

Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Motivasi Belajar



Yasmin Ramadhani, Muhammad Raihan Ruswandi, Aminullah Khairul Iman

Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta, Indonesia

Received : Jul 01, 2025

Revised : Des 10, 2025

Accepted : Des 12, 2025

ABSTRACT

Penggunaan smartphone di kalangan remaja terus meningkat dari tahun ke tahun. Kondisi ini menimbulkan perhatian karena meningkatnya paparan smartphone sering dikaitkan dengan penurunan konsentrasi, minat belajar, serta performa akademik. Namun, beberapa hasil penelitian sebelumnya menunjukkan temuan yang bervariasi, sehingga hubungan antara kecanduan smartphone dan motivasi belajar masih memerlukan kajian lanjutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecanduan smartphone terhadap motivasi belajar remaja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik simple random sampling, melibatkan 40 responden dari total populasi 79 remaja berusia 16–18 tahun. Instrumen penelitian berupa angket skala Likert untuk mengukur tingkat kecanduan smartphone dan motivasi belajar. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen layak digunakan, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,870 pada variabel kecanduan smartphone dan 0,846 pada variabel motivasi belajar. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara kecanduan smartphone dan motivasi belajar, di mana semakin tinggi tingkat kecanduan smartphone maka semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki remaja. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pendampingan dan pengelolaan penggunaan smartphone secara bijak, agar remaja dapat memanfaatkan teknologi tanpa mengganggu fokus belajar dan perkembangan akademik.

Keywords:

Kecanduan Smartphone
Motivasi Belajar
Remaja
Pendidikan

Corresponding Author:

Yasmin Ramadhani
Universitas Indraprasta PGRI
Email: yasminramadhani279@gmail.com

This work is licensed under a CC-BY



Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital pada era modern membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam bidang pendidikan (Alizamar et al., 2019; Faisyah et al., 2025; Syahputra & Erwinda, 2020). Salah satu teknologi yang paling banyak digunakan saat ini adalah smartphone. Smartphone tidak lagi sekadar alat komunikasi, tetapi telah menjadi media multifungsi yang menyediakan akses informasi, hiburan, media sosial, hingga keperluan akademik (Pribadi, et al., 2025). Di Indonesia, penggunaan smartphone menunjukkan tren yang terus meningkat, khususnya di kalangan remaja dan pelajar. Badan Pusat Statistik mencatat bahwa tahun 2023 proporsi individu usia 15–24 tahun yang memiliki telepon seluler mencapai sekitar 92,14% (BPS, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa smartphone telah menjadi bagian dari rutinitas dan gaya hidup generasi muda. Hasil survei nasional menunjukkan bahwa 74,64% remaja usia 15 – 24 tahun di Indonesia menggunakan smartphone (Lathiifah, et al., 2023).

Di satu sisi, smartphone memberikan manfaat positif seperti mempermudah akses informasi, menunjang kegiatan belajar, dan memperluas peluang literasi digital. Namun, intensitas penggunaan smartphone yang tinggi juga menimbulkan konsekuensi negatif, terutama jika pengguna tidak mampu mengontrol durasi maupun tujuan penggunaannya. Dalam sebuah penelitian terbaru di kalangan remaja Indonesia ditemukan bahwa sekitar 83% responden masuk kategori “*problematic smartphone use*” atau dikenal dengan kecanduan sedang–tinggi (Marini,

et al., 2024). Pada konteks pendidikan, penggunaan smartphone yang berlebihan sering dikaitkan dengan berkurangnya perhatian, kesulitan konsentrasi, serta menurunnya motivasi belajar siswa (Desrianti et al., 2024). Rinancy and Putri (2023) memaparkan bahwa adanya kecenderungan siswa lebih fokus pada aktivitas digital seperti bermain gim, mengakses media sosial, atau menonton video dibandingkan dengan mengikuti proses pembelajaran. Fenomena ini menandai munculnya gejala kecanduan smartphone yang berpotensi memengaruhi aspek emosional, sosial, maupun akademik peserta didik.

