



---

## Kecanduan Gadget dan Motivasi Belajar Siswa SMA: Implikasi bagi Layanan Bimbingan dan Konseling Islam

Neng Sinta Fatimah<sup>1</sup>, M Fahli Zatrachadi<sup>2</sup>, Miftahuddin<sup>3</sup>

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia<sup>1-3</sup>

Email Korespondensi: [12340224291@students.uin-suska.ac.id](mailto:12340224291@students.uin-suska.ac.id), [m.fahli.zatra.hadi@uin-suska.ac.id](mailto:m.fahli.zatra.hadi@uin-suska.ac.id), [miftahuddin@uin-suska.ac.id](mailto:miftahuddin@uin-suska.ac.id)

---

Article received: 02 Mei 2026, Review process: 08 Mei 2026

Article Accepted: 22 Mei 2026, Article published: 25 Mei 2026

---

### ABSTRACT

*The rapid advancement of digital technology has led to a dramatic surge in mobile device use among young people, particularly high school students, which risks causing addiction and affecting their motivation to learn. This study aims to uncover the impact of mobile device addiction on high school students' learning motivation, evaluate the contribution of Islamic Guidance and Counseling (BKI) services in addressing this addiction, and outline implications for improving students' learning motivation. This study employs a qualitative method through a systematic literature review (SLR) of 15 scientific articles published between 2020 and 2025, sourced from the Google Scholar database. Key findings indicate a negative correlation between smartphone addiction and student learning motivation, although some evidence suggests the potential benefits of smartphones when used appropriately. BKI service techniques, such as group counseling, self-control, and cognitive therapy grounded in Islamic values, have proven effective in reducing smartphone addiction. Structured BKI services supported by collaboration between schools and families have a positive impact on restoring students' learning motivation. The BKI approach provides a foundation for holistic interventions to balance technological proficiency with the academic achievement of high school students.*

**Keywords:** *Gadget Addiction, Learning Motivation, Islamic Guidance and Counseling, High School Students, Systematic Literature Review.*

### ABSTRAK

*Perkembangan pesat teknologi digital telah memicu peningkatan drastis dalam penggunaan perangkat seluler pada golongan anak muda, khususnya siswa sekolah menengah atas, yang berisiko menimbulkan kecanduan dan memengaruhi motivasi belajar mereka. Riset ini bertujuan untuk mengungkap dampak kecanduan perangkat seluler terhadap motivasi belajar siswa sekolah menengah atas, mengevaluasi kontribusi layanan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dalam menangani kecanduan ini, serta menguraikan implikasi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui tinjauan literatur sistematis (SLR) terhadap 15 artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2020 dan 2025, yang bersumber dari basis data Google Scholar. Temuan utama menunjukkan adanya korelasi negatif antara kecanduan ponsel pintar dan motivasi belajar siswa, meskipun beberapa bukti menunjukkan potensi manfaat ponsel pintar jika digunakan dengan tepat. Teknik layanan BKI, seperti konseling kelompok, pengendalian diri, dan terapi kognitif yang berlandaskan nilai-nilai Islam, telah terbukti efektif dalam mengurangi kecanduan smartphone. Layanan BKI yang terstruktur dan didukung oleh kolaborasi antara sekolah dan keluarga memiliki dampak positif dalam memulihkan motivasi belajar siswa.*

---

*Pendekatan BKI memberikan landasan bagi intervensi holistik untuk menyeimbangkan kemahiran teknologi dengan prestasi akademik siswa sekolah menengah atas.*

**Kata Kunci:** Kecanduan Gawai, Motivasi Belajar, Bimbingan Konseling Islam, Siswa SMA, Systematic Literature Review.

## PENDAHULUAN

Perkembangan pesatnya teknologi digital saat ini telah mendorong lonjakan besar-besaran dalam penggunaan gadget dan media sosial, terutama di kalangan generasi muda. Sebuah laporan menurut We Are Social, jumlah pengguna internet di seluruh dunia telah mencapai 5,56 miliar orang (Komdigi 2025). Tren ini telah tercermin dengan jelas di Indonesia, di mana sekitar 79,5% dari total populasi adalah pengguna internet, yang jumlahnya mencapai 221 juta orang. Data dari (Badan Pusat Statistik 2023) Angka-angka ini semakin diperkuat karena kelompok usia 15-24 tahun mendominasi kepemilikan ponsel dengan tingkat 92,14%.

