

ANTARA NOTIFIKASI DAN KONSENTRASI : KAJIAN LITERATUR TENTANG PERAN BAHAN AJAR CETAK DALAM MENJAGA FOKUS PESERTA DIDIK

Fathimah Azzahra Ilyas¹, Andi Abdul Hamzah²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

fathimahazzhrilyas@gmail.com¹, andiabdulhamzah@uin-alauddin.ac.id²

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah menghadirkan berbagai kemudahan dalam pembelajaran, namun di sisi lain memunculkan tantangan berupa meningkatnya distraksi, khususnya melalui notifikasi digital yang bersifat interuptif. Notifikasi tidak hanya berfungsi sebagai fitur teknologis, tetapi juga berpotensi mengganggu konsentrasi dan fokus belajar peserta didik. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji secara teoretis peran bahan ajar cetak dalam menjaga fokus belajar peserta didik di tengah maraknya distraksi digital. Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur dengan menganalisis buku dan artikel ilmiah yang relevan dengan tema notifikasi digital, konsentrasi belajar, beban kognitif, dan bahan ajar cetak. Hasil kajian menunjukkan bahwa notifikasi digital dapat meningkatkan beban kognitif ekstrinsik dan memecah perhatian peserta didik, sehingga berdampak negatif terhadap kualitas pembelajaran. Dalam konteks tersebut, bahan ajar cetak memiliki keunggulan pedagogis karena relatif bebas dari gangguan notifikasi dan mampu mendukung konsentrasi serta pemrosesan kognitif yang lebih mendalam. Kajian ini menegaskan bahwa bahan ajar cetak tetap relevan sebagai instrumen pedagogis strategis untuk menyeimbangkan dominasi media digital dan menjaga fokus belajar peserta didik di era digital.

Kata Kunci: Notifikasi Digital, Konsentrasi Belajar, Bahan Ajar Cetak, Fokus Peserta Didik.

Abstract

The development of digital technology has provided various conveniences in learning, but on the other hand, it has also given rise to challenges in the form of increased distractions, particularly through interruptive digital notifications. Notifications not only function as a technological feature but also have the potential to disrupt students' concentration and focus on learning. This article aims to theoretically examine the role of printed learning materials in maintaining students' learning focus amidst the rise of digital distractions. This research uses a literature review approach by analyzing books and scientific articles relevant to the themes of digital notifications, learning concentration, cognitive load, and printed learning materials. The results of the study indicate that digital notifications can increase extrinsic cognitive load and divert students' attention, thus negatively impacting the quality of learning. In this context, printed learning materials have pedagogical advantages because they are relatively free from notification distractions and can support concentration and deeper cognitive processing. This study confirms that printed learning materials remain relevant as a strategic pedagogical instrument to balance the dominance

of digital media and maintain students' learning focus in the digital era.

Keywords: *Digital Notifications, Learning Concentration, Printed Teaching Materials, Student Focus.*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam praktik pembelajaran melalui pemanfaatan berbagai perangkat dan platform daring yang menawarkan kemudahan akses informasi serta fleksibilitas belajar. Namun, literatur pendidikan mutakhir menunjukkan bahwa intensitas penggunaan perangkat digital dalam pembelajaran juga menghadirkan tantangan baru, khususnya terkait menurunnya konsentrasi belajar peserta didik akibat distraksi digital yang bersumber dari notifikasi media sosial, pesan instan, dan aplikasi non-akademik.

Sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa notifikasi digital yang muncul secara berulang berpotensi mengganggu kontinuitas perhatian dan mendorong perilaku multitasking selama proses belajar. Interupsi semacam ini dikaitkan dengan peningkatan beban kognitif serta penurunan kemampuan peserta didik dalam mempertahankan fokus belajar secara berkelanjutan, sehingga pemahaman materi cenderung berlangsung secara dangkal.

Dalam kajian kognitif, konsentrasi belajar dipandang sebagai prasyarat utama bagi efektivitas pembelajaran. Teori beban kognitif menjelaskan bahwa kapasitas memori kerja manusia bersifat terbatas, sehingga paparan stimulus yang berlebihan dapat menghambat proses pengolahan informasi. Oleh karena itu, berbagai studi menekankan pentingnya penggunaan media pembelajaran yang mampu meminimalkan distraksi dan mendukung fokus perhatian peserta didik.