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pendidikan. Secara etimologis, istilah motivasi berasal dari kata “*move*” yang berarti menggerakkan. Cleopatra (2015) menyatakan bahwa motivasi merupakan dorongan dalam diri individu yang membuat seseorang bertindak untuk mencapai tujuan tertentu. Mc Donald (dalam Cleopatra, 2015) mendefinisikan motivasi sebagai perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Motivasi belajar dapat bersumber dari dorongan internal maupun pengaruh eksternal (Monika & Adman, 2017), sehingga keberadaannya sangat menentukan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Di sisi lain, kecanduan smartphone dipahami sebagai kondisi individu menunjukkan ketergantungan yang tinggi dalam menggunakan perangkat tersebut, meskipun menyadari adanya dampak negatif yang ditimbulkan. Menurut Mulyati & NRH (2018), kecanduan smartphone ditandai dengan penggunaan yang terus-menerus dan sulit dihentikan. Hidayanto et al. (2021) menyebutkan bahwa kecanduan smartphone biasanya berkaitan dengan lemahnya kontrol diri dan tingginya keterikatan emosional pengguna terhadap aplikasi digital. Andreassen et al., (2017) juga menegaskan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan dapat mengganggu fungsi sosial dan akademik pengguna, termasuk menurunnya performa belajar dan kualitas interaksi dengan lingkungan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecanduan smartphone pada remaja merupakan fenomena yang cukup umum terjadi. Sebagai contoh, sebuah studi yang melibatkan 274 remaja menemukan bahwa sekitar 61% responden telah menunjukkan tanda-tanda ketergantungan terhadap smartphone (Nuramadan et al., 2023). Temuan ini diperkuat oleh penelitian lain yang melaporkan bahwa prevalensi penggunaan smartphone bermasalah pada remaja berada pada kategori tinggi, sehingga menunjukkan bahwa perilaku adiktif terhadap smartphone bukan lagi kasus individual, tetapi telah berkembang menjadi masalah sosial yang lebih luas (Riyadi & Widiastuti, 2024).

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan adanya keterkaitan antara kecanduan smartphone dan motivasi belajar. Sobon and Mangundap (2019) menemukan bahwa penggunaan smartphone berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa dengan nilai regresi sebesar 0,057 dan signifikansi 0,028. Studi lain oleh Krisna Saputra and Suwanti (2023) menunjukkan bahwa penggunaan smartphone yang tinggi berkorelasi dengan rendahnya motivasi belajar siswa dengan nilai signifikansi p-value 0,000. Namun, beberapa penelitian menunjukkan variasi hasil tergantung pada faktor lingkungan, usia, jenis penggunaan smartphone, serta konteks lokasi penelitian.

Variasi temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kecanduan smartphone dan motivasi belajar masih belum sepenuhnya konsisten dan bersifat kontekstual. Misalnya, sebuah penelitian di sekolah menengah di Samarinda menemukan bahwa penggunaan smartphone tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar meskipun aspek lain seperti pola belajar dan budaya belajar berpengaruh (Fitria et al., 2025). Studi kuantitatif lain melaporkan bahwa tingkat kecanduan smartphone berhubungan negatif secara signifikan dengan motivasi belajar mahasiswa (Syafaa & Belajar, 2024). Oleh karena itu, sebagian penelitian masih berfokus pada jenjang pendidikan tertentu atau wilayah tertentu sehingga diperlukan kajian lanjutan pada konteks yang berbeda untuk memperkuat pemahaman mengenai fenomena ini.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kecanduan smartphone terhadap motivasi belajar siswa. Urgensi penelitian ini semakin kuat mengingat meningkatnya penggunaan smartphone di kalangan pelajar yang tidak hanya memberikan manfaat, tetapi juga berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap proses belajar (Evitarini et al., 2025), fokus, serta minat dalam mengikuti kegiatan akademik. Selain itu, adanya inkonsistensi hasil penelitian sebelumnya membuka ruang untuk dilakukan kajian lebih lanjut, khususnya pada konteks pendidikan yang berbeda agar diperoleh gambaran empiris yang lebih komprehensif mengenai hubungan kedua variabel tersebut.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam ranah teori dan praktik pendidikan. Secara teoretis, hasil penelitian dapat memperkaya literatur mengenai perilaku digital pelajar dan implikasinya terhadap



aspek psikologis maupun akademik. Sementara itu, secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pendidik, sekolah, maupun orang tua dalam merancang strategi pengelolaan penggunaan smartphone yang lebih bijak sehingga motivasi belajar siswa tetap terjaga dan proses pendidikan berlangsung secara optimal.