Di sisi lain, meskipun akses informasi menjadi lebih mudah, ketergantungan pada gadget telah menimbulkan dampak negatif yang nyata, terutama terhadap aspek akademik. (Ramadhani, Ruswandi, and Iman 2025) Menyatakan bahwa kecanduan gadget berkorelasi negatif dengan motivasi belajar remaja; semakin parah kecanduannya, semakin lemah dorongan siswa untuk belajar. Situasi ini semakin memperihatinkan karena lebih dari separuh siswa (56,66%) dikategorikan memiliki tingkat kecanduan gadget yang tinggi (Prizki and Sari 2020).

Untuk mengurangi dampak negatif tersebut, layanan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) telah muncul sebagai solusi yang tepat. (Pertiwi, Satriah, and Tajiri 2024) Menyimpulkan bahwa program BKI, yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual, moral, dan sosial, telah terbukti efektif dalam membimbing siswa untuk mengelola penggunaan media sosial mereka dan mengurangi ketergantungan mereka pada gawai. Pandangan ini didukung oleh (Maharani 2024) Yang menegaskan bahwa intervensi bimbingan terstruktur ditambah dengan dukungan dari berbagai pemangku kepentingan berkontribusi positif dalam memulihkan motivasi belajar siswa.

Meskipun telah banyak penelitian tentang kecanduan gadget dan motivasi belajar yang dilakukan, penelitian yang secara khusus mengintegrasikan perspektif BKI sebagai pendekatan preventif atau terapeutik dalam lingkungan siswa sekolah menengah atas masih relatif langka. Sebagian besar penelitian sebelumnya menekankan pendekatan psikologis konvensional tanpa mengeksplorasi dimensi spiritual yang menjadi ciri khas siswa di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode tinjauan pustaka sistematis. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi pengaruh kecanduan gadget terhadap penurunan motivasi belajar siswa SMA, (2) menganalisis peran penting layanan BKI dalam mengatasi kecanduan tersebut, dan (3) merumuskan implikasi layanan BKI untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMA.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan tinjauan pustaka sistematis (SLR) untuk mengkaji dan menyintesis

temuan dari penelitian sebelumnya mengenai dampak kecanduan gadget terhadap motivasi belajar siswa SMA, termasuk implikasinya bagi layanan Bimbingan Konseling Islam. Data tersebut diperoleh melalui pencarian literatur di basis data Google Scholar dengan menggunakan kata kunci seperti "kecanduan gadget", "motivasi belajar siswa SMA", dan "bimbingan konseling Islam". Artikel yang dipilih harus memenuhi kriteria inklusi, yaitu diterbitkan antara tahun 2020-2025, merupakan artikel jurnal ilmiah, membahas variabel yang selaras dengan tema penelitian, dan menargetkan remaja atau siswa SMA atau yang setara. Pencarian ini menghasilkan 15 artikel utama yang kemudian dianalisis secara sistematis melalui tahap reduksi data, penyajian naratif, dan kesimpulan untuk merumuskan implikasi yang sesuai bagi layanan BKI.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini disusun berdasarkan 15 artikel ilmiah yang ditemukan melalui pencarian di basis data Google Scholar dengan menggunakan kata kunci yang relevan mencakup periode rentang tahun 2020-2025. Artikel-artikel tersebut mencakup studi kuantitatif, kualitatif, dan eksperimental yang secara sama-sama mengkaji tiga variabel utama, yaitu kecanduan gadget, motivasi belajar siswa SMA, dan layanan Bimbingan Konseling Islam (BKI). Analisis literatur ini disajikan dalam tiga subbagian berikut.

### *Dampak Kecanduan Gawai terhadap Motivasi Belajar Siswa SMA*

Berbagai literatur menunjukkan bahwa penggunaan gadget di kalangan SMA kini telah menjadi kebutuhan utama yang mendominasi rutinitas harian mereka. Meskipun gadget memberikan akses informasi yang melimpah, penggunaan yang berlebihan sering kali mendorong siswa ke dalam pola perilaku kompulsif yang merugikan tanggung jawab akademis mereka. Hal ini tercermin dalam temuan (Ramadhani et al. 2025) yang menyatakan bahwa kecanduan smartphone memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap motivasi belajar remaja. Hubungannya bersifat linier: semakin kuat ketergantungan siswa pada gadget, semakin rendah motivasi mereka untuk belajar. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa penggunaan teknologi yang tidak terkendali dapat mengganggu konsentrasi dan secara bertahap mengurangi minat siswa untuk belajar.