Di tengah dominasi media digital, bahan ajar cetak kerap diposisikan sebagai media konvensional yang kurang relevan. Padahal, temuan-temuan dalam literatur menunjukkan bahwa bahan ajar cetak memiliki karakteristik yang mendukung konsentrasi belajar, seperti penyajian materi yang linear, minim gangguan visual dan auditori, serta interaksi fisik yang mendorong keterlibatan kognitif yang lebih stabil dibandingkan media digital yang rentan terhadap interupsi.

Meskipun kajian mengenai perbandingan media digital dan cetak telah banyak dilakukan, penelitian yang secara khusus menelaah peran bahan ajar cetak dalam menjaga

fokus belajar di tengah fenomena notifikasi digital masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis temuan-temuan literatur ilmiah terkait peran bahan ajar cetak dalam menjaga konsentrasi belajar peserta didik, sehingga dapat memberikan kontribusi teoretis dan rekomendasi pedagogis bagi perancangan pembelajaran di era digital

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*). Kajian ini diarahkan untuk menganalisis peran bahan ajar cetak dalam mendukung fokus dan konsentrasi belajar peserta didik di tengah meningkatnya penggunaan media digital dalam pembelajaran. Data penelitian bersumber dari buku referensi dan artikel jurnal nasional yang membahas bahan ajar cetak, media pembelajaran, distraksi digital, serta aspek kognitif dalam proses belajar.

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi dengan cara menelusuri, menyeleksi, dan mengkaji literatur yang relevan dengan fokus penelitian. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) dengan mengidentifikasi tema-tema utama, mengelompokkan konsep-konsep kunci, serta mensintesis temuan antarsumber secara sistematis. Hasil analisis disajikan secara deskriptif-analitis untuk memperoleh pemahaman konseptual yang utuh mengenai posisi bahan ajar cetak sebagai media pembelajaran di tengah tantangan distraksi digital

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distraksi Digital dan Konsentrasi Belajar Peserta Didik

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam pola belajar peserta didik, terutama melalui kehadiran perangkat gawai yang selalu terhubung dengan berbagai aplikasi dan notifikasi. Dalam konteks pembelajaran, kondisi ini memunculkan fenomena distraksi digital, yakni gangguan perhatian yang disebabkan oleh rangsangan eksternal dari media digital sehingga peserta didik kesulitan mempertahankan fokus belajar secara berkelanjutan. Konsentrasi belajar sendiri merupakan kemampuan individu untuk memusatkan perhatian pada objek belajar tertentu dengan mengesampingkan rangsangan lain

yang tidak relevan, sehingga proses pengolahan informasi dapat berlangsung secara optimal.¹

Secara psikologis, konsentrasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, minat, dan kesiapan mental peserta didik, sedangkan faktor eksternal mencakup lingkungan belajar dan stimulus yang hadir selama proses pembelajaran.² Kehadiran notifikasi digital yang bersifat instan dan berulang berpotensi menjadi stimulus eksternal yang dominan, karena dirancang untuk menarik perhatian secara cepat melalui suara, getaran, maupun tampilan visual. Akibatnya, perhatian peserta didik mudah terpecah, sehingga kapasitas kognitif yang seharusnya digunakan untuk memahami materi belajar justru terbagi pada aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan tujuan pembelajaran.

Sejumlah kajian menunjukkan bahwa distraksi digital tidak hanya mengurangi durasi perhatian, tetapi juga berdampak pada kualitas pemahaman materi. Peserta didik yang sering berpindah perhatian antara tugas belajar dan aktivitas digital cenderung mengalami penurunan kedalaman pemrosesan informasi, karena proses belajar berlangsung secara terfragmentasi.³ Dalam perspektif psikologi pendidikan, kondisi ini berkaitan dengan keterbatasan memori kerja manusia yang tidak mampu memproses banyak stimulus secara bersamaan dalam waktu yang sama. Ketika perhatian terus-menerus teralihkan, proses pengkodean informasi ke dalam memori jangka panjang menjadi kurang efektif.

