan kesiapan digital yang merata, tidak hanya bagi siswa tetapi juga bagi guru.

Ketergantungan siswa terhadap hiburan digital juga sangat mempengaruhi motivasi belajar. Siswa lebih tertarik membuka konten hiburan dibanding memperhatikan penjelasan guru, sehingga materi pelajaran sulit terserap secara optimal. Fenomena ini memperlihatkan bahwa budaya digital yang kuat di kalangan remaja sangat memengaruhi cara mereka memproses informasi. Guru perlu menciptakan kegiatan belajar yang lebih menarik agar dapat menyaingi rangsangan digital luar yang sangat dominan.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran berbasis gadget sangat bergantung pada kombinasi strategi pedagogis yang menarik, pengawasan yang konsisten, kompetensi digital guru, dan kemampuan siswa dalam mengelola perhatian. Distraksi digital akan terus menjadi tantangan jika guru tidak diberikan pelatihan yang memadai atau sekolah tidak menetapkan kebijakan penggunaan gadget yang jelas. Dengan demikian, pembelajaran berbasis gadget memerlukan perencanaan matang, dukungan teknologi yang tepat, serta sistem kontrol yang dapat membantu guru menjaga fokus siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

## **KESIMPULAN**

Distraksi digital merupakan fenomena yang tidak terhindarkan dalam pembelajaran berbasis gadget. Penelitian ini menemukan bahwa siswa sering melakukan multitasking, membuka aplikasi hiburan, mengakses media sosial, dan terdistraksi notifikasi. Guru menghadapi tantangan berupa keterbatasan alat monitoring, rendahnya literasi digital, kebiasaan multitasking siswa, serta ketiadaan

regulasi yang jelas.

Untuk mengatasi distraksi digital, guru perlu menerapkan strategi pengelolaan kelas digital yang lebih intensif, menggunakan media pembelajaran interaktif, menerapkan kesepakatan kelas, dan berkolaborasi dengan pihak sekolah serta orang tua. Sekolah juga perlu menyediakan kebijakan penggunaan gadget serta pelatihan teknologi untuk guru.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdullah, R. (2020). Dampak Media Sosial terhadap Fokus Belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 4(2), 95–104.
- Fadilah, N. (2020). Literasi Digital Siswa dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Literasi Pendidikan*, 4(2), 84–93.
- Handayani, R. (2021). Etika Digital dalam Pembelajaran Modern. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2), 155–168.
- Kurniawan, B. (2022). Analisis Perilaku Multitasking pada Remaja. *Jurnal Komunikasi Digital*, 8(1), 50–63.
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social Networking Sites and Addiction. *International Journal of Mental Health Addiction*, 15(3), 648– 665.
- Munawaroh, S. (2020). Implementasi Gadget dalam Pembelajaran IPS. *Jurnal Sosial dan Pendidikan*, 4(2), 139–148.
- Nass, C. (2018). Multitasking Behaviors in the Digital Era. *Journal of Media Psychology*, 11(2), 85–94.
- Nugroho, A. (2021). Dampak Media Digital terhadap Konsentrasi Belajar. *Jurnal Psikologi Terapan*, 12(1), 77–89.
- Pratama, A., & Setiyawan, H. (2020). Distraksi Digital dalam Pembelajaran Online. *Jurnal Pendidikan Modern*, 7(1), 55–64.
- Putri, A. (2022). Pengaruh Gadget terhadap Kedisiplinan Belajar. *Jurnal Pendidikan Remaja*, 9(1), 113–125.
- Rahmawati, T. (2021). Pembelajaran Berbasis Teknologi Digital dalam Pendidikan Abad 21. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 9(2), 112–120.
- Saefullah, H. (2021). Mobile Device Management untuk Pendidikan. *Jurnal Teknologi dan Informasi Pendidikan*, 6(1), 23–34.
- Sari, M. (2022). Peran Guru dalam Mengontrol Penggunaan Gadget Siswa. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 5(3), 211–220.
- Sweller, J. (2019). Cognitive Load Theory and Educational Design. *Educational Psychology Review*, 31(2), 261–292.
- Wahyudi, S. (2020). Strategi Pengelolaan Kelas Berbasis Teknologi. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 8(3), 178–188.