Namun demikian, pengaruh gadget di ranah pendidikan ibarat "pedang bermata dua" karena adanya bukti yang bertentangan di beberapa sekolah. Di SMAN 34 Jakarta, misalnya, (Ulhaq et al. 2024) mengungkapkan bahwa 73,8% siswa percaya gadget tersebut justru meningkatkan motivasi belajar berkat kemudahan akses informasi dan fleksibilitas jadwal. Pandangan serupa diungkapkan oleh (Wirawan et al. 2025) yang menyoroti bahwa penggunaan gadget yang optimal, bila didukung oleh lingkungan belajar yang tepat, dapat secara signifikan meningkatkan antusiasme siswa dalam belajar.

Keberhasilan penggunaan gadget juga sangat bergantung pada konteks materi pelajaran dan pendekatan pengajaran. (Aswinda, Alwizar, and Tohirin 2025) mencatat bahwa penggunaan aplikasi interaktif, seperti Al-Qur'an digital, dapat meningkatkan partisipasi dan kemandirian siswa dalam belajar. Hal ini

menunjukkan bahwa teknologi dapat menjadi alat pendukung yang efektif jika dioptimalkan melalui strategi pengajaran yang kreatif dan berorientasi pada pedagogi.

Namun, terdapat perspektif netral yang menyarankan bahwa gadget tidak selalu menjadi faktor penyebab utama fluktuasi motivasi. Sebuah studi (Maulida Nurdin, M. Irfan, and Irayanti 2022) SMAN 3 Majene menunjukkan tidak adanya korelasi yang signifikan antara keinginan untuk belajar dan penggunaan perangkat pada mata pelajaran tertentu seperti Biologi. Kesimpulan serupa diungkapkan oleh (Habiburrahman, Daud, and Halima 2024) Menyatakan bahwa intensitas penggunaan smartphone tidak memengaruhi motivasi belajar siswa, baik dari aspek intrinsik maupun ekstrinsik.

Secara umum, keberagaman temuan ini menegaskan bahwa gadget tidak secara otomatis merusak atau meningkatkan motivasi belajar. Efek yang dihasilkan sangat bergantung pada niat dan pengendalian diri pengguna. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang dirancang dengan baik untuk memastikan bahwa penggunaan teknologi tetap selaras dengan kemajuan akademik siswa.

### ***Peran layanan bimbingan konseling islam (BKI) dalam mengatasi kecanduan gawai***

Menghadapi masalah kecanduan gadget yang semakin meluas dan kompleks di lingkungan sekolah, peran guru Bimbingan Konseling (BK), terutama melalui pendekatan BKI, telah menjadi alat utama dalam upaya intervensi. Kebutuhan mendesak akan layanan ini tercermin dalam data (Prizki and Sari 2020) Di SMK Negeri 1 Lahat, sebanyak 56,66% siswa diklasifikasikan memiliki tingkat kecanduan yang tinggi. Situasi ini menuntut penanganan intensif melalui strategi layanan yang mencakup aspek pencegahan dan penyembuhan.

Dalam praktiknya, beberapa teknik konseling kelompok telah terbukti efektif berdasarkan bukti empiris. (Pasaribu and Arsini 2024) Dalam jurnal, Al-Ittizaan menyimpulkan bahwa teknik pengendalian diri dalam konseling kelompok berhasil mengurangi kecanduan gadget secara signifikan. Demikian pula, (Harahap and Dewi 2021) Menemukan bahwa teknik sosiodrama dapat memicu perubahan perilaku yang nyata, sehingga menurunkan tingkat kecanduan siswa dari kategori tinggi menjadi sangat rendah. Selin itu, (Amri and Rusman 2023) Mencatat bahwa memperkuat interaksi sosial dalam kelompok kecil sangat efektif dalam mengatasi perasaan kesepian yang sering kali mendorong siswa untuk tenggelam dalam dunia maya.

Selain konseling kelompok, pendekatan klinis yang bertujuan mengubah pola pikir juga memberikan manfaat nyata. (Firdaus and Marsudi 2021) Menyoroti bahwa terapi perilaku kognitif secara efektif membantu remaja meningkatkan proses kognitif mereka dan mengelola respons emosional yang memicu kecanduan. Sementara itu, layanan berbasis kelas interaktif yang menggunakan media video dan bahan ajar telah terbukti berhasil dan efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa sehingga mereka dapat mengelola penggunaan perangkat mereka secara mandiri (Maynawati, Revandita, and Wardana 2023).

Sebagai langkah penutup, mengintegrasikan nilai-nilai agama ke dalam konseling menawarkan solusi yang lebih mendalam. Penelitian (Pertiwi et al. 2024)

Menyatakan bahwa Program Bimbingan Konseling Islam yang terintegrasi dengan visi sekolah dan dukungan keluarga sangat efektif dalam membantu siswa untuk mengontrol penggunaan media sosial mereka. Pendekatan berbasis Islam ini tidak hanya membatasi waktu penggunaan gadget, tetapi juga memperkuat dimensi spiritual, moral, dan sosial, sehingga membekali siswa ketahanan internal terhadap gelombang digitalisasi yang intens.

