



ANALISIS DAMPAK TEKNOLOGI DIGITAL TERHADAP EFEKTIVITAS MANAJEMEN WAKTU BELAJAR PESERTA DIDIK DI ERA MODERN

Andini Julia Syaputri¹, M.Doni Sanjaya², Rosidah³, Anggun Ermawati⁴,
Sriintantri⁵, Nia Rahmasari⁶

¹⁻⁶ Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Universitas Baturaja

Email: Andinijulias05@gmail.com¹, donireni837@gmail.com²,
rosidabaturaja2023@gmail.com³, anggunermawati25@gmail.com⁴, sriintantri397@gmail.com⁵,
niarahmasari26@gmail.com⁶

Abstrak. Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam proses pendidikan, khususnya dalam pola pengelolaan waktu belajar peserta didik di era modern. Kehadiran perangkat digital, platform pembelajaran daring, serta akses informasi yang cepat memberikan peluang besar dalam meningkatkan efektivitas belajar, namun di sisi lain juga memunculkan tantangan berupa distraksi dan penurunan konsentrasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak teknologi digital terhadap efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pemanfaatannya dalam kegiatan akademik. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner dan observasi terhadap peserta didik pada jenjang pendidikan menengah. Data dianalisis menggunakan teknik deskriptif dan inferensial untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan teknologi digital dengan kemampuan manajemen waktu belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknologi digital memiliki pengaruh positif terhadap efektivitas pengelolaan waktu belajar apabila digunakan secara terarah dan proporsional, seperti untuk akses materi pembelajaran, pengingat jadwal, dan pengelolaan tugas akademik. Namun, penggunaan yang berlebihan untuk aktivitas nonakademik cenderung menurunkan disiplin belajar dan menghambat produktivitas peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan pengawasan, literasi digital, serta strategi pengelolaan penggunaan teknologi agar pemanfaatannya dapat mendukung peningkatan kualitas pembelajaran secara optimal.

Kata kunci: teknologi digital, manajemen waktu, efektivitas belajar, peserta didik.

Abstract. The development of digital technology has brought significant changes to the educational process, particularly in students' learning time management patterns in the modern era. The presence of digital devices, online learning platforms, and rapid access to information provides great opportunities to improve learning effectiveness, but also creates challenges in the form of distractions and decreased learning concentration. This study aims to analyze the impact of digital technology on the effectiveness of students' learning time management and to identify the factors influencing its use in academic activities. The research employed a quantitative approach with data collected through questionnaires and observations involving secondary-level students. The data were analyzed using descriptive and inferential techniques to determine the relationship between the intensity of digital technology use and students' ability to manage their learning time. The results indicate that digital technology has a positive effect on learning time management effectiveness when used in a directed and proportional manner, such as for accessing learning materials, scheduling reminders, and managing academic assignments. However, excessive use for non-academic activities tends to reduce learning discipline and hinder students' productivity. Therefore, supervision, digital literacy, and proper technology usage management strategies are needed to ensure that digital technology supports the improvement of learning quality optimally.

Keywords: digital technology, time management, learning effectiveness, students.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital pada era modern telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam dunia pendidikan. Pemanfaatan teknologi seperti smartphone, internet, aplikasi pembelajaran, dan media digital kini menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas belajar peserta didik. Kehadiran teknologi digital memberikan kemudahan dalam mengakses informasi, mempercepat komunikasi, serta mendukung proses pembelajaran yang lebih fleksibel dan interaktif. Namun, di sisi lain, penggunaan teknologi digital yang tidak terkontrol juga dapat memengaruhi kemampuan peserta didik dalam mengatur waktu belajar secara efektif.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alvian Nur Jamil dan Muhammad Thohir (2023), integrasi teknologi dalam pembelajaran mampu meningkatkan fleksibilitas belajar peserta didik karena materi dapat diakses kapan saja dan di mana saja. Sementara itu, Halim dan Hadi (2023) menyatakan bahwa media digital dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran apabila digunakan secara tepat dan sesuai kebutuhan peserta didik. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa teknologi digital memiliki potensi besar dalam mendukung kualitas pembelajaran di era modern.