Metode

Metode penelitian ini dilakukan dengan pendekatan riset kuantitatif. Metode yang digunakan peneliti adalah metode regresi linear sedhana, untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat. Penelitian ini menggunakan teknik random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak dari populasi yang ada agar setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden. Dalam penelitian ini, jumlah sampel sebanyak 40 responden. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji validitas, realibilitas, uji normalitas residual, uji linearitas, dan analisis regresi linear sederhana, dengan bantuan program IBM SPSS 25 sebagai alat bantu pengolahan data.

Dalam proses pengembangan instrumen, validitas memiliki peran fundamental karena berkaitan dengan akurasi dan kesahihan tes dalam mencerminkan variabel yang ingin diteliti. Semakin tinggi validitas, semakin tepat instrumen menggambarkan fenomena yang diukur (Syahputra et al., 2025). Dari hasil uji validitas dan realibilitas terhadap angket, maka angkat dapat dikatakan valid baik variabel X (kecanduan *smartphone*) ataupun variabel Y (motivasi belajar). Dalam variabel kecanduan *smartphone* berdasarkan teori Kwon, et all., terdapat 6 indikator yang dikembangkan menjadi 24 item. Terdapat 21 item valid dan 3 lainnya tidak valid, yang dimana item paling valid berada pada pernyataan nomor 17 dengan pernyataan "Saya sangat nyaman saat menggunakan *smartphone*". Pada variabel (Y) motivasi belajar berdasarkan teori Hamzah, B. Uno., terdapat 6 indikator yang dikembangkan menjadi 24 item. Terdapat 20 item valid dan 4 lainnya tidak valid, yang dimana item paling valid berada pada pernyataan nomor 5 dengan pernyataan "Saya tidak tertarik dengan sebagian pelajaran". Dalam uji realibilitas terdapat nilai *Cronbach's Alpha* pada variabel kecanduan *smartphone* memiliki nilai 0,870 yang berada dalam kategori baik, sedangkan pada variabel y nilai *Cronbach's Alpha* memiliki nilai 0,846 yang termasuk dalam kategori baik. Berdasarkan hasil tersebut, instrumen pada kedua variabel dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data pada penelitian ini.

Sebelum melakukan analisis regresi linier sederhana, dilakukan terlebih dahulu pengujian asumsi dasar regresi, yaitu uji normalitas residual dan uji linearitas. Uji normalitas residual dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,105 dan nilai signifikansi Shapiro-Wilk sebesar 0,556. Karena kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas terpenuhi. Selanjutnya dilakukan uji linearitas untuk memastikan hubungan antara variabel kecanduan *smartphone* dan motivasi belajar bersifat linear. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,67 atau dapat dikatakan bahwa $0,000 < 0,05$, yang berarti hubungan antara kedua variabel memenuhi asumsi linearitas. Dengan terpenuhinya kedua asumsi tersebut, maka analisis regresi linier sederhana dapat dilanjutkan karena data telah memenuhi persyaratan statistik yang diperlukan.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum dilakukan interpretasi hasil analisis regresi linier sederhana, terlebih dahulu disajikan ringkasan model regresi yang menggambarkan kekuatan hubungan antara variabel kecanduan *smartphone* sebagai prediktor terhadap motivasi belajar. Tabel berikut menyajikan nilai R, R Square, Adjusted R Square, standard error of estimate, serta nilai F dan signifikansinya, yang digunakan untuk melihat sejauh mana variabel independen memberikan kontribusi terhadap variabel dependen

Table 1. Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	F Change	df	df2	Sig. F Change
.469 ^a	.220	.200	8.344	.220	10.740	1	38	.002

Selanjutnya, berdasarkan tabel 1 diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,496, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang sedang antara variabel kecanduan *smartphone* dan motivasi belajar. Nilai R Square sebesar 0,220 menunjukkan bahwa 22% variabel motivasi dapat dijelaskan oleh variabel kecanduan *smartphone*, sedangkan sisanya sebesar 78% dijelaskan oleh variabel lain di luar model ini. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,200 menyesuaikan nilai tersebut dengan jumlah sampel, dan nilai Standard Error of the Estimates sebesar 8,344 menunjukkan seberapa besar kesalahan prediksi dalam model.