Peran Bahan Ajar Cetak dalam Menjaga Fokus Belajar

Bahan ajar cetak memiliki karakteristik pedagogis yang berbeda secara mendasar dari media pembelajaran digital, terutama dalam kaitannya dengan pengelolaan perhatian peserta didik. Sebagai media yang bersifat statis, linear, dan tidak interaktif secara digital, bahan ajar cetak memungkinkan peserta didik untuk berinteraksi dengan materi pembelajaran tanpa gangguan notifikasi, tautan eksternal, maupun stimulus visual dinamis. Dalam perspektif pembelajaran, kondisi ini mendukung terciptanya lingkungan belajar yang lebih terkendali, sehingga peserta didik dapat memusatkan perhatian pada materi yang sedang dipelajari secara

¹ Slameto, *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya* (Rineka Cipta, 2015).

² Dimiyati and Mudjiono, *Belajar Dan Pembelajaran* (Rineka Cipta, 2013).

³ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru* (Remaja Rosdakarya, 2017).

lebih berkelanjutan.⁴

Secara teoretis, fokus belajar berkaitan erat dengan kemampuan peserta didik dalam mengarahkan dan mempertahankan perhatian pada objek belajar tertentu. Bahan ajar cetak berperan sebagai media yang membantu proses tersebut karena struktur penyajiannya relatif stabil dan mudah diprediksi, baik dari segi urutan materi, tampilan visual, maupun alur informasi.⁵ Ketika peserta didik membaca dan mempelajari bahan ajar cetak, perhatian mereka tidak dituntut untuk berpindah secara cepat antarstimulus, sehingga proses pengolahan informasi dapat berlangsung secara lebih mendalam. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa media pembelajaran yang sederhana dan terfokus cenderung lebih mendukung konsentrasi belajar dibandingkan media yang kaya distraksi.

Dalam praktik pembelajaran, bahan ajar cetak juga berfungsi sebagai alat bantu untuk membangun kebiasaan belajar yang reflektif dan terarah. Peserta didik memiliki kesempatan untuk membaca ulang, memberi tanda, atau mencatat secara manual pada bagian-bagian penting materi, yang secara tidak langsung memperkuat keterlibatan kognitif mereka terhadap isi pembelajaran.⁶ Aktivitas ini mendorong peserta didik untuk berinteraksi secara aktif dengan materi tanpa tekanan stimulus eksternal yang berlebihan. Oleh karena itu, bahan ajar cetak tidak hanya berperan sebagai sumber informasi, tetapi juga sebagai media yang mendukung pengelolaan perhatian dan konsentrasi belajar secara lebih stabil.

Bahan Ajar Cetak dalam Perspektif Beban Kognitif

Teori beban kognitif memandang proses belajar sebagai aktivitas mental yang dibatasi oleh kapasitas memori kerja manusia. Dalam proses pembelajaran, informasi yang diterima peserta didik harus dikelola secara efektif agar tidak melampaui kapasitas kognitif yang tersedia. Beban kognitif yang berlebihan dapat menghambat konsentrasi belajar karena perhatian peserta didik tersita untuk mengelola stimulus yang tidak relevan dengan tujuan pembelajaran.⁷ Oleh karena itu, media pembelajaran memiliki peran penting dalam menentukan apakah beban kognitif yang dialami peserta didik bersifat mendukung atau justru

⁴ Abdul Majid, *Perencanaan Pembelajaran: Mengembangkan Standar Kompetensi Guru* (PT. Remaja Rosdakarya, 2009).

⁵ Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran* (RajaGrafindo Persada, 2016).

⁶ Wina Sanjaya, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan* (Prenadamedia Group, 2014).

⁷ Dimiyati and Mudjiono, *Belajar Dan Pembelajaran* (Rineka Cipta, 2013).

mengganggu proses belajar.

