

**PENGARUH SCREEN TIME TERHADAP DISIPLIN BELAJAR SISWA KELAS V
SD RADEN RAHMAT**

Tissa Laras Santi¹, Aprilia Dwi Ismawati², Qori Ulil Qur'aini³, Anna Roosyanti⁴

¹PGSD FKIP Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, ²PGSD FKIP Universitas

Wijaya Kusuma Surabaya, ³PGSD FKIP Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

⁴PGSD FKIP Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

[¹tissalaras@gmail.com](mailto:tissalaras@gmail.com), [²apriliaadwiismawati@gmail.com](mailto:apriliaadwiismawati@gmail.com),

[³qoriulilquraini0209@gmail.com](mailto:qoriulilquraini0209@gmail.com), [⁴annaroosyanti_fbs@uwks.ac.id](mailto:annaroosyanti_fbs@uwks.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of screen time on the learning discipline of fifth-grade students at Raden Rahmat Elementary School in the Society 5.0 era. The study used mixed methods with quantitative and qualitative approaches. The study subjects were 51 fifth-grade students from classes VA and VB. Data collection techniques were conducted through questionnaires and documentation. Quantitative data were analyzed using a simple linear regression test, while qualitative data were analyzed descriptively based on students' digital device usage activities. The results showed that screen time significantly influenced student learning discipline, with a significance value of $0.000 < 0.05$ and a coefficient of determination (R^2) of 0.358. This indicates that screen time contributed 35.8% to student learning discipline, with the remainder influenced by other factors. The results also showed that the most common digital device use activities for students were social media or chat and gaming. Therefore, uncontrolled digital device use can impact student learning discipline. Conversely, appropriate and productive use of digital devices can support learning and help form better study habits.

Keywords: screen time 1, learning discipline 2, elementary school students 3, gadgets 4, Society 5.0 5.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa kelas V SD Raden Rahmat pada era Society 5.0. Penelitian menggunakan metode campuran (mixed methods) dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Subjek penelitian berjumlah 51 siswa kelas V yang terdiri dari kelas VA dan VB. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket dan dokumentasi. Data kuantitatif dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana, sedangkan data kualitatif dianalisis secara deskriptif berdasarkan aktivitas penggunaan perangkat digital siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa screen time berpengaruh signifikan terhadap disiplin belajar siswa dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,358. Hal ini menunjukkan bahwa screen time memberikan kontribusi sebesar 35,8% terhadap disiplin belajar siswa, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa aktivitas penggunaan perangkat digital yang paling banyak dilakukan siswa adalah media sosial atau chat dan bermain game.

Oleh karena itu, penggunaan perangkat digital yang tidak terkontrol dapat memengaruhi kedisiplinan belajar siswa. Sebaliknya, penggunaan perangkat digital secara tepat dan produktif dapat mendukung pembelajaran serta membantu membentuk kebiasaan belajar yang lebih baik.

Kata Kunci: screen time 1, disiplin belajar 2, siswa sekolah dasar 3, gadget 4, Society 5.0 5.

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era Society 5.0 telah membawa perubahan signifikan dalam dunia pendidikan. Berbagai perangkat digital seperti telepon pintar, tablet, laptop, dan komputer semakin mudah diakses oleh siswa sekolah dasar. Kehadiran teknologi tersebut memberikan kemudahan dalam memperoleh informasi, mengakses sumber belajar, serta mendukung proses pembelajaran yang lebih interaktif. Namun, penggunaan teknologi yang tidak terkontrol juga dapat menimbulkan berbagai permasalahan, terutama berkaitan dengan perilaku belajar siswa. Salah satu fenomena yang banyak mendapat perhatian adalah meningkatnya *screen time* atau durasi penggunaan perangkat berbasis layar oleh anak-anak usia sekolah dasar.