Table 2. Anova

	Sum of Squares	ANOVA ^a			
		df	Mean Square	F	Sig.
Regression	747.829	1	747.829	10.740	.002 ^b
Residual	2645.946	38	69.630		
Total	3393.775	39			

Berdasarkan tabel 2 yang dilakukan uji keberartian model melalui tabel ANOVA, yang menunjukkan bahwa nilai F sebesar 10,740 dengan tingkat signifikansi 0,002 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa model regresi yang dibentuk signifikansi secara statistik, sehingga kecanduan *smartphone* terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar secara simultan.

Table 3. Coefficients

Model		Coefficients ^a		Standardized Coefficients				
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Costant)	111.764		8.823			12.667	.000
	Kecanduan Smartphone	-.434		.132		-.469	-3.277	.002

Pada tabel 3 yaitu hasil tabel Coefficients, diperoleh nilai koefisien regresi (B) sebesar -0,434 untuk variabel kecanduan *smartphone* dengan nilai signifikansi 0,002, yang berarti berpengaruh negatif dan signifikansi terhadap motivasi belajar. Artinya, setiap peningkatan satu satuan dalam kecanduan *smartphone* akan menyebabkan penurunan motivasi belajar sebesar 0,434 satuan. Nilai beta standar (*Standardized Coefficients Beta*) sebesar -0,469 menunjukkan bahwa pengaruh variabel ini cukup kuat dalam skala standar. Adapun nilai konstanta (*intercept*) sebesar 111,764 menunjukkan bahwa ketika tidak terdapat kecanduan *smartphone*, nilai motivasi belajar diperkirakan sebesar 111,764. Maka, persamaan regresi linier sederhana dari penelitian ini adalah:

$$Y = 111,764 - 0,434X$$

Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan *smartphone*, maka semakin rendah motivasi belajar siswa, dan pengaruh tersebut signifikan secara statistik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecanduan *smartphone*, semakin tinggi tingkat kecanduan *smartphone*, maka semakin rendah motivasi belajar. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori self determination, menunjukkan bahwa motivasi nyata akan muncul dari kebutuhan psikologis akan otonomi, kompetensi dan keterhubungan. Ketika seseorang menempatkan ponsel menjadi prioritas hal tersebut akan mengganggu dan siswa akan kehilangan kontrol dan fokus pada tujuan jangka panjang atau belajar. Sejalan dengan pernyataan Priyoaji (2023) bahwa self determination terbentuk pada tiga kebutuhan yang jika terpenuhi maka akan dapat membentuk motivasi intrinsik yang tinggi. Tiga kebutuhan itu adalah kemandirian (*autonomy*), kompetensi (*competency*) dan keterhubungan (*relatedness*).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sanantang et al (2024) diketahui bahwa kecanduan ponsel secara signifikan dan berpengaruh negatif terhadap motivasi belajar mahasiswa di Program Studi Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer Universitas Negeri Makassar. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,006, lebih kecil dari 0,05, serta nilai korelasi (*r*) sebesar -0,271, menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan ponsel, semakin rendah motivasi belajar mahasiswa. Hipotesis yang diajukan pun diterima, dengan koefisien determinasi (*R-square*) sebesar 0,074 atau 7,4% yang berarti bahwa kecanduan ponsel menyumbang



sekitar 7,4% terhadap penurunan motivasi belajar mahasiswa, sehingga penting untuk dilakukan intervensi guna mengurangi tingkat kecanduan ponsel demi mendukung peningkatan motivasi belajar mereka.