Selain memberikan manfaat, penggunaan teknologi digital juga dapat menimbulkan berbagai tantangan dalam manajemen waktu belajar. Penelitian Pérez-Juárez, González-Ortega, dan Aguiar-Pérez (2024) menjelaskan bahwa distraksi digital menjadi salah satu faktor yang memengaruhi konsentrasi dan produktivitas belajar peserta didik. Peserta didik sering kali menggunakan perangkat digital tidak hanya untuk kegiatan akademik, tetapi juga untuk hiburan dan media sosial sehingga waktu belajar menjadi kurang optimal.

Manajemen waktu belajar merupakan kemampuan penting yang harus dimiliki peserta didik agar proses pembelajaran berjalan efektif dan terarah. Cahyani (2023) menyatakan bahwa manajemen waktu memiliki pengaruh positif terhadap pembentukan karakter disiplin peserta didik. Dengan pengelolaan waktu yang baik, peserta didik dapat menyusun prioritas belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta meningkatkan hasil belajar secara maksimal.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis dampak teknologi digital terhadap efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik di era modern. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pengaruh positif maupun negatif teknologi digital dalam aktivitas belajar serta menjadi bahan pertimbangan bagi peserta didik, guru, dan sekolah dalam memanfaatkan teknologi secara bijak dan produktif.

Pemanfaatan teknologi digital dalam manajemen pendidikan memberikan pengaruh besar terhadap berkembangnya inovasi dan kreativitas dalam pengelolaan pendidikan maupun proses pembelajaran. Kehadiran teknologi memungkinkan institusi pendidikan menciptakan strategi pembelajaran dan sistem manajemen yang lebih fleksibel, adaptif, serta mampu mengikuti perkembangan era modern. Penggunaan berbagai platform digital, media sosial, dan aplikasi pembelajaran membantu penyebaran

informasi menjadi lebih cepat sekaligus menciptakan suasana belajar yang interaktif dan menarik.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa teknologi pendidikan mampu mendukung kolaborasi, pertukaran pengetahuan, serta pengembangan ide-ide kreatif antara pendidik dan peserta didik sehingga kualitas pembelajaran dan efektivitas manajemen pendidikan dapat meningkat (Zamiri & Esmacili, 2024; Mansori et al., 2024). Selain itu, integrasi teknologi juga mendorong munculnya model pembelajaran yang lebih inovatif, seperti pembelajaran berbasis proyek, kolaborasi digital, dan pemanfaatan platform daring yang menghadirkan pengalaman belajar lebih dinamis serta kreatif (Veddayana et al., 2025).

Di sisi lain, penggunaan teknologi dalam dunia pendidikan menuntut lembaga pendidikan untuk terus menyesuaikan diri dengan perubahan global serta meningkatkan kemampuan inovasi dalam mengelola sistem pendidikan secara efektif dan berkelanjutan (Mekheimer, 2025). Pemanfaatan media digital dalam komunikasi pendidikan juga memperluas kesempatan interaksi dan pertukaran gagasan antar pemangku kepentingan pendidikan sehingga budaya inovasi dalam organisasi pendidikan dapat berkembang lebih kuat (Ohara, 2023). Oleh karena itu, penerapan teknologi digital dalam manajemen pendidikan tidak hanya berfungsi meningkatkan efisiensi operasional, tetapi juga menjadi unsur penting dalam mendorong kreativitas, inovasi, dan transformasi pendidikan di era digital.

