AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

Buletin Jumat



Dilema Kemajuan Teknologi dan Arah Tujuan Pembelajaran Kita

Edisi 24 17/04/2026

Selengkapnya →

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Dilema Kemajuan Teknologi dan Arah Tujuan Pembelajaran Kita

Oleh :
***Muhammad Ikhsan, S.S.**

Ambillah gawai pintar Anda kemudian tikan pada kolom pencarian di internet judul sebuah artikel: The effects of smartphone addiction on learning: A meta-analysis, yang dipublikasikan pada 2021, dalam jurnal Computers in Human Behavior Reports oleh Oluwafemi J. Sunday, Olusola O. Adesope, dan Patricia L. Maathuis. Sebelum dipublikasikan, jurnal tersebut adalah bagian tesis pascasarjana dari penulis utamanya, Oluwafemi J. Sunday, di Washington State University pada 2019. Isinya merupakan hasil studi komprehensif yang merangkum berbagai penelitian sebelumnya mengenai dampak kecanduan terhadap ponsel pintar (smartphone) terhadap proses belajar siswa. Jika Anda mencari lebih dalam, Anda akan menemukan banyak artikel ilmiah dengan topik serupa dan dengan hasil yang tidak jauh berbeda.

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

Penelitian Oluwafemi mengungkapkan korelasi negatif yang jelas antara kecanduan smartphone dengan hasil belajar dan prestasi akademik pelajar ($Q(43) = 711{,}87$, $p < 0{,}001$, $r = -0{,}12$). Artinya, semakin tinggi tingkat kecanduan pelajar terhadap gawai mereka, semakin rendah prestasi akademiknya. Penggunaan ponsel saat sedang belajar (multitasking) terbukti memperburuk dampak negatif tersebut karena mengganggu fokus dan proses penyerapan informasi siswa. Kecanduan yang ditimbulkan juga berdampak buruk pada keterampilan kognitif yang diperlukan untuk sukses secara akademik, seperti konsentrasi, daya ingat, dan pengendalian diri (self-regulation).

Terkait penemuan tersebut, di sekolah, saya mengingat seorang siswa yang menunjukkan tanda-tanda kecanduan terhadap gawainya. Di asrama, siswa ini mengaku tidak betah, ia sampai ingin pindah sekolah. Sekolah asrama membuatnya tidak nyaman. Ketika diselidiki, penyebab utamanya adalah efek kecanduan terhadap ponsel pintarnya. Setiap libur panjang sekolah, di rumahnya, orang tuanya tidak terlalu memperhatikan jam penggunaan ponsel

pintar anaknya. Seolah difasilitasi kebebasan, ponsel pintarnya memberikan dirinya banyak dopamin (hormon kesenangan). Segala macam hiburan, seperti game, musik, dan film membuat siswa ini mengabaikan hal-hal penting dalam rutinitas hariannya. Siswa yang berpotensi malah memunculkan kepribadian lalai.

Akibatnya, persepsi baru terbentuk: Waktu menjadi sesuatu yang dianggap bisa seenaknya dibuang-buang. Ketika kembali ke asrama, siswa ini harus berpisah dengan ponsel pintarnya dan hal itu menyebabkan problem psikologis yang serius. Siswa akan menganggap asrama sebagai penjara lantaran kesenangan-kesenangan dalam ponsel pintarnya telah direnggut dari dirinya. Inilah efek jahat dari kecanduan.

Pada kasus lain, untuk sekolah asrama yang menerapkan sistem pembelajaran dengan memanfaatkan gawai, persoalan kecanduan ini juga menjadi tantangan yang serius bagi sekolah. Sekalipun telah dirancang sistem pembatasan akses terhadap gawai siswa sehingga ruang gerak siswa terhadap internet menjadi terbatas, sekolah harus mengakui sistem pembatasan akses tetap bisa dibobol oleh siswa. Mereka tetap bisa menggunakan gawai untuk hal-hal yang tidak ada hubungannya dengan pembelajaran di kelas. Fokus siswa menjadi berubah arah. Gawai yang

disediakan untuk proses belajar akan diselewengkan dengan mengakali akses pembatasan internet. Di kelas, gawai tidak lagi digunakan untuk belajar, tetapi terus dipakai untuk membohongi gurunya di kelas.

Dari contoh dua kasus di atas, ada semacam dilema terhadap kemajuan teknologi yang terjadi. Satu kemudahan cara hidup yang ditawarkan teknologi tentu akan menguntungkan sebagian pihak, tetapi tidak jarang pula itu akan merugikan sebagian pihak yang lain apabila mereka tidak mampu beradaptasi untuk selalu memanfaatkan teknologi ke arah yang positif. Namun, bukankah ini sebuah ironi, ketika saya duduk di sini sambil menggunakan gawai canggih saya,melalui internet, saya belajar dari jurnal-jurnal ilmiah yang saya unduh bahwa ternyata ponsel pintar bisa memberikan dampak buruk bagi pembelajaran siswa.