Pada era Society 5.0, siswa sekolah dasar semakin akrab

dengan berbagai konten digital yang dapat diakses melalui perangkat elektronik seperti telepon pintar, tablet, dan komputer. Menurut **Rideout dan Robb (2019)**, aktivitas digital yang paling banyak dilakukan oleh anak-anak dan remaja meliputi menonton video daring, bermain gim digital, menggunakan media sosial, dan berkomunikasi melalui aplikasi pesan instan. Selain itu, **Livingstone, Mascheroni, dan Staksrud (2018)** menjelaskan bahwa anak-anak memanfaatkan internet tidak hanya untuk memperoleh informasi dan pembelajaran, tetapi juga untuk hiburan, interaksi sosial, dan bermain gim. Berbagai konten yang sering diakses siswa antara lain video hiburan dan edukasi melalui YouTube, video pendek pada platform TikTok, permainan daring (*online games*), media sosial, serta aplikasi komunikasi dan pembelajaran digital. Kemudahan akses terhadap beragam konten tersebut menyebabkan penggunaan

perangkat digital menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari siswa sekolah dasar.

Screen time adalah jumlah waktu yang dihabiskan seseorang untuk menggunakan perangkat yang memiliki layar, seperti televisi, komputer, laptop, tablet, telepon pintar (*smartphone*), dan perangkat digital lainnya. Menurut **World Health Organization (WHO) (2019)**, *screen time* merupakan waktu yang digunakan untuk aktivitas berbasis layar, terutama aktivitas menetap (*sedentary screen time*) seperti menonton video, bermain gim, atau menggunakan media digital. Sementara itu, **American Academy of Pediatrics (AAP) (2016)** menjelaskan bahwa *screen time* mencakup seluruh waktu yang dihabiskan anak untuk berinteraksi dengan media digital melalui berbagai perangkat elektronik yang memiliki layar.

Disiplin belajar merupakan sikap patuh dan taat terhadap aturan yang berkaitan dengan kegiatan belajar. Disiplin belajar tercermin melalui kebiasaan mengerjakan tugas tepat waktu, mematuhi jadwal belajar, fokus saat mengikuti

pembelajaran, serta bertanggung jawab terhadap kewajiban akademik. Disiplin belajar menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Semakin tinggi disiplin belajar yang dimiliki siswa, semakin besar peluang siswa untuk memperoleh hasil belajar yang optimal. Menurut **Sambaralam, Alqadri, Haslan, dan Herianto (2023)**, disiplin belajar adalah bentuk ketaatan, kesadaran, dan kemauan siswa untuk mematuhi peraturan tertulis maupun tidak tertulis yang bertujuan menciptakan suasana belajar yang kondusif sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Disiplin belajar tercermin melalui kemampuan siswa dalam mengatur waktu belajar, mematuhi tata tertib sekolah, mengerjakan tugas tepat waktu, serta mengikuti kegiatan pembelajaran dengan penuh tanggung jawab.

Sejalan dengan pendapat tersebut, **Arofah, Dantes, dan Tirka (2020)** menjelaskan bahwa disiplin belajar merupakan perilaku yang menunjukkan kepatuhan siswa terhadap aturan dan kebiasaan belajar yang dilakukan secara konsisten. Siswa yang memiliki disiplin belajar tinggi cenderung lebih

teratur dalam mengelola waktu, menyelesaikan tugas, serta menjaga konsentrasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Penelitian yang dilakukan oleh **Lufianto, Ngatman, dan Salimi (2021)** menunjukkan bahwa disiplin belajar memiliki pengaruh positif terhadap hasil belajar siswa sekolah dasar. Semakin tinggi tingkat disiplin belajar yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula hasil belajar yang diperoleh. Oleh karena itu, disiplin belajarmenjadi salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada siswa sekolah dasar guna mendukung keberhasilan akademik mereka.

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa banyak siswa sekolah dasar menghabiskan waktu yang cukup lama menggunakan gadget untuk aktivitas hiburan. Penggunaan gadget yang berlebihan sering kali menyebabkan siswa menunda pengerjaan tugas, mengurangi waktu belajar, serta menurunkan konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran. Menurut **Khoirunnisa, Rahman, dan Nurkamilah (2025)**, penggunaan gadget memiliki pengaruh yang signifikan terhadap disiplin belajar siswa sekolah dasar. Hasil kajiannya

menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menyebabkan menurunnya konsentrasi belajar, meningkatnya perilaku menunda tugas, serta rendahnya disiplin belajar siswa. Selain itu, **Febriani, Haifaturrahmah, dan Muhdar (2025)** menemukan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan gadget yang bersifat non-edukatif, maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berpotensi mengganggu pelaksanaan kegiatan belajar dan kedisiplinan siswa dalam memenuhi tanggung jawab akademiknya.