### *Implikasi Layanan BKI terhadap Peningkatan Motivasi Belajar*

Layanan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk menangani perilaku merugikan, tetapi juga memiliki implikasi strategis dalam memulihkan motivasi akademik siswa yang mengalami penurunan. Melalui pendekatan humanistik yang berlandaskan agama, layanan ini berhasil menjalani hubungan emosional dengan siswa, sehingga memungkinkan mereka menemukan kembali tujuan dan makna belajar. Tingkat keberhasilannya sangat ditentukan oleh kemampuan konselor dalam mengintegrasikan dukungan dari lingkungan sekitar siswa.

Sejalan dengan temuan ini, penelitian yang dilakukan oleh (Panggabean et al. 2023) Di SMA Negeri 7 Binjai, strategi bimbingan yang berfokus pada pembangunan hubungan yang harmonis (rapport) dan pemberian kesempatan untuk refleksi yang efektif terbukti efektif dalam meningkatkan minat belajar. Melalui kolaborasi antara konselor, orang tua, dan guru mata pelajaran, layanan ini tidak hanya secara langsung meningkatkan prestasi akademik dan nonakademik siswa secara instan, tetapi juga memperkuat rasa percaya diri mereka dalam jangka panjang.

Temuan positif ini semakin diperkuat oleh hasil penelitian (Maharani 2024) Di SMA Plus Negeri 2 Banyuasin III, yang menunjukkan bahwa peran konselor bimbingan mencakup berbagai layanan yang komprehensif, mulai dari upaya pemberian pemahaman dan pencegahan hingga pemecahan masalah. Program yang terstruktur dengan baik dan fasilitas pendukung yang memadai merupakan elemen kunci dalam menjaga motivasi belajar siswa. Meskipun hambatan eksternal seperti perubahan pola belajar (misalnya saat pandemi) dapat menjadi penghambat, implementasi program BKI yang konsisten terus memberikan dampak positif terhadap stabilitas motivasi siswa.

Pada intinya, implikasi layanan BKI menekankan bahwa motivasi belajar bukanlah faktor yang berdiri sendiri, melainkan hasil dari integrasi kesadaran spiritual siswa dengan ekosistem pendukung yang dibangun melalui bimbingan. Oleh karena itu, penguatan program BKI di lingkungan sekolah merupakan langkah krusial dalam membentuk generasi yang tidak hanya kompeten di ranah digital, tetapi juga tangguh secara moral dan bersemangat dalam belajar.

### **SIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan gawai pada siswa SMA memiliki dampak ambigu terhadap motivasi belajar mereka. Di satu sisi, kecanduan gadget yang tidak terkendali terbukti secara signifikan mengganggu konsentrasi dan antusiasme akademik siswa; di sisi lain, gadget dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dan efektivitas belajar jika dikelola dengan kontrol diri yang

kuat dan pendekatan pengajaran yang tepat. Keberagaman hasil ini menunjukkan bahwa dampak teknologi tidak bersifat kondisional, melainkan sangat dipengaruhi oleh niat penggunaan dan kemampuan individu untuk menghindari gangguan digital.

Dalam konteks tersebut, layanan Bimbingan Konseling Islam (BKI) hadir sebagai solusi strategis yang berorientasi pada solusi melalui teknik-teknik seperti konseling kelompok, pengendalian diri, dan terapi konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan moral. Penerapan layanan BKI yang terstruktur dan didukung oleh kolaborasi antara sekolah dan keluarga telah terbukti berhasil tidak hanya dalam mengurangi tingkat kecanduan gadget, tetapi juga dalam memulihkan kepercayaan diri dan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, pendekatan BKI memberikan kerangka intervensi yang komprehensif. Demikian, pendekatan bki memberikan landasan bagi intervensi holistik untuk menyeimbangkan kemahiran teknologi dengan kemajuan akademik yang berkelanjutan.