Sejumlah kajian menunjukkan bahwa media pembelajaran yang minim distraksi cenderung membantu peserta didik mempertahankan fokus belajar. Penelitian mengenai penggunaan media pembelajaran non-digital menemukan bahwa peserta didik menunjukkan tingkat konsentrasi yang lebih baik ketika belajar dengan media yang tidak menghadirkan gangguan digital, dibandingkan dengan media berbasis perangkat elektronik yang sarat rangsangan visual dan interaktif.⁸ Temuan ini mengindikasikan bahwa stimulus digital yang berlebihan berpotensi meningkatkan beban kognitif ekstrinsik, sehingga perhatian peserta didik terpecah dan proses belajar menjadi kurang efektif.

Dalam perspektif ini, bahan ajar cetak memiliki karakteristik yang relatif selaras dengan prinsip pengelolaan beban kognitif. Penyajiannya yang statis dan terstruktur memungkinkan peserta didik mengontrol kecepatan belajar, mengulang informasi sesuai kebutuhan, serta memusatkan perhatian pada materi inti tanpa terganggu oleh elemen tambahan yang tidak relevan. Dengan demikian, bahan ajar cetak berpotensi menekan beban kognitif ekstrinsik dan membantu peserta didik mengalokasikan kapasitas kognitifnya secara lebih optimal. Sehingga dalam pembelajaran di era digital, bahan ajar cetak dapat dipandang sebagai media penyeimbang yang mendukung pengelolaan beban kognitif peserta didik. Kehadirannya tidak dimaksudkan untuk meniadakan penggunaan media digital, melainkan untuk menciptakan kondisi belajar yang lebih terkontrol dan kondusif bagi konsentrasi, khususnya pada pembelajaran yang menuntut pemahaman konseptual dan fokus berkelanjutan.

Efektivitas Bahan Ajar Cetak dalam Konteks Distraksi Digital Pembelajaran

Efektivitas bahan ajar cetak dalam pembelajaran perlu dipahami secara kontekstual, terutama ketika dibandingkan dengan media digital yang semakin dominan di ruang kelas. Berbagai kajian menunjukkan bahwa bahan ajar cetak tetap memiliki keunggulan pedagogis, khususnya dalam mendukung konsentrasi belajar, pemahaman mendalam, dan kestabilan perhatian peserta didik. Dalam konteks pembelajaran formal, bahan ajar cetak dinilai lebih mampu menciptakan lingkungan belajar yang terstruktur dan minim gangguan dibandingkan

⁸ Fadilah Ramadhani Br. Ginting and Rizka Harfiani, 'Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Non-Digital "Jadul" Terhadap Konsentrasi Siswa Saat Belajar Mata Pelajaran PAI', *Hikmah : Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam*, 2.3 (2025), pp. 18–30.

media digital yang rentan terhadap distraksi notifikasi dan stimulasi visual berlebihan.

Penelitian yang dilakukan oleh Masturoh dkk. menunjukkan bahwa penggunaan media buku cetak, khususnya buku cerita dan bahan bacaan terstruktur, dapat membantu peserta didik mempertahankan fokus belajar lebih baik. Studi tersebut menegaskan bahwa media cetak mendorong keterlibatan kognitif yang lebih stabil karena peserta didik tidak dihadapkan pada gangguan eksternal sebagaimana yang umum ditemukan pada perangkat digital. Hal ini memperkuat argumen bahwa bahan ajar cetak memiliki peran signifikan dalam mendukung konsentrasi belajar, terutama pada peserta didik usia sekolah dasar dan menengah yang masih berada pada tahap perkembangan kontrol atensi.⁹

Efektivitas bahan ajar cetak juga terlihat dalam konteks pembelajaran literasi dan pemahaman bacaan. Studi tentang preferensi media bacaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik masih memilih bahan bacaan cetak untuk aktivitas membaca yang menuntut pemahaman mendalam. Widiastuti dkk. menemukan bahwa media cetak dinilai lebih nyaman digunakan, mudah dipahami, serta membantu pembaca menjaga alur berpikir secara berkelanjutan. Temuan ini mengindikasikan bahwa bahan ajar cetak lebih mendukung proses membaca reflektif dibandingkan media digital yang cenderung mendorong pola baca cepat dan terfragmentasi.¹⁰