Selain memengaruhi disiplin belajar, penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat menurunkan konsentrasi belajar siswa. Penelitian pada siswa sekolah dasar menunjukkan bahwa siswa yang menggunakan gadget dalam durasi tinggi cenderung memiliki tingkat fokus yang lebih rendah dibandingkan siswa yang menggunakan gadget dalam durasi yang lebih terbatas. Kondisi tersebut berpotensi menghambat pelaksanaan kegiatan belajar yang efektif dan berpengaruh terhadap

pembentukan karakter disiplin siswa.

Secara teoritis, hubungan antara *screen time* dan disiplin belajar dapat dijelaskan melalui konsep **self-regulated learning** atau pengaturan diri dalam belajar. Menurut Fitri dan Laili (2022), kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku, emosi, dan penggunaan waktu sehingga mampu mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Siswa yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung mampu mengatur waktu belajar, menghindari gangguan, serta mematuhi aturan belajar secara konsisten. Sebaliknya, tingginya *screen time* dapat mengurangi kemampuan siswa dalam mengendalikan penggunaan waktu dan perhatian terhadap kegiatan belajar. Akibatnya, siswa lebih mudah terdistraksi oleh

aktivitas hiburan digital, menunda penyelesaian tugas, serta mengalami penurunan disiplin belajar. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan kontrol diri berperan penting dalam menjaga kedisiplinan belajar siswa di tengah meningkatnya penggunaan perangkat digital.

Berdasarkan uraian tersebut,

masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *screen time* terhadap disiplin belajar siswa sekolah dasar. Permasalahan ini penting untuk diteliti karena penggunaan perangkat digital pada anak usia sekolah dasar terus meningkat seiring perkembangan teknologi. Apabila penggunaan perangkat digital tidak diimbangi dengan pengawasan dan pengelolaan yang baik, maka dapat berdampak pada pembentukan karakter disiplin belajar siswa.

Menurut Hidayat, Sapriya, Hasan, dan Wiyanarti (2022), metode campuran (*mixed methods*) merupakan pendekatan penelitian yang mengombinasikan metode kuantitatif dan kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif terhadap suatu fenomena penelitian. Dalam penelitian ini, pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengukur tingkat *screen time* dan disiplin belajar siswa melalui instrumen angket yang disebarakan kepada responden. Data kuantitatif yang diperoleh kemudian dianalisis untuk mengetahui pengaruh *screen time* terhadap disiplin belajar siswa. Sementara itu, pendekatan kualitatif dilakukan

melalui analisis jawaban siswa pada angket mengenai aktivitas yang paling sering dilakukan saat menggunakan perangkat digital. Penggabungan kedua pendekatan tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai hubungan antara screen time dan disiplin belajar siswa sekolah dasar.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi orang tua, guru, dan pihak sekolah dalam menyusun strategi pengawasan penggunaan gadget sehingga pemanfaatan teknologi dapat memberikan manfaat yang optimal bagi perkembangan akademik dan pembentukan karakter disiplin siswa.

Berbagai penelitian telah mengkaji dampak penggunaan gadget dan teknologi digital terhadap siswa sekolah dasar. Penelitian yang dilakukan oleh Lufianto, Ngatman, dan Salimi (2021) menunjukkan bahwa disiplin belajar memiliki pengaruh terhadap hasil belajar siswa. Selain itu, Febriani, Haifaturrahmah, dan Muhdar (2025) menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat memengaruhi konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Sementara itu, Khoirunnisa,

Rahman, dan Nurkamilah (2025) menjelaskan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat berdampak pada kedisiplinan belajar siswa.

Meskipun demikian, berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, penelitian terdahulu umumnya lebih berfokus pada pengaruh penggunaan gadget terhadap motivasi belajar, konsentrasi belajar, dan hasil belajar siswa. Penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh *screen time* terhadap disiplin belajar siswa sekolah dasar masih relatif terbatas. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif sehingga informasi mengenai aktivitas penggunaan perangkat digital siswa yang berkaitan dengan disiplin belajar masih perlu dikaji lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan penelitian (*research gap*) tersebut dengan menganalisis pengaruh *screen time* terhadap disiplin belajar siswa sekolah dasar menggunakan pendekatan *mixed methods* dalam konteks era Society 5.0. Melalui pendekatan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih

komprehensif mengenai dampak penggunaan teknologi digital terhadap pembentukan karakter disiplin siswa sekolah dasar.