Kembali pada penelitian Oluwafemi, meta-analisis dalam paparannya sebagian besar bersifat korelasional, yang artinya setiap data yang didapatkan berdasarkan pada kasus spesifik terhadap kecanduan dan bukan penggunaan normal yang efek negatifnya akan lebih kecil. Dengan demikian, masalahnya bukan pada smartphone itu sendiri, melainkan bagaimana dan kapan smartphone tersebut digunakan. Akses yang terus-menerus dan tidak terstruktur dapat

merusak perhatian dalam pembelajaran, sementara penggunaan yang disengaja terikat pada pembelajaran tetap akan memberikan manfaat yang berdampak baik. Intinya bukan sepenuhnya melarang penggunaan gawai, melainkan merancang lingkungan yang mendukung fokus mendalam terhadap pemanfaatan teknologi.

Jika ingin disederhanakan, faktor utamanya adalah adiksi. Akan tetapi, adiksi sendiri bukanlah perkara sederhana. Adiksi atau kecanduan adalah satu kondisi yang membuat seseorang kehilangan kontrol terhadap suatu hal. Seseorang yang mengalami kecanduan biasanya tidak akan memiliki kendali atas apa yang ia lakukan, konsumsi, atau gunakan. Dikatakan faktor utama yang dapat menyebabkan kecanduan adalah munculnya perasaan senang di otak. Hal itu terjadi karena tubuh, terutama otak, mengenali sesuatu yang menyenangkan sehingga berharap selalu bisa mengulanginya lagi. Otak pun merespons hal tersebut dengan mengeluarkan hormon dopamin yang dikenal sebagai hormon kesenangan. Hormon ini akan meningkat ketika seseorang merasa puas, bahagia, dan senang terhadap suatu hal.

"...Makan dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan" (QS. Al-A'raf/7: 31). Bahkan, Nabi juga sudah sejak lama mengingatkan bahwa: "Makanlah dan

minumlah, bersedekahlah, dan berpakaianlah tanpa berlebih-lebihan dan tanpa kesombongan" (HR. Abu Daud). Ayat dan Hadis tersebut ingin mengingatkan kita bahwa Islam mengajarkan keseimbangan dan tidak berlebihan dalam segala hal, termasuk dalam menggunakan teknologi dan gawai.

Penulis memandang sekolah yang menerapkan sistem pelarangan menggunakan gawai dalam proses belajar-mengajar di kelas sebagai tindakan yang baik guna meminimalisir dampak kecanduan gawai. Dalam hal ini, kita bisa melihat negara seperti Swedia, Finlandia, Denmark, Belanda, Perancis, dan Norwegia yang sudah lebih dulu melarang penggunaan ponsel di sekolah. Menteri Pendidikan dan Integrasi Swedia, Simona Mohamsson, bahkan menyebut kebijakan itu bukan sekadar aturan kecil, melainkan langkah besar dalam reformasi pendidikan negara mereka. Akan tetapi, dalam konteks penerapan literasi teknologi, penulis menganggap pemanfaatan teknologi atau gawai untuk proses pembelajaran juga adalah langkah progresif bagi sekolah-sekolah di negara berkembang seperti Indonesia. Di antara dilema-dilema kemajuan teknologi, bersama efek positif dan negatifnya, sekolah harus sungguh-sungguh merancang sistem pembelajaran yang efektif dalam pemanfaatannya terhadap teknologi.

***Penulis merupakan pengajar aktif Bahasa Indonesia di MA AAIBS.**

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA



PALESTINA
BUTUH BANTUANMU
BATCH 3

Transfer donasi Anda melalui Bank Muamalat 4820 5050 50 An. LAZIS Al-Azhar Asy-Syarif Sumatera Utara



New Student Enrollment

Academic Year **2026-2027** **Open Now!**



Al-Azhar Asy-Syarif Sumatera Utara

SD Full Day | **SMP** Boarding | **MA** Boarding

Scan Here!

0811 6066 080

alazharasysyarifsumut

Jl. Mahoni Pasar II, Kel. Bandar Klippa, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang, Sumatera utara 20371

Al-Azhar Asy-Syarif Medan

TK | **SD** | **SMP** | **SMA**
Full Day

Scan Here!

0811 6161 6080

alazharasysyarifmedan

Jl. Sei Asahan No.37, Kel. Merdeka, Kec. Medan Baru, Kota Medan

www.alazharasysyarifsumut.sch.id