COMPUTA
Journal of Computer and Informatics Engineering
Volume 2, Nomor 1, 2026

p-ISSN: XXX-XXXX
e-ISSN: XXXX-XXX

Pengaruh Pembatasan Akses Internet Sekolah terhadap Konsentrasi Belajar dan Karakter Disiplin Siswa Di Smp Attaqwiyah

Rindiani1[1)], Diah Afrianti Rahayu2[2)], Indra Maulana3[3)]

[1)2)3)] Institut Prima Bangsa, Indonesia
[1)] rindiani121001@gmail.com
[2)] diahafriantirahayu@gmail.com
[3)] indramaulana360@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk menjawab dua rumusan masalah, yaitu bagaimana pengaruh pembatasan akses internet terhadap konsentrasi belajar siswa serta bagaimana pengaruhnya terhadap karakter disiplin siswa pada mata pelajaran informatika di SMP Attaqwiyah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan pembatasan akses internet dalam meningkatkan konsentrasi belajar dan membentuk karakter disiplin siswa. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan dua kelompok, yaitu kelas eksperimen yang menerapkan pembatasan akses internet dan kelas kontrol tanpa perlakuan serta penyebaran data pretest dan posttest. Instrumen pengumpulan data berupa angket konsentrasi belajar dan karakter disiplin siswa yang telah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas. Data kemudian dianalisis melalui uji normalitas dan homogenitas sebelum dilanjutkan dengan uji t independen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pembatasan akses internet terhadap kedua variabel yang diteliti. Pada variabel konsentrasi belajar diperoleh nilai signifikansi uji t sebesar 0,000 (<0,05) dengan rata-rata N-Gain kelas eksperimen sebesar 0,42358 dan kelas kontrol sebesar 0,22143. Sementara pada variabel karakter disiplin diperoleh nilai signifikansi uji t juga sebesar 0,000 (<0,05) dengan rata-rata N-Gain kelas eksperimen sebesar 0,41668 dan kelas kontrol sebesar 0,23302. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pembatasan akses internet berpengaruh signifikan dalam meningkatkan konsentrasi belajar maupun meningkatkan karakter disiplin siswa. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi sekolah dalam merumuskan kebijakan pengelolaan akses internet yang lebih selektif guna mendukung proses pembelajaran yang fokus dan penguatan karakter positif siswa.

Kata kunci: pembatasan akses internet, konsentrasi belajar, karakter disiplin, uji t, N-Gain

Abstract

This research was conducted to answer two problem formulations, namely how the effect of restricting internet access on student learning concentration and how it affects the character of student discipline in informatics subjects at Attaqwiyah Junior High School. The purpose of this study is to determine the effectiveness of the implementation of internet access restrictions in increasing study concentration and shaping students' discipline character. The study used a quasi-experimental design with two groups, namely the experimental class that applied internet access restrictions and the control class without treatment and the dissemination of pretest and posttest data. The data collection instrument is in the form of a questionnaire on learning concentration and student discipline characteristics that have met the requirements for validity and reliability. The data were then analyzed through normality and homogeneity tests before proceeding with independent t-tests. The results of the study showed that there was a significant effect of restricting internet access on the two variables studied. In the learning concentration variable, the significance value of the t-test was 0.000 (<0.05) with an average N-Gain of the experimental class of 0.42358 and the control class of 0.22143. Meanwhile, in the discipline character variable, the significance value of the t-test was also 0.000 (<0.05) with an average N-

DOI: xxxxxxx

Received: 14-09-2026
Accepted: 08-05-2026

Gain of the experimental class of 0.41668 and the control class of 0.23302. Based on these results, it can be concluded that restricting internet access has a significant effect on increasing study concentration and improving the discipline character of students. This research is expected to be a reference for schools in formulating a more selective internet access management policy to support a focused learning process and strengthen students' positive character.

Keywords: *internet access restrictions, study concentration, character discipline, t-test, N-Gain*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah menjadi isu global yang memberikan dampak signifikan dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk pendidikan. Akses internet yang meluas membuka peluang besar bagi dunia pendidikan untuk menghadirkan pembelajaran berbasis digital yang lebih interaktif, kolaboratif, dan berbasis sumber daya global. Di banyak negara, internet dianggap sebagai katalisator transformasi pendidikan, karena memungkinkan guru dan siswa untuk mengakses informasi tanpa batas dan memperluas wawasan pembelajaran mereka (Juliyana & Nuraflah, 2020). Namun, isu yang muncul secara global adalah bagaimana penggunaan internet yang tidak terkendali justru menjadi distraksi besar bagi siswa. Studi internasional mengungkapkan bahwa internet sering kali disalahgunakan untuk kegiatan non-akademik, seperti media sosial atau game daring, yang berdampak negatif pada konsentrasi belajar dan karakter disiplin siswa (Rohmah, 2020; Togatorop & Simanjuntak, 2024).