KAJIAN TEORITIS

1. Teknologi Digital dalam Pendidikan

Teknologi digital adalah teknologi berbasis internet dan perangkat elektronik yang digunakan untuk membantu berbagai aktivitas, termasuk kegiatan pendidikan. Dalam pembelajaran, teknologi digital dapat berupa smartphone, komputer, aplikasi belajar, media interaktif, dan platform pembelajaran daring. Kehadiran teknologi ini memudahkan peserta didik memperoleh informasi, berkomunikasi, serta mengikuti proses belajar dengan lebih fleksibel dan menarik.

Pemanfaatan teknologi digital yang tepat mampu meningkatkan kualitas pembelajaran karena peserta didik dapat mengakses materi kapan saja dan di mana saja. Selain itu, media digital juga dapat membantu meningkatkan minat belajar, kreativitas, dan kemampuan berpikir peserta didik. Namun, penggunaan teknologi yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti kurang fokus belajar, kecanduan media sosial, dan menurunnya kedisiplinan belajar. Oleh sebab itu, penggunaan teknologi perlu diarahkan secara bijak agar memberikan manfaat dalam pendidikan.

2. Manajemen Waktu Belajar

Manajemen waktu belajar merupakan kemampuan peserta didik dalam mengatur dan memanfaatkan waktu secara efektif untuk kegiatan belajar. Pengelolaan waktu yang baik dapat membantu peserta didik menjadi lebih disiplin, teratur, dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas.

Peserta didik yang mampu mengatur waktu dengan baik biasanya lebih mudah menentukan prioritas belajar dan menyelesaikan pekerjaan tepat waktu. Sebaliknya, kurangnya kemampuan mengelola waktu dapat menyebabkan tugas menumpuk dan hasil belajar menurun. Di era digital, kemampuan manajemen waktu sangat penting karena banyaknya gangguan dari penggunaan teknologi dan media sosial.

3. Efektivitas Belajar

Efektivitas belajar adalah tingkat keberhasilan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran. Pembelajaran dikatakan efektif apabila peserta didik mampu memahami materi, meningkatkan keterampilan, dan memperoleh hasil belajar yang baik.

Efektivitas belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti motivasi, disiplin, lingkungan belajar, metode pembelajaran, dan penggunaan teknologi digital. Teknologi digital dapat membantu meningkatkan efektivitas belajar melalui akses informasi yang lebih luas dan media pembelajaran yang interaktif. Namun, penggunaan teknologi yang tidak sesuai kebutuhan belajar dapat mengurangi konsentrasi dan produktivitas peserta didik.

4. Dampak Teknologi Digital terhadap Manajemen Waktu Belajar

Teknologi digital memberikan pengaruh positif dan negatif terhadap manajemen waktu belajar peserta didik. Dampak positifnya terlihat dari kemudahan mengakses materi, mengatur jadwal belajar, dan menyelesaikan tugas secara lebih cepat dan praktis. Teknologi juga membantu peserta didik belajar dengan lebih fleksibel.

Di sisi lain, penggunaan teknologi untuk hiburan secara berlebihan dapat mengganggu fokus belajar. Media sosial, permainan daring, dan konten hiburan sering membuat peserta didik menghabiskan waktu di luar kegiatan akademik sehingga kedisiplinan belajar menurun. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan mengontrol penggunaan teknologi agar kegiatan belajar tetap berjalan efektif.

5. Kerangka Berpikir

Penelitian ini didasarkan pada pemikiran bahwa penggunaan teknologi digital berhubungan dengan efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik. Pemanfaatan teknologi yang tepat dapat membantu peserta didik mengatur waktu belajar secara lebih terarah dan efisien. Sebaliknya, penggunaan teknologi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan gangguan dalam proses belajar.