Selanjutnya penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rinancy and Putri (2023) yang menemukan bahwa kecanduan smartphone memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Penelitian tersebut menunjukkan nilai *p*-value sebesar 0,000 yang mengindikasikan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan dapat menurunkan dorongan internal siswa untuk belajar. Penelitian tersebut juga menegaskan bahwa motivasi belajar merupakan faktor penting yang menimbulkan gairah, ketertarikan, serta semangat dalam mengikuti proses pembelajaran, sehingga keberadaan faktor-faktor yang dapat melemahkan motivasi tersebut, termasuk kecanduan smartphone. Harus dikendalikan melalui strategi pembelajaran maupun bimbingan yang tepat (Syahputra, 2024). Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Krisna Saputra and Suwanti (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan smartphone dan motivasi belajar pada siswa di Kabupaten Jepara. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan smartphone, khususnya yang tidak berkaitan dengan kegiatan akademik, maka semakin rendah tingkat motivasi belajar siswa. Mereka menekankan bahwa smartphone dapat menjadi distraksi yang kuat, terutama ketika siswa lebih banyak menggunakan untuk hiburan, media sosial, atau aktivitas non-edukatif lainnya. Faktor ini berdampak pada berkurangnya fokus, disiplin, serta kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Selain itu hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syakinah and Daulay (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara motivasi belajar dan kecanduan smartphone pada siswa SMP Hikmatul Fadila. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang mereka lakukan, diperoleh nilai *t* sebesar -3,472 dengan nilai signifikansi 0,001 (*p* < 0,05), yang berarti terdapat pengaruh negatif antara kedua variabel tersebut. Artinya, semakin rendah motivasi belajar siswa, semakin tinggi kecenderungan mereka untuk mengalami kecanduan smartphone, dan sebaliknya, semakin tinggi motivasi belajar, semakin kecil risiko siswa terlibat dalam penggunaan smartphone yang berlebihan. Penelitian tersebut juga menekankan adanya beberapa faktor yang turut memengaruhi hubungan antara motivasi belajar dan kecanduan smartphone. Pertama, siswa dengan motivasi belajar rendah cenderung mencari pelarian atau hiburan melalui smartphone, seperti media sosial, permainan daring, dan konten video pendek, sehingga penggunaan smartphone menjadi lebih intens dan tidak terkontrol. Kedua, kurangnya dukungan lingkungan belajar baik di rumah maupun sekolah dapat semakin memperburuk kecenderungan siswa untuk mengalihkan perhatian mereka dari kegiatan akademik ke aktivitas digital. Ketiga, faktor regulasi diri yang lemah pada remaja juga turut berperan yaitu siswa yang tidak mampu mengatur waktu belajar dan waktu bermain cenderung lebih mudah mengalami kecanduan smartphone (Awalia et al., 2022).

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bukti empiris bahwa kecanduan smartphone dapat menjadi salah satu faktor penurunan motivasi belajar, tetapi juga menunjukkan adanya kompleksitas dalam dinamika tersebut. Faktor-faktor pendukung lain seperti kualitas tidur, manajemen waktu, kontrol diri, dukungan lingkungan, atau faktor emosional kemungkinan besar ikut berperan memediasi atau memoderasi hubungan ini. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pebriani and Marleni (2020) yang menunjukkan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan dapat menurunkan kualitas tidur siswa, dan pada akhirnya berdampak negatif terhadap motivasi belajar siswa. Gangguan tidur menyebabkan turunnya energi fisik maupun mental, sehingga siswa menjadi kurang bersemangat, lebih mudah kehilangan fokus, dan kurang mampu mempertahankan ketekunan dalam belajar (Evitarini et al., 2025).

Temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi sekolah dalam merumuskan kebijakan terkait penggunaan smartphone di lingkungan belajar. Sekolah perlu menetapkan aturan yang membatasi penggunaan smartphone selama pembelajaran agar siswa dapat tetap fokus. Selain itu, program seperti workshop digital well-being, seminar motivasi, dan pelatihan belajar efektif dapat diterapkan untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai penggunaan smartphone yang sehat. Penguatan karakter, terutama kontrol diri dan tanggung jawab belajar, juga penting untuk diintegrasikan dalam kegiatan sekolah. Di samping itu, peran guru bimbingan dan konseling perlu dioptimalkan dalam memberikan layanan preventif maupun kuratif untuk membantu siswa mengatasi kecenderungan kecanduan smartphone.