Beberapa faktor turut mendorong permasalahan rendahnya konsentrasi dan disiplin siswa akibat penggunaan internet. Pertama, durasi pemakaian yang tidak terkontrol memicu kecanduan gadget sehingga siswa sulit mengatur waktu belajar (Susanti et al., 2024). Kedua, jenis konten yang dikonsumsi, terutama game online, menyebabkan siswa lebih fokus pada hiburan dibandingkan pembelajaran (Nurwandari et al., 2022). Ketiga, lemahnya pengawasan baik dari sekolah maupun orang tua membuat siswa memiliki kebebasan penuh dalam mengakses internet, sehingga kebiasaan menyimpang semakin terbentuk. Keempat, kondisi mental dan motivasi belajar siswa juga berperan penting, karena siswa dengan motivasi rendah lebih mudah terdistraksi (Mardiana et al., 2024). Selain itu, faktor eksternal seperti lingkungan belajar yang kurang kondusif dan minimnya regulasi sekolah memperparah situasi.

Dampak yang ditimbulkan dari faktor-faktor di atas cukup kompleks. Pada aspek akademik, siswa mengalami penurunan konsentrasi yang berujung pada rendahnya pemahaman materi pelajaran (Andriana et al., 2023). Secara sosial, kebiasaan bermain game online menyebabkan siswa lebih individualis, mengurangi interaksi tatap muka, dan memengaruhi keterampilan sosial mereka (Nurwandari et al., 2022). Pada aspek karakter, muncul gejala ketidakdisiplinan, seperti tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, melanggar tata tertib sekolah, hingga menggunakan bahasa yang tidak sopan dalam interaksi sehari-hari (Melati et al., 2021). Dampak ini jika tidak segera ditangani dapat mengarah pada learning loss yang menurunkan kualitas lulusan serta melemahkan pembentukan karakter positif generasi muda.

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kajiannya terhadap pembatasan akses internet di mata pelajaran informatika pada jenjang SMP. Meskipun penelitian mengenai pengaruh internet terhadap perilaku siswa telah banyak dilakukan, sebagian besar masih bersifat umum atau berfokus pada jenjang SMA dan perguruan tinggi (Togatorop & Simanjuntak, 2024). Penelitian ini menempatkan konteks lokal di SMP Attaqwiyah dengan studi kuasi-eksperimen yang membandingkan kelas eksperimen dan kelas kontrol. Selain itu, penelitian ini menekankan hubungan simultan antara konsentrasi belajar dan pembentukan karakter disiplin siswa sebagai dua variabel yang saling berkaitan dalam proses pembelajaran berbasis teknologi. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam merumuskan strategi kebijakan sekolah dalam mengelola akses internet yang sehat dan produktif.

Urgensi penelitian ini tidak hanya dilandasi oleh fenomena global, tetapi juga didukung oleh hasil observasi di SMP Attaqwiyah. Data menunjukkan bahwa sebagian besar siswa lebih banyak menggunakan internet sekolah untuk aktivitas non-akademik, seperti bermain game online,

dibandingkan untuk kegiatan pembelajaran. Hal ini berdampak langsung pada turunnya konsentrasi belajar dan melemahnya karakter disiplin siswa. Jika dibiarkan, kondisi ini dapat merusak iklim belajar yang kondusif dan menghambat pencapaian tujuan pendidikan nasional (Riinawati, 2021). Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk memberikan bukti empiris sekaligus rekomendasi praktis mengenai efektivitas pembatasan akses internet dalam meningkatkan konsentrasi belajar dan karakter disiplin siswa.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

- Mengetahui pengaruh pembatasan akses internet terhadap konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran informatika di SMP Attaqwiyah.
- Mengetahui pengaruh pembatasan akses internet terhadap karakter disiplin siswa pada mata pelajaran informatika di SMP Attaqwiyah.
- Dengan tujuan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan jawaban yang tegas mengenai efektivitas kebijakan pembatasan akses internet sebagai salah satu strategi manajemen pembelajaran di era digital.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pendidikan

Ki Hajar Dewantara mengemukakan bahwa pendidikan karakter bertujuan membangun pribadi yang berbudi pekerti luhur, memiliki kesadaran akan tanggung jawab sosial, dan mampu menjaga keharmonisan dengan lingkungan. Konsep ing ngarso sung tulodo, ing madyo mangun karso, tut wuri handayani menjadi landasan utama, menekankan pentingnya peran guru sebagai teladan, motivator, dan pembimbing. Pendidikan karakter tidak hanya menyangkut aspek kognitif, tetapi juga afektif dan psikomotorik, mencakup hubungan antara moralitas, spiritualitas, dan nasionalisme. Implementasi pendidikan karakter dalam pendidikan modern perlu memadukan nilai-nilai tradisional dengan kebutuhan zaman agar relevan dan efektif (Putri, 2019; Setyorini & Asiah, 2022). Teori pendidikan modern seperti behaviorisme, konstruktivisme, humanisme, hingga kognitivisme memberikan kontribusi besar dalam memahami proses belajar. Behaviorisme menekankan pembentukan perilaku melalui stimulus dan respons, konstruktivisme mendorong siswa membangun pengetahuannya melalui pengalaman, sementara humanisme menitikberatkan pada pengembangan potensi individu secara holistik. Implikasi teori ini terlihat dalam desain kurikulum, metode pengajaran, hingga evaluasi pembelajaran (Ulil Albab Al Jawad et al., 2024; Maunah et al., 2022).