Dengan demikian, keberhasilan manajemen waktu belajar dipengaruhi oleh cara peserta didik memanfaatkan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan pengawasan dan literasi digital agar teknologi dapat digunakan secara positif untuk mendukung proses pembelajaran.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif untuk menganalisis dampak teknologi digital terhadap efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik di era modern. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data yang objektif serta mengukur hubungan antara

penggunaan teknologi digital dan kemampuan manajemen waktu belajar peserta didik secara sistematis.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik tingkat sekolah menengah yang aktif menggunakan teknologi digital dalam kegiatan pembelajaran. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu, seperti intensitas penggunaan perangkat digital untuk aktivitas akademik. Jumlah sampel disesuaikan dengan kebutuhan penelitian agar data yang diperoleh dapat mewakili populasi secara memadai.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner dan observasi. Kuesioner digunakan untuk memperoleh informasi mengenai intensitas penggunaan teknologi digital, pola manajemen waktu belajar, serta pengaruh teknologi terhadap efektivitas belajar peserta didik. Instrumen penelitian disusun menggunakan skala Likert dengan beberapa alternatif jawaban, mulai dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju. Sementara itu, observasi dilakukan untuk mendukung data lapangan terkait perilaku peserta didik dalam memanfaatkan teknologi digital selama proses belajar.

Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi penggunaan teknologi digital dan tingkat efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik. Adapun analisis inferensial digunakan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh antara variabel teknologi digital dengan manajemen waktu belajar. Pengolahan data dilakukan dengan bantuan aplikasi statistik guna memperoleh hasil penelitian yang lebih akurat dan objektif.

Untuk memastikan validitas dan reliabilitas instrumen, penelitian ini melakukan uji validitas dan uji reliabilitas terhadap item kuesioner sebelum digunakan dalam proses pengumpulan data. Dengan demikian, data yang dihasilkan diharapkan memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi dan mampu mendukung hasil penelitian secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap peserta didik tingkat sekolah menengah, diperoleh data bahwa teknologi digital memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap efektivitas manajemen waktu belajar. Sebagian besar responden menyatakan bahwa penggunaan perangkat digital membantu mereka dalam mengakses materi pembelajaran, mencari referensi tugas, serta mengatur jadwal belajar secara lebih fleksibel. Hal ini menunjukkan bahwa teknologi digital dapat menjadi sarana pendukung pembelajaran yang efektif apabila dimanfaatkan secara tepat.

Hasil analisis kuesioner menunjukkan bahwa peserta didik yang menggunakan teknologi digital untuk kebutuhan akademik secara teratur cenderung memiliki kemampuan manajemen waktu yang lebih baik dibandingkan peserta didik yang menggunakan teknologi secara berlebihan untuk hiburan. Aplikasi pembelajaran, kalender digital, dan platform pengingat tugas dinilai membantu peserta didik dalam

menyusun prioritas belajar dan meningkatkan kedisiplinan dalam menyelesaikan tugas tepat waktu.

Selain memberikan dampak positif, penelitian ini juga menemukan adanya pengaruh negatif dari penggunaan teknologi digital terhadap efektivitas belajar. Sebagian responden mengaku sering terdistraksi oleh media sosial, permainan daring, dan konten hiburan lainnya saat menggunakan perangkat digital. Kondisi tersebut menyebabkan waktu belajar menjadi berkurang dan konsentrasi belajar menurun. Akibatnya, beberapa peserta didik mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara kegiatan akademik dan aktivitas digital nonakademik.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Pérez-Juárez dkk. (2024) yang menyatakan bahwa distraksi digital dapat memengaruhi fokus dan produktivitas belajar peserta didik. Selain itu, penelitian Halim dan Hadi (2023) juga menjelaskan bahwa efektivitas teknologi digital sangat bergantung pada pola penggunaan dan pengawasan dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, teknologi digital pada dasarnya bukan menjadi faktor utama yang menghambat pembelajaran, melainkan cara penggunaannya yang menentukan dampak terhadap manajemen waktu belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dipahami bahwa efektivitas manajemen waktu belajar dipengaruhi oleh kemampuan peserta didik dalam mengontrol penggunaan teknologi digital. Peserta didik yang mampu memanfaatkan teknologi secara disiplin dan terarah cenderung memiliki hasil belajar yang lebih baik. Sebaliknya, penggunaan teknologi tanpa batasan dapat menurunkan produktivitas dan disiplin belajar.