Berdasarkan uraian latar belakang dan kesenjangan penelitian yang telah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa kelas V SD Raden Rahmat pada era Society 5.0 menggunakan pendekatan mixed methods. Secara kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat screen time siswa, mengetahui tingkat disiplin belajar siswa, serta menganalisis pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa. Secara kualitatif, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan aktivitas yang paling sering dilakukan siswa saat menggunakan perangkat digital sebagai data pendukung dalam menjelaskan hubungan antara screen time dan disiplin belajar. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara screen time dan disiplin belajar siswa sekolah dasar serta menjadi bahan pertimbangan bagi guru dan orang tua dalam mengoptimalkan

pemanfaatan teknologi digital untuk mendukung pembentukan karakter disiplin belajar siswa.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode campuran (mixed methods) yang menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa melalui analisis statistik menggunakan regresi linear sederhana. Sementara itu, pendekatan kualitatif digunakan untuk memperkuat dan menjelaskan hasil kuantitatif melalui analisis jawaban siswa pada pertanyaan terbuka yang terdapat dalam angket penelitian.

Penelitian dilaksanakan di SD Raden Rahmat dengan subjek penelitian sebanyak 51 siswa kelas V yang terdiri atas 24 siswa kelas VA dan 27 siswa kelas VB. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket dan dokumentasi. Angket digunakan untuk memperoleh data mengenai screen time, disiplin belajar, serta aktivitas yang paling sering dilakukan siswa saat menggunakan perangkat digital. Sementara itu, dokumentasi

digunakan untuk mendukung data penelitian yang diperoleh di lapangan.

Instrumen screen time disusun berdasarkan indikator penggunaan perangkat digital yang meliputi belajar atau mengerjakan tugas, aktivitas sekolah atau kegiatan produktif, menonton video, bermain game, serta penggunaan media sosial atau aplikasi chat. Adapun instrumen disiplin belajar disusun berdasarkan indikator ketaatan terhadap aturan belajar, tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, ketepatan waktu, dan konsistensi dalam kegiatan belajar.

Data kuantitatif dianalisis menggunakan bantuan program SPSS versi 23 melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan regresi linear sederhana. Data kualitatif dianalisis secara deskriptif dengan mengelompokkan jawaban siswa mengenai aktivitas yang paling sering dilakukan saat menggunakan perangkat digital untuk mendukung interpretasi hasil kuantitatif.

Instrumen penelitian menggunakan skala Likert lima poin yang terdiri atas Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (RR), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Variabel screen time disusun

berdasarkan indikator kegiatan belajar atau pekerjaan rumah, aktivitas produktif, menonton video, bermain video games, serta penggunaan media sosial dan aplikasi obrolan. Variabel disiplin belajar disusun berdasarkan indikator disiplin di lingkungan sekolah, disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas, dan disiplin belajar di rumah.

Sebelum digunakan, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson, sedangkan uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach Alpha dengan kriteria nilai reliabilitas lebih besar dari 0,70.

Analisis data kuantitatif dilakukan menggunakan statistik deskriptif berupa rata-rata, persentase, skor minimum, skor maksimum, dan standar deviasi untuk menggambarkan tingkat screen time dan disiplin belajar siswa. Selanjutnya dilakukan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa. Analisis data kualitatif dilakukan secara deskriptif terhadap jawaban siswa pada pertanyaan angket

mengenai aktivitas yang paling sering dilakukan saat menggunakan perangkat digital.

Data kualitatif tersebut dikelompokkan berdasarkan jenis aktivitas yang dipilih siswa, yaitu belajar atau mengerjakan tugas, aktivitas sekolah atau produktif, menonton video, bermain game, serta penggunaan media sosial atau aplikasi chat. Hasil analisis kualitatif digunakan untuk memperkuat dan menjelaskan temuan kuantitatif sehingga diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara screen time dan disiplin belajar siswa sekolah dasar.