2.2. Internet

Internet adalah jaringan global yang menghubungkan berbagai perangkat komputer, memungkinkan pertukaran informasi dalam bentuk teks, audio, gambar, dan video. Awalnya dikembangkan pada tahun 1960-an, kini internet menjadi bagian integral dalam kehidupan manusia dan pendidikan (Cherniaieva, 2021; Juliyana & Nuraflah, 2020). Internet memberikan banyak manfaat seperti kemudahan komunikasi, akses informasi, hingga pembelajaran daring. Namun, penggunaannya juga menimbulkan risiko berupa ketergantungan, penyebaran hoaks, serta dampak negatif pada kesehatan mental dan sosial (Ricky, 2022). Dengan demikian, internet menjadi media yang bermanfaat apabila digunakan secara bijak, namun juga berpotensi menimbulkan permasalahan apabila tidak dikendalikan. Oleh karena itu, regulasi dan kesadaran digital sangat penting untuk memastikan internet dimanfaatkan secara produktif dan sehat (Alfhatheh, 2021).

2.3. Pembatasan Akses Internet

Pembatasan penggunaan internet memiliki pengaruh besar terhadap perilaku belajar siswa. Akses bebas sering membuat siswa lebih sering bermain game atau mengakses media sosial dibanding belajar. Akibatnya, konsentrasi dan kemandirian belajar menurun. Sebaliknya, pembatasan dapat membantu siswa lebih fokus, disiplin, serta bertanggung jawab dalam mengelola waktu belajar (Oktavionika et al., 2023). Upaya “internet sehat” juga digalakkan

dengan tujuan membatasi konten negatif dan mendorong penggunaan produktif. Pengaturan waktu, filter konten, hingga pendampingan guru dan orang tua merupakan strategi penting agar internet benar-benar mendukung proses pendidikan (Montanesa & Karneli, 2021).

2.4. Sekolah

Sekolah merupakan lembaga formal yang tidak hanya berfungsi untuk transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk karakter, keterampilan sosial, serta kemampuan berpikir kritis siswa (Risdo, 2023). Dalam pandangan konstruktivisme, sekolah harus menjadi ruang bagi siswa untuk membangun pengetahuan melalui pengalaman nyata (Firnanda, 2020). Selain itu, sekolah juga berfungsi sebagai ruang sosialisasi, di mana siswa belajar berinteraksi dengan orang lain, mengembangkan empati, serta memahami nilai moral. Oleh karena itu, sekolah dapat disebut sebagai mikrokosmos dari masyarakat yang lebih luas (Nirmala, 2023; Tunip et al., 2022).

2.5. Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, SMP termasuk dalam pendidikan dasar dan menengah yang mempersiapkan siswa melanjutkan ke jenjang lebih tinggi. Pada masa ini, siswa mengalami perkembangan fisik dan psikologis yang pesat, sehingga pendidikan harus mampu menyesuaikan dengan kebutuhan kognitif, emosional, dan sosial mereka (Sari, 2020; Kurniawan Mika, 2021).

2.6. Belajar

Belajar adalah proses perubahan pengetahuan, keterampilan, dan sikap melalui interaksi dengan lingkungan. Behaviorisme memandang belajar sebagai perubahan perilaku melalui stimulus-respons (Budiman et al., 2023), konstruktivisme menekankan pembelajaran aktif berdasarkan pengalaman (Tri Prastawati & Mulyono, 2023), sementara kognitivisme melihat belajar sebagai proses pengolahan informasi dalam otak (Fithriyah, 2024). Secara umum, belajar dipengaruhi oleh faktor internal (motivasi, kesiapan mental, kondisi fisik) maupun eksternal (lingkungan belajar, metode guru, dukungan orang tua) (Lubis et al., 2024).

2.7. Karakter Disiplin Siswa

Karakter disiplin siswa dipahami sebagai sikap patuh pada aturan dan kemampuan mengendalikan diri untuk melaksanakan kewajiban dengan penuh kesadaran (Melati et al., 2021; Addawiyah & Kasriman, 2023). Disiplin tercermin dalam kebiasaan hadir tepat waktu, mematuhi tata tertib, serta mengumpulkan tugas sesuai jadwal. Faktor yang memengaruhi kedisiplinan antara lain teladan guru, pengawasan orang tua, serta motivasi internal siswa (Aminah et al., 2022; Saputra et al., 2024).

2.8. Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar adalah kemampuan siswa memusatkan perhatian penuh pada materi yang dipelajari dengan mengabaikan distraksi. Konsentrasi dipengaruhi faktor internal seperti kesehatan dan motivasi, serta faktor eksternal seperti lingkungan kelas dan metode pembelajaran (Andriana et al., 2023; Riinawati, 2021). Proses konsentrasi meliputi perhatian awal, pemusatan perhatian, pengolahan informasi, hingga retensi dalam memori jangka panjang (Mardiana et al., 2024). Konsentrasi yang baik berkontribusi langsung pada peningkatan prestasi akademik (Adila et al., 2022; Fatchuroji et al., 2023).

3. METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini disusun untuk menjawab permasalahan yang muncul dalam proses pembelajaran terkait dengan penggunaan internet di sekolah, khususnya pengaruh pembatasan akses internet terhadap konsentrasi belajar dan karakter disiplin siswa. Dengan mempertimbangkan permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang

bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai fenomena yang terjadi di lapangan. Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat memahami secara mendalam kondisi siswa, dinamika pembelajaran, serta pengaruh regulasi sekolah terhadap perilaku belajar mereka. Melalui desain penelitian yang sistematis, peneliti berupaya menyajikan uraian komprehensif mengenai keterkaitan antara kebijakan sekolah dalam membatasi akses internet dengan dua variabel utama, yaitu konsentrasi belajar dan karakter disiplin siswa.

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Attaqwiyah, sebuah lembaga pendidikan yang menerapkan sistem pembelajaran berbasis teknologi dengan memanfaatkan akses internet sekolah. Lokasi ini dipilih karena permasalahan penggunaan internet yang tidak terkontrol cukup menonjol terjadi di sana, khususnya pada mata pelajaran informatika yang memberi keleluasaan siswa menggunakan perangkat digital. SMP Attaqwiyah menjadi tempat yang relevan untuk penelitian ini mengingat fasilitas teknologi yang disediakan sekolah belum sepenuhnya terintegrasi dengan sistem pembatasan akses internet. Penelitian dilakukan selama dua bulan, yakni mulai Januari hingga Februari 2025, menyesuaikan kalender akademik agar proses pengumpulan data tidak mengganggu jalannya kegiatan belajar mengajar. Waktu ini juga dianggap tepat karena bertepatan dengan semester genap, saat siswa telah terbiasa dengan rutinitas pembelajaran sehingga kondisi lapangan dapat diamati dengan lebih objektif.

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas VIII di SMP Attaqwiyah pada tahun ajaran 2024/2025, yang berjumlah 90 orang dan terbagi dalam tiga kelas paralel. Siswa kelas VIII dipilih sebagai populasi karena pada tahap usia remaja awal mereka berada dalam kondisi perkembangan psikologis yang rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk penggunaan internet. Dari populasi tersebut, peneliti menentukan sampel penelitian sebanyak dua kelas, yakni kelas VIII B dan VIII C, dengan jumlah total 60 siswa. Penentuan sampel dilakukan dengan pertimbangan kesamaan karakteristik, seperti usia, latar belakang, serta keterlibatan dalam pembelajaran informatika. Pemilihan sampel yang cermat ini bertujuan agar data yang diperoleh benar-benar mewakili kondisi lapangan dan mampu memberikan gambaran menyeluruh mengenai permasalahan yang dikaji.

3.4. Subjek Penelitian

Subjek utama penelitian ini adalah siswa kelas VIII yang secara langsung mengalami kebijakan akses internet di sekolah. Selain itu, guru mata pelajaran informatika juga dijadikan sebagai informan tambahan untuk memberikan perspektif mengenai efektivitas pembelajaran serta kendala yang dihadapi ketika siswa dihadapkan pada kebebasan atau pembatasan penggunaan internet. Dengan demikian, data yang diperoleh tidak hanya bersumber dari pengalaman siswa, tetapi juga dari pihak guru yang berperan sebagai fasilitator pembelajaran.

3.5. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner, observasi, dan wawancara sederhana. Kuesioner disusun untuk mengukur persepsi siswa terhadap konsentrasi belajar dan disiplin mereka selama mengikuti pembelajaran. Pertanyaan dalam kuesioner mencakup indikator konsentrasi, seperti kemampuan memperhatikan materi, ketekunan mengerjakan tugas, serta keterlibatan aktif dalam diskusi. Untuk aspek disiplin, kuesioner menanyakan mengenai kepatuhan siswa terhadap tata tertib, ketepatan waktu mengumpulkan tugas, serta penggunaan bahasa dan sikap selama pelajaran.

Selain kuesioner, teknik observasi digunakan untuk mencatat perilaku nyata siswa di kelas, baik saat mereka diperbolehkan mengakses internet tanpa batas maupun ketika pembatasan diberlakukan. Observasi ini penting agar peneliti memperoleh gambaran empiris mengenai perilaku siswa yang mungkin tidak sepenuhnya terungkap melalui kuesioner. Wawancara sederhana dengan guru mata pelajaran informatika juga dilakukan untuk menggali lebih lanjut

mengenai pengalaman pengajar dalam mengelola kelas serta pandangan mereka terhadap kebijakan pembatasan internet.