Oleh karena itu, diperlukan peran guru, orang tua, dan lingkungan sekolah dalam memberikan edukasi mengenai literasi digital dan pengelolaan waktu belajar yang baik. Pengawasan penggunaan perangkat digital serta penerapan jadwal belajar yang teratur dapat membantu peserta didik memanfaatkan teknologi secara lebih produktif. Dengan pengelolaan yang tepat, teknologi digital dapat menjadi media yang mendukung peningkatan kualitas pembelajaran dan efektivitas belajar peserta didik di era modern.

Perkembangan teknologi digital pada era modern memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap kehidupan peserta didik, khususnya dalam proses belajar dan pengelolaan waktu belajar. Teknologi digital seperti telepon pintar, media sosial, aplikasi pembelajaran, serta internet telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas sehari-hari peserta didik. Kehadiran teknologi tersebut memberikan dampak positif sekaligus negatif terhadap efektivitas manajemen waktu belajar. Dalam konteks pendidikan, manajemen waktu belajar menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Stephen R. Covey, manajemen waktu merupakan kemampuan seseorang dalam menentukan prioritas dan menggunakan waktu secara efektif untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa peserta didik perlu memiliki kemampuan mengatur jadwal belajar agar penggunaan teknologi digital tidak mengganggu proses akademik. Teknologi digital sebenarnya dapat membantu peserta

didik mengelola waktu dengan lebih baik melalui berbagai aplikasi pengingat tugas, kalender digital, maupun platform pembelajaran daring.

Penggunaan teknologi digital dalam dunia pendidikan memberikan kemudahan akses informasi yang sangat cepat. Peserta didik dapat mencari materi pelajaran, membaca jurnal, menonton video pembelajaran, hingga mengikuti kelas daring hanya melalui perangkat digital. Hal ini sejalan dengan pendapat John Dewey yang menyatakan bahwa pendidikan harus mengikuti perkembangan zaman dan kebutuhan masyarakat. Dengan adanya teknologi digital, proses belajar menjadi lebih fleksibel karena peserta didik dapat belajar kapan saja dan di mana saja tanpa terbatas ruang dan waktu.

Selain memberikan kemudahan akses informasi, teknologi digital juga meningkatkan efektivitas belajar peserta didik melalui penggunaan media pembelajaran interaktif. Aplikasi pembelajaran seperti Google Classroom, Zoom, dan YouTube edukasi membantu peserta didik memahami materi dengan lebih menarik dan mudah dipahami. Menurut Google melalui platform Google Classroom, proses pembelajaran daring memungkinkan guru dan peserta didik melakukan interaksi pembelajaran secara lebih praktis dan efisien. Penggunaan media digital tersebut dapat membantu peserta didik menghemat waktu dalam mencari sumber belajar serta meningkatkan produktivitas belajar.

Namun, di sisi lain, perkembangan teknologi digital juga membawa dampak negatif terhadap manajemen waktu belajar peserta didik. Salah satu masalah yang sering muncul adalah kecanduan penggunaan media sosial dan permainan daring. Banyak peserta didik menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain gim, menonton video hiburan, atau menggunakan media sosial sehingga waktu belajar menjadi berkurang. Kondisi tersebut menyebabkan peserta didik sulit mengatur prioritas antara kegiatan belajar dan hiburan digital.

Menurut Jean Piaget, lingkungan memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan perilaku individu. Dalam konteks ini, lingkungan digital yang penuh hiburan dapat memengaruhi kedisiplinan peserta didik dalam mengatur waktu belajar. Peserta didik yang tidak mampu mengontrol penggunaan teknologi digital cenderung mengalami penurunan konsentrasi belajar, keterlambatan mengerjakan tugas, hingga menurunnya prestasi akademik.