	Aktivitas yang terkait dengan pekerjaan atau kegiatan produktif	
--	---	--

Tabel 1. Distribusi Sampel Penelitian

Kelas	Jumlah Siswa
V A	24
V B	27
Total	51

Tabel 2. Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Indikator	Sumber
Screentime (X)	Kegiatan yang berkaitan dengan belajar atau pekerjaan rumah.	Knebel et al. (2021)

	Menonton video seperti serial, film, berita, dan olahraga	
	Bermain <i>video games</i>	
	Penggunaan media sosial dan aplikasi obrolan	
Disiplin Belajar (Y)	Disiplin dalam berperilaku di lingkungan sekolah	Latif (2020)
	Disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas	
	Disiplin dalam belajar di rumah	

dengan membandingkan nilai korelasi item terhadap skor total. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 20 butir pernyataan pada variabel screen time terdapat 13 butir yang valid dan 7 butir yang tidak valid. Sementara itu, pada variabel disiplin belajar terdapat 19 butir yang valid dan 1 butir yang tidak valid. Butir yang tidak memenuhi kriteria validitas tidak digunakan dalam analisis data selanjutnya.

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen

Variabel	Jumlah Item Awal	Item Valid	Item Tidak Valid
Screen Time	20	13	7
Disiplin Belajar	20	19	1

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum digunakan sebagai alat pengumpulan data, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson

Setelah uji validitas dilakukan, instrumen yang valid diuji reliabilitasnya menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen screen time memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,678. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang cukup sehingga layak digunakan dalam penelitian.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Kriteria
Screen Time	0,678	Reliabel

Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui gambaran umum tingkat screen time dan disiplin belajar siswa kelas V SD Raden Rahmat. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Var	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Screen Time	51	52,00	88,00	69,08	7,32
Disiplin Belajar	51	50,00	95,00	77,37	10,58

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa variabel screen time memiliki nilai rata-rata sebesar 69,08 dengan standar deviasi sebesar 7,32. Sementara itu, variabel disiplin belajar memiliki nilai rata-rata sebesar 77,37 dengan standar deviasi sebesar 10,58. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa kelas V SD Raden Rahmat memiliki tingkat penggunaan perangkat digital dan disiplin belajar yang berada pada kategori sedang hingga tinggi.

Gambaran Aktivitas Penggunaan Perangkat Digital Siswa

Selain memperoleh data kuantitatif, penelitian ini juga mengumpulkan data mengenai aktivitas yang paling sering dilakukan siswa saat menggunakan perangkat digital. Data tersebut diperoleh melalui pertanyaan pada angket dan digunakan untuk memperkuat hasil analisis kuantitatif.

Tabel 6. Aktivitas Penggunaan Perangkat Digital yang Paling Sering Dilakukan Siswa

Aktivitas	Jumlah Siswa
Media sosial/Chat	12
Bermain game	11
Aktivitas sekolah/produktif	10

Menonton video	9
Belajar/mengerjakan tugas	9

menggunakan Levene Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,085.

Berdasarkan Tabel 6, aktivitas yang paling banyak dilakukan siswa saat menggunakan perangkat digital adalah media sosial atau chat yang dipilih oleh 12 siswa. Selanjutnya, bermain game dipilih oleh 11 siswa, aktivitas sekolah atau produktif dipilih oleh 10 siswa, menonton video dipilih oleh 9 siswa, dan belajar atau mengerjakan tugas dipilih oleh 9 siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital oleh siswa masih didominasi oleh aktivitas hiburan dan komunikasi. Meskipun sebagian siswa telah memanfaatkan perangkat digital untuk mendukung kegiatan belajar, jumlahnya masih lebih sedikit dibandingkan penggunaan untuk media sosial dan permainan digital. Kondisi ini menunjukkan bahwa perangkat digital memiliki peran yang cukup besar dalam kehidupan sehari-hari siswa, baik untuk kebutuhan akademik maupun nonakademik.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan varians data penelitian. Hasil uji homogenitas

Tabel 7. Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	Sig.
1,847	0,085

Berdasarkan Tabel 7, nilai signifikansi sebesar 0,085 lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data penelitian memiliki varians yang homogen sehingga memenuhi salah satu syarat untuk dilakukan analisis regresi.

Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa kelas V SD Raden Rahmat.