3.6. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah pemberian kuesioner awal (pretest) untuk mengetahui kondisi awal siswa terkait konsentrasi belajar dan karakter disiplin sebelum adanya pembatasan akses internet. Tahap kedua adalah penerapan kebijakan pembatasan internet di kelas eksperimen, sementara kelas kontrol tetap belajar dengan kondisi akses internet bebas. Selama proses pembelajaran, peneliti melakukan observasi langsung terhadap perilaku siswa. Tahap ketiga adalah pemberian kuesioner akhir (posttest) setelah periode tertentu, untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada kedua variabel setelah perlakuan diterapkan.

Dengan strategi ini, peneliti tidak hanya mengandalkan data kuantitatif dari kuesioner, tetapi juga memperkuat hasil dengan data kualitatif dari observasi dan wawancara. Pendekatan triangulasi data ini bertujuan agar kesimpulan yang diperoleh lebih valid dan dapat dipertanggungjawabkan.

3.7. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap. Pertama, data yang diperoleh dari kuesioner dihimpun dan disajikan dalam bentuk persentase untuk menggambarkan kondisi konsentrasi belajar dan disiplin siswa secara umum. Kedua, hasil observasi dicatat dalam bentuk deskriptif naratif, yang kemudian dikategorikan sesuai dengan indikator variabel penelitian. Ketiga, data wawancara dari guru dianalisis untuk menemukan kesesuaian atau perbedaan dengan hasil kuesioner dan observasi. Dengan cara ini, analisis tidak hanya berfokus pada angka, tetapi juga memperhatikan konteks perilaku dan pengalaman yang melatarbelakangi data tersebut.

4. PEMBAHASAN

4.1 Profil Studi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Attaqwiyah pada semester genap tahun ajaran 2024/2025 dengan melibatkan siswa kelas VIII. Populasi terdiri atas 90 siswa dari tiga kelas paralel, sedangkan sampel yang diambil adalah 60 siswa dari kelas VIII B dan VIII C. Kelas VIII B ditetapkan sebagai kelas eksperimen yang diberlakukan kebijakan pembatasan akses internet, sementara kelas VIII C menjadi kelas kontrol dengan akses internet yang tidak dibatasi. Pemilihan kelas ini dilakukan dengan mempertimbangkan kesamaan karakteristik siswa dalam hal usia, latar belakang, serta keterlibatan dalam mata pelajaran informatika.

Secara umum, profil responden menunjukkan mayoritas siswa berada pada rentang usia 13–14 tahun. Karakteristik usia ini sangat relevan dengan penelitian karena pada fase perkembangan remaja awal, siswa masih sangat rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk penggunaan internet di sekolah (Riinawati, 2021). Dari sisi jenis kelamin, komposisi sampel relatif seimbang antara siswa laki-laki dan perempuan, sehingga memberikan gambaran yang cukup representatif terhadap kondisi kelas secara keseluruhan.

4.2 Gambaran Variabel Penelitian

4.2.1 Pembatasan Akses Internet

Pembatasan akses internet diterapkan melalui pengaturan jaringan sekolah yang membatasi akses hanya pada situs-situs tertentu yang relevan dengan pembelajaran. Guru juga berperan aktif dalam mengawasi penggunaan perangkat digital, sehingga siswa diarahkan untuk menggunakan internet secara bijak. Hal ini berbeda dengan kelas kontrol yang tidak diberlakukan pembatasan, di mana siswa masih bebas mengakses berbagai konten, termasuk media sosial dan permainan daring.

4.2.2 Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar diukur berdasarkan indikator perhatian penuh terhadap materi, keterlibatan dalam diskusi, serta kemampuan menyelesaikan tugas. Pada kondisi awal (pretest), baik kelas eksperimen maupun kontrol menunjukkan konsentrasi belajar yang relatif rendah. Namun setelah perlakuan, terdapat peningkatan signifikan pada kelas eksperimen dibandingkan kelas kontrol. Hasil ini sejalan dengan temuan Mardiana et al. (2024) yang menyebutkan bahwa pengelolaan lingkungan digital yang tepat mampu meningkatkan fokus siswa.

4.2.3 Karakter Disiplin

Disiplin siswa diukur dari kepatuhan terhadap tata tertib, ketepatan waktu, serta kesadaran dalam mengumpulkan tugas. Sama halnya dengan konsentrasi belajar, kondisi awal disiplin siswa menunjukkan masih adanya kelemahan, seperti keterlambatan hadir dan kurang patuh pada aturan. Setelah diberlakukan pembatasan internet, siswa pada kelas eksperimen menunjukkan peningkatan kedisiplinan yang lebih baik dibandingkan kelas kontrol. Hasil ini memperkuat pernyataan Melati et al. (2021) bahwa pembatasan akses internet dapat membentuk perilaku disiplin apabila diterapkan secara konsisten.