Selain itu, penggunaan teknologi digital secara berlebihan juga dapat menyebabkan munculnya perilaku multitasking yang kurang efektif. Banyak peserta didik belajar sambil membuka media sosial atau menonton video hiburan sehingga fokus belajar menjadi terganggu. Padahal, efektivitas belajar membutuhkan konsentrasi dan pengelolaan waktu yang baik. Menurut B. F. Skinner, kebiasaan yang dilakukan secara terus-menerus akan membentuk perilaku individu. Jika peserta didik terbiasa menggunakan teknologi digital secara tidak terkontrol, maka kebiasaan tersebut dapat mengurangi disiplin belajar mereka.

Dampak negatif lainnya adalah munculnya perilaku menunda pekerjaan atau *procrastination*. Kemudahan akses hiburan digital membuat peserta didik lebih memilih

menggunakan waktu untuk aktivitas yang menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah. Akibatnya, tugas sering dikerjakan mendekati batas waktu pengumpulan dan hasil belajar menjadi kurang maksimal. Fenomena ini menunjukkan bahwa teknologi digital tidak selalu meningkatkan efektivitas belajar apabila tidak digunakan secara bijaksana.

Meskipun demikian, teknologi digital tetap memiliki potensi besar dalam mendukung manajemen waktu belajar apabila digunakan secara tepat. Peserta didik dapat memanfaatkan aplikasi pengatur jadwal, alarm pengingat tugas, serta platform pembelajaran digital untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. Guru dan orang tua juga memiliki peran penting dalam membimbing peserta didik agar mampu memanfaatkan teknologi secara positif. Pengawasan dan pengarahan yang baik dapat membantu peserta didik membangun kebiasaan belajar yang teratur dan bertanggung jawab.

Dalam era modern, kemampuan literasi digital juga menjadi faktor penting dalam mendukung efektivitas manajemen waktu belajar. Literasi digital tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menggunakan teknologi, tetapi juga kemampuan memilih informasi yang bermanfaat serta mengontrol penggunaan media digital secara bijak. Peserta didik yang memiliki literasi digital yang baik cenderung lebih mampu membedakan antara penggunaan teknologi untuk kebutuhan belajar dan hiburan.

Menurut UNESCO, literasi digital merupakan kemampuan penting yang harus dimiliki masyarakat abad ke-21 untuk menghadapi perkembangan teknologi informasi. Oleh karena itu, sekolah perlu memberikan edukasi mengenai penggunaan teknologi digital secara sehat dan produktif agar peserta didik mampu mengelola waktu belajar dengan efektif.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknologi digital memiliki dampak yang sangat besar terhadap efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik di era modern. Dampak positif teknologi digital terlihat dari kemudahan akses informasi, fleksibilitas belajar, serta tersedianya berbagai media pembelajaran interaktif yang membantu meningkatkan produktivitas belajar. Namun, teknologi digital juga membawa dampak negatif berupa kecanduan media sosial, gangguan konsentrasi belajar, perilaku menunda pekerjaan, serta menurunnya kedisiplinan belajar apabila digunakan secara berlebihan.

Oleh karena itu, diperlukan kesadaran dari peserta didik, guru, dan orang tua untuk memanfaatkan teknologi digital secara bijaksana. Penggunaan teknologi yang seimbang dan terkontrol dapat membantu peserta didik meningkatkan efektivitas manajemen waktu belajar sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa teknologi digital memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efektivitas manajemen waktu belajar peserta didik di era modern. Pemanfaatan teknologi digital seperti aplikasi pembelajaran, platform daring,

dan media informasi mampu membantu peserta didik dalam mengakses materi, mengatur jadwal belajar, serta menyelesaikan tugas secara lebih efektif dan fleksibel. Teknologi digital juga memberikan kemudahan dalam meningkatkan kualitas pembelajaran apabila digunakan secara terarah dan sesuai kebutuhan akademik.