Nilai penting yang dapat diambil dari penelitian ini adalah bahwa pengelolaan penggunaan smartphone yang tepat dapat membantu menjaga motivasi belajar siswa, sehingga sekolah, orang tua, dan siswa sendiri harus memahami risiko penggunaan berlebihan. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya literasi digital dan disiplin



diri dalam menghadapi perkembangan teknologi. Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah sampel yang relatif kecil dan terbatas pada rentang usia serta wilayah tertentu membuat hasil penelitian belum sepenuhnya dapat digeneralisasi. Selain itu, penelitian hanya menggunakan dua variabel sehingga belum mempertimbangkan faktor lain seperti kualitas tidur, dukungan keluarga, kontrol diri, atau lingkungan belajar yang mungkin turut memengaruhi motivasi belajar.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan, dapat disimpulkan bahwa kecanduan smartphone memiliki pengaruh negatif terhadap motivasi belajar remaja. Semakin tinggi tingkat kecanduan, semakin rendah motivasi belajar yang ditunjukkan. Temuan ini memperkuat bukti bahwa penggunaan smartphone yang tidak terkontrol dapat mengganggu fokus, mengurangi dorongan belajar, dan menurunkan keterlibatan remaja dalam kegiatan akademik. Penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi bidang pendidikan dengan menyoroti risiko kecanduan smartphone terhadap aspek psikologis belajar. Hasilnya dapat menjadi acuan bagi sekolah, guru, dan orang tua untuk merancang kebijakan serta intervensi yang mendorong penggunaan smartphone secara sehat dan mendukung motivasi belajar. Selain itu, penelitian ini menambah pemahaman teoritis mengenai bagaimana perilaku digital memengaruhi proses motivasional pada remaja. Penelitian berikutnya disarankan untuk mengkaji faktor lain yang mungkin berperan dalam menurunkan motivasi belajar, seperti kualitas tidur, kontrol diri, dukungan lingkungan, atau kondisi emosional. Penggunaan metode yang lebih beragam juga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika antara penggunaan smartphone dan proses belajar pada remaja.

Referensi

- Alizamar, Fikri, M., Afdal, Syahputra, Y., Sukmawati, I., & Ilyas, A. (2019). Phubbing behavior: How it's related to happiness. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(6), 348–358. <https://www.ijicc.net/index.php/volume-5-2019/178-vol-5-iss-6>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293.
- Awalia, R., Fikrie, F., & Rifandi, A. (2022). Peranan Regulasi Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Mandala*, 6(2), 85–100. <https://doi.org/10.36002/jpm.v6i2.2006>
- BPS. (2024). *Proporsi Individu yang Menguasai/Memiliki Telepon Genggam Menurut Kelompok Umur (Persen)*, 2023. Badan Pusat Statistik.
- Cleopatra, M. (2015). Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(2), 168–181. <https://doi.org/10.30998/formatif.v5i2.336>
- Desrianti, Reni, W. O., & Sulfa. (2024). Dampak Penggunaan Smartphone Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Mores: Jurnal Pendidikan, Moral Dan Kewarganegaraan*, 2(2), 100–105. <https://doi.org/10.36709/mores.v2i2.30>
- Evitarini, A., Erwinda, L., Handoko, H., & Syahputra, Y. (2025). *Belajar dan Pembelajaran*. CV Eureka Media Aksara.
- Faisiyah, N. S., Syahputra, Y., Mulyadi, M., & Rahmat, C. P. (2025). The Silent Erosion: Investigating Body Shaming's Influence on Student Self-Esteem and Its Counseling Implications at SMA PGRI Depok. *Jurnal Keilmuan Pendidikan Dasar*, 1(1), 13–22.
- Fitria, U., Kartini, E., Muaini, & Surahman. (2025). The Influence Of Smartphone Usage, Learning Patterns, And Learning Culture On Learning Motivation Through Self Efficacy In High School Students In Samarinda City. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 6(4), 511–524. <https://doi.org/10.37478/jpm.v6i4.5651>
- Hidayanto, D. K., Rosid, R., Nur Ajijah, A. H., & Khoerunnisa, Y. (2021). Pengaruh Kecanduan Telpo Pintar (Smartphone) pada Remaja (Literature Review). *Jurnal Publisitas*, 8(1), 73–79. <https://doi.org/10.37858/publisitas.v8i1.67>
- Krisna Saputra, A., & Suwanti. (2023). Apakah Penggunaan Smartphone Berkaitan dengan Motivasi Belajar anak? *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(2), 54–60. <https://doi.org/10.35473/jkbs.v1i2.2213>
- Lathiifah, D. A., Qodariah, L., & Abidin, F. A. (2023). Problematic Smartphone Use In Adolescents: Parental Structure And Parental Psychological Control As Predictors. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konseling*, 16(1), 50–60. <https://doi.org/10.24156/jikk.2023.16.1.50>
- Marini, L., Hendriani, W., & Wulandari, P. Y. (2024). Gambaran Problematic Smartphone Use Pada Remaja.



- Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(1), 43–55. <https://doi.org/10.24014/pib.v4i1.26477>
- Monika, & Adman. (2017). Peran Efikasi Diri Dan Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 2(2), 219–226. <https://doi.org/10.17509/jpm.v2i2.8111>
- Mulyati & NRH. (2018). Jenis kelamin pada siswa SMA Mardiswisa Semarang survei APJII (asosiasi penyelenggara jasa Internet Indonesia) menunjukan pertumbuhan media lainnya . Hal ini didukung oleh survei Indonesian Digital Ssociation (IDA) yang. 7(Nomor 4), 152–161.
- Nuramadan, D. K., Muttaqin, Z., Fatah, V. F., & Z. D. (2023). Ketergantungan Handphone pada Remaja. *Jurnal Pendidikan*, 3(1), 31–36. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i1.1377>
- Pebriani, S. H., & Marleni, L. (2020). The Effect of Using Smartphone toward The Quality of Sleep and the Impact on Learning Motivation Students. *Jurnal Keperawatan*, 11(2). <https://doi.org/10.22219/jk.v11i2.12153>
- Pribadi, C. A., Yantoro, & Noviyanti, S. (2025). Pemanfaatan Media Smartphone dalam Mengembangkan Minat Belajar Siswa pada Pembelajaran IPAS Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa*, 11(1), 369–381.
- Priyoaji, K. S. (2023). Gifted Underachiver: /Analisis Self Determination Theory. *Edunomika*, 08(01), 1–7.
- Rinancy, H., & Putri, R. B. (2023). Smartphone Addiction memengaruhi Motivasi Belajar Siswa. *SEHAT : Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(3), 140–147. <https://doi.org/10.31004/sjkt.v2i3.17878>
- Riyadi, M. F., & Widiastuti, M. (2024). Kecenderungan Kecanduan Smartphone ditinjau dari Kontrol Diri. *Semnas*, 2(3), 65–76.
- Sanantang, Syamsidah, & Syafaa, S. N. (2024). Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Informatika dan Komputer Universitas Negeri Makassar. 02, 1165–1173.
- Sobon, K., & Mangundap, J. M. (2019). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 3(2), 92–101.
- Syafaa, S. N., & Belajar, M. (2024). Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Informatika Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Pendidikan Dan Profesi Keguruan*, 4(1), 23–29.
- Syahputra, Y. (2024). *Model Konseling Keluarga dengan Pendekatan Experiential Family Therapy untuk Mengurangi Agresi Relasional*. Eureka Media Aksara. <https://repository.penerbiteureka.com/publications/569003/model-konseling-keluarga-dengan-pendekatan-experiential-family-therapy-untuk-men>
- Syahputra, Y., & Erwinda, L. (2020). Perbedaan Nomophobia mahasiswa; analisis Rasch. *JPP1 (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 6(2), 69. <https://doi.org/10.29210/02020616>
- Syahputra, Y., Rahmat, C. P., & Erwinda, L. (2025). *Instrumentasi Tes dalam Bimbingan dan Konseling*. CV Eureka Media Aksara.
- Syakinah, M., & Daulay, N. (2022). The Effect of Smartphone Addiction on Learning Motivation and Well-Being. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 5735–5743. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3095>