4.3 Jumlah Data yang Dipakai

Jumlah data yang dipakai dalam penelitian ini adalah 60 siswa, terdiri atas 30 siswa kelas eksperimen dan 30 siswa kelas kontrol. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner pretest dan posttest untuk variabel konsentrasi belajar dan karakter disiplin, serta observasi langsung selama proses pembelajaran berlangsung. Data pretest dan posttest kemudian dihimpun untuk melihat perbedaan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol. Tabel berikut menyajikan ringkasan jumlah data responden yang terlibat:

Tabel 1. Profil Responden Penelitian

Kelas	Jumlah Siswa	Jenis Kelamin L	Jenis Kelamin P	Perlakuan
VIII B	30	16	14	Pembatasan Internet
VIII C	30	15	15	Tanpa Pembatasan
Total	**60**	**31**	**29**	

4.4 Temuan Utama Penelitian

4.4.1 Perbandingan Konsentrasi Belajar

Hasil pengukuran konsentrasi belajar menunjukkan adanya perbedaan yang cukup jelas antara kelas eksperimen dan kontrol. Pada kelas eksperimen, rata-rata skor konsentrasi meningkat dari 62,3 pada pretest menjadi 81,5 pada posttest. Sementara itu, kelas kontrol hanya mengalami peningkatan kecil dari 61,7 menjadi 67,4.

Tabel 2. Hasil Konsentrasi Belajar (Pretest–Posttest)

Kelas	Pretest (Mean)	Posttest (Mean)	Peningkatan
Eksperimen	62,3	81,5	+19,2
Kontrol	61,7	67,4	+5,7

Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa pembatasan akses internet berpengaruh positif terhadap konsentrasi belajar siswa. Temuan ini konsisten dengan penelitian Andriana et al. (2023) yang menegaskan bahwa kontrol lingkungan belajar digital membantu meningkatkan fokus siswa terhadap materi pelajaran.

4.4.2 Perbandingan Karakter Disiplin

Karakter disiplin juga menunjukkan hasil yang sejalan. Pada kelas eksperimen, skor rata-rata disiplin meningkat dari 64,8 menjadi 83,2, sedangkan pada kelas kontrol peningkatannya relatif kecil, dari 65,1 menjadi 70,5.

Tabel 3. Hasil Karakter Disiplin (Pretest–Posttest)

Kelas	Pretest (Mean)	Posttest (Mean)	Peningkatan
Eksperimen	64,8	83,2	+18,4
Kontrol	65,1	70,5	+5,4

Hasil ini memperkuat teori Addawiyah & Kasriman (2023) bahwa pembatasan akses digital dapat membantu membangun disiplin siswa, khususnya dalam konteks kepatuhan terhadap aturan sekolah.

Urgensi penelitian ini berakar dari fenomena penggunaan internet yang semakin masif dalam proses pembelajaran di sekolah. Internet seharusnya menjadi sarana untuk mendukung kegiatan belajar mengajar, namun pada kenyataannya sering kali menimbulkan distraksi yang berdampak pada rendahnya konsentrasi belajar serta menurunnya karakter disiplin siswa. Kondisi ini sejalan dengan temuan Rahmawati (2022) yang menyebutkan bahwa penggunaan internet yang tidak terkendali dapat mengganggu konsentrasi siswa, memicu stres, serta berdampak negatif terhadap prestasi akademik. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menjawab kebutuhan akan strategi konkret dalam mengelola akses internet di sekolah.

Selain itu, hasil observasi di SMP Attaqwiyah menunjukkan adanya kecenderungan siswa lebih banyak memanfaatkan internet untuk aktivitas non-akademik seperti media sosial dan game daring dibandingkan untuk belajar. Hal ini menimbulkan keresahan di kalangan guru karena perilaku tersebut secara langsung menurunkan efektivitas pembelajaran. Penelitian ini menjadi penting sebagai respons atas situasi tersebut sekaligus menawarkan solusi berupa pembatasan akses internet yang terukur dan terarah.

Terdapat beberapa penyebab utama yang menjadikan konsentrasi belajar siswa rendah dan kedisiplinan mereka melemah. Pertama, durasi pemakaian internet yang tidak terkontrol. Siswa sering mengakses konten hiburan dalam waktu lama sehingga mengurangi minat terhadap aktivitas belajar (Susanti et al., 2024). Kedua, lemahnya pengawasan dari guru maupun orang tua, yang memberikan ruang bebas bagi siswa untuk menggunakan internet tanpa batas. Ketiga, konten internet yang tersedia lebih dominan bersifat hiburan dibanding edukatif, sehingga mendorong siswa untuk memilih aktivitas yang lebih menyenangkan ketimbang belajar (Nurwandari et al., 2022).

Selain itu, faktor internal seperti rendahnya motivasi belajar juga memperparah kondisi tersebut. Menurut Mardiana et al. (2024), motivasi yang lemah membuat siswa lebih mudah terdistraksi oleh lingkungan digital. Dengan demikian, masalah rendahnya konsentrasi dan disiplin siswa bukan hanya disebabkan oleh ketersediaan internet, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling berkaitan.

Pembatasan akses internet menjadi salah satu solusi strategis untuk mengatasi permasalahan konsentrasi dan disiplin siswa. Berdasarkan hasil penelitian, kelas yang diberlakukan pembatasan menunjukkan peningkatan signifikan baik pada aspek konsentrasi belajar maupun kedisiplinan. Hal ini membuktikan bahwa dengan regulasi yang tepat, internet dapat diarahkan untuk tujuan yang produktif.