Namun, penggunaan teknologi digital yang tidak terkontrol dapat menimbulkan dampak negatif, seperti menurunnya konsentrasi belajar, berkurangnya disiplin waktu, serta munculnya distraksi dari media sosial dan hiburan digital lainnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa efektivitas manajemen waktu belajar sangat dipengaruhi oleh kemampuan peserta didik dalam mengontrol penggunaan teknologi secara bijak dan proporsional.

Dengan demikian, teknologi digital pada dasarnya dapat menjadi sarana pendukung pembelajaran yang efektif apabila dimanfaatkan secara positif, disiplin, dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara peserta didik, guru, orang tua, dan sekolah dalam membangun literasi digital serta pengelolaan waktu belajar yang baik agar teknologi dapat mendukung peningkatan kualitas pendidikan di era modern.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan, yaitu:

1. Peserta didik diharapkan mampu memanfaatkan teknologi digital secara bijak dan lebih memprioritaskan penggunaan perangkat digital untuk kegiatan akademik dibandingkan hiburan semata.
2. Guru diharapkan dapat memberikan pendampingan dan arahan mengenai penggunaan teknologi digital yang efektif dalam proses pembelajaran agar peserta didik lebih disiplin dalam mengatur waktu belajar.
3. Orang tua perlu melakukan pengawasan terhadap penggunaan perangkat digital di rumah agar peserta didik tidak mengalami kecanduan media sosial maupun permainan daring yang dapat mengganggu proses belajar.
4. Sekolah diharapkan meningkatkan program literasi digital serta menyediakan fasilitas pembelajaran berbasis teknologi yang mendukung efektivitas belajar peserta didik.
5. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan cakupan responden yang lebih luas serta menggunakan metode penelitian yang lebih beragam agar hasil penelitian menjadi lebih mendalam dan komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya artikel penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis menyadari

bahwa dalam proses penyusunan artikel ini terdapat banyak bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, serta motivasi selama proses penyusunan penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah, responden, serta seluruh peserta didik yang telah bersedia membantu dalam proses pengumpulan data penelitian.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada keluarga dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan doa sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Tidak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan artikel ini.

Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat serta menjadi tambahan wawasan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang pendidikan dan pemanfaatan teknologi digital dalam pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Administrative Sciences, 14(1), 17. <https://doi.org/10.3390/admsci14010017>
- Bilyalova, A. A., Salimova, D. A., & Zelenina, T. I. (2020). Digital Transformation in Education. In *Integrated Science in Digital Age: ICIS 2019*.
- Era Society 5.0 dalam Meningkatkan Kualitas dan Produktivitas Sumber Daya
Journal Of Contemporary Administration And Management (ADMAN), 1(2), 70–76.
<https://doi.org/10.61100/adman.v1i2.25>
- Khoirudin, A., Khoiri, N., Fahreza, R. B., Faizatun, I., & Nisa'. (2023). Manajemen Sekolah di Manusia. *Al-Fâhim: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 5(2).
- Mekheimer, M. A. (2025). Effective Technology Integration In Higher Education: A Mixed Methods Study Of Professional Development. *Education And Information Technologies*. <https://doi.org/10.1007/s10639-025-13750-y>
- Ohara, M. R. (2023). The Role Of Social Media In Educational Communication Management. *Sharing Within Learning Communities: A Systematic Literature Review*.
- Suciati. (2018). Employing Digital Learning For Fostering Innovative Creativity. *Jurnal Pendidikan*, 19(2).
- Technology Supports Collaborative Writing Learning In Higher Education. *Electronic Journal Of E-Learning*, 23(3), 64–78. <https://doi.org/10.34190/ejel.23.3.3974>
- Veddayana, C., Suyitno, I., Widyartono, D., & Aldresti, F. (2025). Systematic Review: How Zamiri, M., & Esmaceli, A. (2024). Methods And Technologies For Supporting Knowledge