Tabel 8. Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error
0,598	0,358	0,345	8,567

Berdasarkan Tabel 8, diperoleh nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,358. Hal ini menunjukkan bahwa screen time memberikan kontribusi sebesar 35,8% terhadap disiplin belajar siswa, sedangkan 64,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Tabel 9. Hasil Uji F

F	Sig.
27,330	0,000

Berdasarkan Tabel 9, diperoleh nilai

signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$.

Dengan demikian, model regresi yang digunakan dalam penelitian ini layak digunakan untuk memprediksi pengaruh screen time terhadap disiplin belajar siswa.

Tabel 10. Hasil Uji t

Variabel	B	t	Sig.
Konstanta	17,586	1,529	0,133
Screen Time	0,865	5,228	0,000

Berdasarkan Tabel 10, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai t hitung sebesar 5,228. Hasil tersebut menunjukkan bahwa screen time berpengaruh signifikan terhadap disiplin belajar siswa kelas V SD Raden Rahmat.

Persamaan regresi yang diperoleh adalah sebagai berikut:

$$Y = 17,586 + 0,865X$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada variabel screen time akan diikuti peningkatan skor disiplin belajar sebesar 0,865 satuan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa screen time memiliki pengaruh yang signifikan terhadap disiplin belajar siswa kelas V SD

Raden Rahmat. Temuan ini dibuktikan melalui hasil uji regresi linear sederhana yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai koefisien determinasi sebesar (R^2) sebesar 0,358. Artinya, screen time memberikan kontribusi sebesar 35,8% terhadap disiplin belajar siswa, sedangkan sisanya sebesar 64,2% dipengaruhi oleh faktor lain seperti pola asuh orang tua, lingkungan belajar, motivasi belajar, dan pengawasan guru.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, rata-rata skor screen time siswa sebesar 69,08, sedangkan rata-rata skor disiplin belajar sebesar 77,37. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital telah menjadi bagian dari kehidupan siswa sekolah dasar pada era Society 5.0. Perangkat digital tidak hanya digunakan sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media komunikasi dan sumber belajar. Oleh karena itu, pengelolaan waktu penggunaan perangkat digital menjadi faktor penting yang dapat

Dengan demikian, pengaruh screen time terhadap disiplin belajar tidak hanya ditentukan oleh lamanya penggunaan perangkat digital, tetapi

memengaruhi disiplin belajar siswa.

Temuan kuantitatif tersebut diperkuat oleh data kualitatif yang menunjukkan bahwa aktivitas penggunaan perangkat digital yang paling banyak dilakukan siswa adalah media sosial atau chat (12 siswa) dan bermain game (11 siswa). Sementara itu, jumlah siswa yang menggunakan perangkat digital untuk belajar atau mengerjakan tugas hanya sebanyak 8 siswa. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih lebih sering memanfaatkan perangkat digital untuk kebutuhan hiburan dan komunikasi dibandingkan untuk kegiatan akademik.

Temuan kualitatif tersebut memberikan gambaran bahwa penggunaan perangkat digital yang tidak dikelola dengan baik berpotensi mengurangi waktu belajar siswa. Sebaliknya, pemanfaatan perangkat digital untuk aktivitas produktif dan pembelajaran dapat mendukung pembentukan kebiasaan belajar yang lebih teratur.

juga oleh jenis aktivitas yang dilakukan siswa selama menggunakan perangkat tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lufianto,

Ngatman, dan Salimi (2021) yang menunjukkan bahwa disiplin belajar memiliki peran penting dalam menunjang keberhasilan belajar siswa. Selain itu, penelitian Febriani, Haifaturrahmah, dan Muhdar (2025) menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat memengaruhi konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Temuan penelitian ini juga mendukung penelitian Khoirunnisa, Rahman, dan Nurkamilah (2025) yang menyatakan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat memengaruhi kedisiplinan belajar siswa.