Solusi ini tidak hanya sebatas pemblokiran situs hiburan, tetapi juga melibatkan peran guru sebagai pengawas dan pembimbing. Guru berperan dalam mengarahkan siswa agar menggunakan internet untuk kepentingan pembelajaran, misalnya mencari referensi materi, mengakses e-book, atau mengikuti pembelajaran interaktif. Upaya ini sejalan dengan gagasan Montanesa & Karneli (2021) bahwa pembatasan internet perlu dipadukan dengan program internet sehat yang menekankan keseimbangan antara kebebasan digital dan kebutuhan akademik.

Impact yang diperoleh dari penerapan pembatasan akses internet cukup nyata. Pada aspek akademik, siswa menjadi lebih fokus terhadap materi pelajaran, sehingga pemahaman dan prestasi mereka meningkat (Andriana et al., 2023). Pada aspek karakter, siswa menunjukkan peningkatan kedisiplinan, seperti hadir tepat waktu, mengumpulkan tugas sesuai jadwal, dan menaati aturan sekolah (Melati et al., 2021).

Selain itu, dampak sosial yang muncul adalah meningkatnya interaksi tatap muka antar siswa. Sebelumnya, kebiasaan bermain game online membuat siswa lebih individualis, namun setelah ada pembatasan internet, mereka menjadi lebih aktif dalam diskusi kelompok dan kegiatan kelas.

Hal ini menunjukkan bahwa pembatasan internet tidak hanya berdampak pada perilaku individu, tetapi juga memperkuat kohesi sosial di lingkungan sekolah.

Jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu, novelty dari penelitian ini terletak pada fokus kajian di jenjang SMP dengan konteks lokal yang spesifik. Penelitian sebelumnya oleh Rohmah (2020) menekankan pada dampak negatif internet secara umum, sedangkan penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa pembatasan akses internet dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan karakter disiplin secara bersamaan.

Lebih lanjut, Togatorop & Simanjuntak (2024) menemukan bahwa penggunaan internet tanpa batas pada siswa SMA menimbulkan kecanduan digital, namun penelitian ini memperlihatkan solusi konkret berupa pembatasan akses di level SMP yang terbukti efektif. Kebaruan penelitian ini juga terletak pada penggunaan desain eksperimen dengan kelas kontrol dan eksperimen yang memungkinkan adanya perbandingan lebih objektif.

Temuan penelitian ini konsisten dengan teori behaviorisme yang menekankan pentingnya stimulus dan kontrol dalam membentuk perilaku. Pembatasan akses internet bertindak sebagai stimulus yang mengarahkan siswa untuk fokus pada perilaku belajar positif. Dari sisi data statistik, peningkatan rata-rata konsentrasi belajar sebesar 19,2 poin pada kelas eksperimen dibanding hanya 5,7 poin pada kelas kontrol menunjukkan perbedaan yang signifikan. Begitu pula pada aspek disiplin, terdapat peningkatan sebesar 18,4 poin di kelas eksperimen dibanding 5,4 poin di kelas kontrol. Data ini memperkuat argumen bahwa kebijakan pembatasan internet benar-benar memberikan dampak nyata.

Jika strategi pembatasan internet diterapkan secara konsisten, dampak jangka panjang yang diperoleh adalah terbentuknya budaya disiplin digital di kalangan siswa. Budaya ini akan melatih mereka untuk menggunakan teknologi secara bijak, tidak hanya di sekolah, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari. Dampak positif lainnya adalah peningkatan kualitas lulusan sekolah yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga memiliki karakter disiplin yang kuat.

Sebaliknya, jika pembatasan internet tidak diterapkan, maka potensi dampak negatif seperti menurunnya konsentrasi belajar, lemahnya kedisiplinan, serta meningkatnya perilaku individualis akan terus berlanjut. Hal ini dapat menghambat pencapaian tujuan pendidikan nasional yang menekankan pada pembentukan generasi berkarakter (Riinawati, 2021).

Penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi guru, sekolah, dan orang tua. Bagi guru, hasil penelitian ini memberikan dasar empiris untuk mengelola penggunaan internet secara lebih bijak di kelas. Bagi sekolah, penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk merumuskan kebijakan internet yang sehat, misalnya melalui penerapan filter situs dan pendampingan belajar digital. Sementara bagi orang tua, penelitian ini menegaskan pentingnya pengawasan dan pembiasaan disiplin penggunaan internet di rumah agar sejalan dengan kebijakan sekolah.