## DAFTAR RUJUKAN

- Amri, Yusrizal, and Abdul Aziz Rusman. 2023. "Upaya Mengatasi Penyalahgunaan Gadget Dalam Proses Belajar Mengajar Melalui Konseling Kelompok." *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 4(1):132-43. doi:10.31538/munaddhomah.v4i1.368.
- Aswinda, Aswinda, Alwizar Alwizar, and Tohirin Tohirin. 2025. "PENGARUH PENGGUNAAN GADGET TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PAI SISWA SMAN 1 MANDAU." *Research and Development Journal of Education* 11(2):997-1006. doi:10.30998/RDJE.V11I2.24115.
- Badan Pusat Statistik. 2023. "Proporsi Individu Yang Menguasai/Memiliki Telepon Genggam Menurut Kelompok Umur."
- Firdaus, Wahyu, and Muhammad Sholeh Marsudi. 2021. "Konseling Remaja Yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior." *Studia: Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa* 6(1):15-24. <https://doi.org/10.32923/stu.v6i1.1980>.
- Habiburrahman, Muh Daud, and Andi Halima. 2024. "PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SMA." *Journal of Correctional Issues* 3(2):92-101. <https://doi.org/10.26858/pembelajar.v3i2.9851>.
- Harahap, Lina Ayu Ashari, and Ika Sandra Dewi. 2021. "Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Sociodrama Dalam Mengurangi Kecanduan Gadget Pada Siswa." *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 2(2):98-105. doi:10.32505/syifaulqulub.v2i2.3665.
- Komdigi. 2025. "Komitmen Pemerintah Melindungi Anak Di Ruang Digital."
- Maharani, Laila. 2024. "Kontribusi Guru Bimbingan Dan Konseling Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Di SMA Plus Negeri 2 Banyuasin III Palembang." *Ameena Journal* 2(4):389-400. doi:10.63732/AIJ.V2I4.120.
- Maulida Nurdin, Gaby, M. Irfan, and Irayanti. 2022. "Korelasi Antara Penggunaan Gadget Terhadap Motivasi Belajar Biologi Peserta Didik Kelas XI MIPA SMA Negeri 3 Majene." *BIOMA: Jurnal Biologi Dan Pembelajarannya* 4(1):49-56.

doi:10.31605/bioma.v4i1.1520.

- Maynawati, Fitri Radite Nur, Aghita Galih Revandita, and Rayhan Abi Wardana. 2023. "Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Pencegahan Kecanduan Gadget." *Proceedings of Annual Guidance and Counseling Academic Forum* 93-97. <https://proceedings.unnes.ac.id/agcaf/article/view/2540>.
- Panggabean, Mira Dena Pytri, Raja Syahputra, Runi Novita Lestari Sinaga, Sartika Dara Alida Harahap, and Fauziah Nasution. 2023. "Upaya Bimbingan Konseling Untuk Meningkatkan Minat Dan Motivasi Belajar Siswa Di Sma Negeri 7 Binjai." *Dharma Acariya Nusantara: Jurnal Pendidikan, Bahasa Dan Budaya* 1(1):74-85.
- Pasaribu, Ariyani, and Yenti Arsini. 2024. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Control Dalam Mereduksi Kecanduan Gadget." *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7(2):91-96.
- Pertiwi, Succy Ayu, Lilis Satriah, and Hajir Tajiri. 2024. "Program Bimbingan Konseling Islam Untuk Mencegah Kecanduan Media Sosial ( Penelitian Di SMA Kartika Bandung )." *AL-AFKAR : Journal for Islamic Studies* 7(4):hlm. 84. doi:10.31943/afkarjournal.v7i4.1645.Islamic.
- Prizki, Teresya Bella Dwi, and Syska Purnama Sari. 2020. "KECANDUAN GADGET PADA SISWA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 LAHAT." *JUANG: Jurnal Wahana Konseling* 3(1).
- Ramadhani, Yasmin, Muhammad Raihan Ruswandi, and Aminullah Khairul Iman. 2025. "Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Motivasi Belajar." *Jurnal Keilmuan Pendidikan* 1(2):56-62. doi:10.63203/040924300.
- Ulhaq, Najmah Dhiyaa, Muhammad Fauzan Rhadiansyah, Naura Ad'hani, Muhammad Zaidan Triandra Putra, Maulana Ibrahim, Kirana Amayra Parampara, Aura Rahma Fadillah, Syaza Hamidah, and Lutfi Hardiyanto. 2024. "Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dan Siswi SMAN 34 Jakarta." *JIPKL: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Kearifan Lokal* 4(6):939-50.
- Wirawan, Bibit, Cahyo Apri Setiaji, Sugeng Eko, and Putro Widoyoko. 2025. "Pengaruh Penggunaan Gadget Dan Lingkungan Belajar Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas X Pada Mata Pelajaran Ekonomi Di SMA Negeri 8 Purworejo." *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran* 8(3):2075-87. doi:10.30605/JS GP.8.3.2025.6965.