Dalam konteks Society 5.0, penggunaan teknologi digital tidak dapat dihindari dari kehidupan siswa sekolah dasar. Oleh karena itu, yang perlu dilakukan bukan membatasi penggunaan teknologi secara mutlak, melainkan mengarahkan penggunaannya agar lebih produktif dan mendukung proses pembelajaran. Guru dan orang tua perlu bekerja sama dalam memberikan pendampingan, menetapkan aturan penggunaan perangkat digital, serta membiasakan siswa memanfaatkan teknologi untuk kegiatan yang menunjang pembelajaran. Dengan demikian, teknologi digital dapat

menjadi sarana yang efektif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran sekaligus membentuk karakter disiplin belajar siswa.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas V SD Raden Rahmat, dapat disimpulkan bahwa *screen time* berpengaruh signifikan terhadap disiplin belajar siswa. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis penelitian diterima. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,358 menunjukkan bahwa *screen time* memberikan kontribusi sebesar 35,8% terhadap disiplin belajar siswa, sedangkan sisanya sebesar 64,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari siswa sekolah dasar. Temuan kualitatif juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa lebih banyak menggunakan perangkat digital untuk aktivitas media sosial, komunikasi, dan bermain game dibandingkan untuk kegiatan belajar.

Oleh karena itu, penggunaan perangkat digital yang tidak dikelola dengan baik dapat memengaruhi kedisiplinan belajar siswa. Sebaliknya, pemanfaatan perangkat digital secara tepat dan terarah dapat mendukung kegiatan belajar serta membantu siswa membangun kebiasaan belajar yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelantado-Renau, M., Moliner-Urdiales, D., Caverro-Redondo, I., Beltran-Valls, M. R., Martínez-Vizcaíno, V., & Álvarez-Bueno, C. (2019). Association between screen media use and academic performance among children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 173(11), 1058–1067.
- Arofah, N., Dantes, N., & Tirka, W. (2020). Pengembangan Instrumen Skala Disiplin Belajar Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(2), 55–62.
<https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i2.29175>
- Fajri, M., Adira, A., Putri, N., & Faisal, M. (2026). Pengaruh intensitas screen time terhadap motivasi dan konsentrasi belajar IPA siswa kelas V sekolah dasar. Bandung: Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, Universitas Pasundan.
- Febriani, F., Haifaturrahmah, & Muhdar. (2025). Dampak penggunaan gadget terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Bandung: Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, Universitas Pasundan.
- Fitri, D. R. N., & Laili, N. (2022). *The Relationship Between Self Control and Self Regulated Learning in Students of the Faculty of Psychology and Educational Sciences at University*. Academia Open, 7.
<https://doi.org/10.21070/acopen.7.2022.5490>
- Hidayat, K., Sapriya, Hasan, S. H., & Wiyanarti, E. (2022). Keterampilan Berpikir Kritis Peserta Didik dalam Pembelajaran Hybrid. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 1517–1528.
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2265>
- Khoirunnisa, S., Rahman, M. A., & Nurkamilah, S. (2026). Analisis penggunaan gadget terhadap disiplin belajar siswa di sekolah dasar. Bandung: Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, Universitas Pasundan.
- Latif, M. (2020). Hubungan disiplin belajar dengan hasil belajar menganalisis limbah busana siswa kelas X SMK Negeri 1 Pandak Bantul. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Lufianto, A., Ngatman, N., & Salimi, M. (2021). Pengaruh Disiplin Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Klirong Tahun Ajaran 2020/2021

- Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 9(3).
<https://doi.org/10.20961/jkc.v9i3.52875>
- Naziroh, N., Nurhidayah, & Mustamin, A. A. (2026). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial dan disiplin belajar siswa di lingkungan sekolah dasar. Makassar: Afeksi: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan.
- Rahmalia, V., Rahman, M. A., & Sadasa, K. (2026). Analisis manajemen waktu belajar dalam meningkatkan kedisiplinan siswa sekolah dasar. Bandung: Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, Universitas Pasundan.
- Ramadhani, F. N., Nurhidayatullah, D., & Wahid, A. (2022). *Penerapan Teknik Self Regulation Learning untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*. Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa, 2(1), 45–50.
<https://doi.org/10.30998/ocim.v2i1.6772>
- Rideout, V., & Robb, M. B. (2019). *The CommonSense Census: Media Use by Tweens and Teens*. San Francisco, CA: Common Sense Media.
- Sambaralam, M. G., Alqadri, B., Haslan, M., & Herianto, E. (2023). Hubungan Disiplin Belajar dengan Hasil Belajar pada Mata Pelajaran PPKn Siswa Kelas IX SMPN 1 Lape. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(1).
<https://doi.org/10.23969/jp.v8i1.7226>
- Tu'u, T. (2008). Peran disiplin pada perilaku dan prestasi siswa. Jakarta: Grasindo.