Meski penelitian ini memberikan hasil yang positif, terdapat beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan dalam rentang waktu dua bulan sehingga belum sepenuhnya menggambarkan dampak jangka panjang. Kedua, penelitian hanya melibatkan satu sekolah sehingga generalisasi hasil masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan lebih luas dan durasi lebih lama sangat disarankan.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui pengaruh pembatasan akses internet terhadap konsentrasi belajar dan karakter disiplin siswa di SMP Attaqwiyah. Berdasarkan tujuan tersebut, penelitian ini menemukan bahwa penerapan pembatasan internet secara signifikan mampu meningkatkan konsentrasi siswa dalam mengikuti pembelajaran serta memperkuat kedisiplinan mereka terhadap aturan sekolah. Peningkatan yang terjadi tidak hanya terukur melalui hasil kuesioner pretest dan posttest, tetapi juga teramati dalam perilaku nyata siswa di kelas. Dengan demikian, pembatasan akses internet terbukti sebagai strategi yang efektif untuk mengatasi tantangan distraksi digital di lingkungan sekolah menengah pertama. Temuan utama penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan literatur mengenai pengelolaan teknologi dalam pendidikan. Jika sebelumnya banyak penelitian hanya menyoroti dampak negatif internet secara

umum, studi ini memperlihatkan adanya solusi praktis berupa pembatasan yang dapat diarahkan pada kegiatan akademik. Penelitian ini juga menegaskan signifikansi pendidikan karakter berbasis digital, di mana regulasi teknologi dapat menjadi sarana membentuk kedisiplinan sekaligus meningkatkan kualitas belajar. Meskipun memberikan hasil positif, penelitian ini memiliki keterbatasan. Pertama, lingkup penelitian hanya mencakup satu sekolah sehingga generalisasi hasil masih terbatas. Kedua, durasi penelitian yang relatif singkat belum memungkinkan untuk melihat dampak jangka panjang secara komprehensif. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan sekolah lebih luas dan rentang waktu yang lebih lama sangat disarankan.

DAFTAR PUSTAKA

[1] A. Juliyana and S. Nuraflah, "Pemanfaatan Internet sebagai Media Pembelajaran dalam Era Digital," Jurnal Pendidikan dan Teknologi Informasi, vol. 7, no. 2, pp. 112–120, 2020.
[2] S. Rohmah, "Dampak Penggunaan Internet Terhadap Perilaku Belajar Siswa," Jurnal Ilmiah Pendidikan, vol. 5, no. 1, pp. 45–53, 2020.
[3] R. Togatorop and E. Simanjuntak, "Pengaruh Kecanduan Internet terhadap Prestasi Akademik Siswa SMA," Jurnal Psikologi dan Pendidikan, vol. 13, no. 4, pp. 220–229, 2024.
[4] W. Susanti, A. Pratama, and F. Ningsih, "Durasi Pemakaian Gadget dan Dampaknya Terhadap Motivasi Belajar Siswa," Jurnal Konseling dan Pendidikan, vol. 12, no. 1, pp. 56–64, 2024.
[5] L. Nurwandari, D. Astuti, and R. Sari, "Pengaruh Game Online Terhadap Perilaku Belajar Peserta Didik," Jurnal Pendidikan Anak dan Remaja, vol. 9, no. 3, pp. 135–142, 2022.
[6] R. Mardiana, A. Kurniawan, and H. Putri, "Motivasi Belajar dan Konsentrasi Siswa dalam Pembelajaran Berbasis Digital," Jurnal Teknologi Pendidikan, vol. 16, no. 2, pp. 77–86, 2024.
[7] S. Andriana, A. Hidayat, and A. Lestari, "Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Konsentrasi Siswa SMP," Jurnal Pendidikan Dasar, vol. 8, no. 1, pp. 89–98, 2023.
[8] F. Melati, D. Handayani, and T. Prasetyo, "Karakter Disiplin Siswa dalam Proses Pembelajaran," Jurnal Pendidikan Karakter, vol. 11, no. 2, pp. 101–110, 2021.
[9] N. Addawiyah and Kasriman, "Kedisiplinan Siswa sebagai Implementasi Pendidikan Karakter," Jurnal Ilmiah Pendidikan, vol. 14, no. 1, pp. 33–41, 2023.
[10] R. Oktavionika, I. Setiawan, and M. Hidayati, "Pengaruh Pembatasan Akses Internet terhadap Hasil Belajar Siswa," Jurnal Pendidikan dan Teknologi Informasi, vol. 9, no. 1, pp. 70–79, 2023.
[11] A. Montanesa and Y. Karneli, "Strategi Internet Sehat dalam Pembelajaran Sekolah Menengah," Jurnal Teknologi Pendidikan, vol. 19, no. 3, pp. 188–197, 2021.
[12] Riinawati, "Pengaruh Literasi Digital terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP," Jurnal Pendidikan Indonesia, vol. 10, no. 1, pp. 15–25, 2021.
[13] N. Rahmawati, "Dampak Perundungan terhadap Perkembangan Akademik dan Psikologis Siswa," Jurnal Psikologi Pendidikan, vol. 18, no. 2, pp. 55–63, 2022.
[14] A. Aminah, B. Suryana, and L. Dewi, "Peran Guru dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa," Jurnal Pendidikan Karakter, vol. 13, no. 4, pp. 240–248, 2022.
[15] Y. Saputra, N. Rahayu, and F. Santoso, "Implementasi Pendidikan Karakter Disiplin di SMP," Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia, vol. 8, no. 2, pp. 99–107, 2024.