Dalam konteks pembelajaran di era digital, efektivitas bahan ajar cetak tidak berarti meniadakan peran teknologi, melainkan menempatkannya secara proporsional. Kajian tentang dampak penggunaan gawai terhadap konsentrasi belajar menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital tanpa kontrol pedagogis yang jelas dapat menurunkan tingkat fokus dan keterlibatan belajar peserta didik. Febriani dkk. menegaskan bahwa tingginya intensitas penggunaan gawai non-edukatif berkorelasi dengan menurunnya konsentrasi belajar siswa, sehingga diperlukan strategi pembelajaran yang mampu meminimalkan distraksi digital.¹¹ Dalam hal ini, bahan ajar cetak berfungsi sebagai media yang relatif bebas gangguan dan dapat menjadi penyeimbang dalam ekosistem pembelajaran digital.

⁹ Lailatul Masturoh and others, 'Analisis Penyebab Kurang Konsentrasi Belajar Anak dalam Pelajaran Bahasa Indonesia dengan Menggunakan Media Buku Cerita', *Jurnal Kependidikan*, 8 (1) (2023), pp. 104–113.

¹⁰ Yuanita Widiastuti, Oktavia Winda Lestari, and Ari Ambarwati, 'Preferensi Media Bacaan Sastra Siswa SMAN 1 Kraksaan: Cetak Atau Digital?', *KEMBARA: Jurnal Keilmuan Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 8(2) (2022), pp. 272–287.

¹¹ Febi Febriani, Haifaturrahmah, and Syafruddin Muhdar, 'Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar', *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4) (2025).

Lebih lanjut, efektivitas bahan ajar cetak juga bergantung pada desain dan penggunaannya dalam pembelajaran. Bahan ajar cetak yang disusun secara sistematis, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik terbukti lebih efektif dalam mendukung pembelajaran bermakna. Media cetak memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengatur tempo belajar sendiri, menandai bagian penting, serta melakukan pengulangan materi tanpa tekanan stimulasi eksternal. Karakteristik ini menjadikan bahan ajar cetak relevan untuk pembelajaran yang menuntut konsentrasi tinggi dan pemrosesan kognitif mendalam.

Dengan demikian, efektivitas bahan ajar cetak dalam berbagai konteks pembelajaran tidak hanya terletak pada medianya, tetapi pada kemampuannya menciptakan kondisi belajar yang kondusif, fokus, dan terkontrol. Dalam konteks maraknya distraksi digital, bahan ajar cetak dapat diposisikan sebagai alternatif pedagogis yang strategis untuk menjaga konsentrasi belajar peserta didik, sekaligus melengkapi penggunaan teknologi secara lebih bijak dan berimbang.

Implikasi Pedagogis bagi Pembelajaran di Era Digital

Hasil kajian ini memberikan implikasi pedagogis penting bagi praktik pembelajaran di era digital, khususnya terkait pengelolaan konsentrasi belajar peserta didik. Perkembangan teknologi informasi yang pesat telah mengubah cara peserta didik berinteraksi dengan materi belajar, namun di sisi lain juga memunculkan tantangan berupa menurunnya fokus dan meningkatnya distraksi. Oleh karena itu, pembelajaran perlu dirancang tidak hanya berorientasi pada pemanfaatan teknologi, tetapi juga pada pengendalian perhatian dan kualitas proses belajar.

Salah satu implikasi utama adalah perlunya desain pembelajaran yang sadar distraksi (*distraction-aware pedagogy*). Bahan ajar cetak dapat digunakan sebagai media utama dalam aktivitas belajar yang menuntut konsentrasi tinggi, seperti membaca mendalam, memahami konsep abstrak, dan penalaran sistematis. Menurut teori belajar kognitif, perhatian merupakan prasyarat utama bagi terjadinya proses belajar yang bermakna. Ketika perhatian peserta didik terpecah oleh rangsangan eksternal, maka efektivitas pembelajaran akan menurun.¹² Dalam konteks ini, bahan ajar cetak menyediakan lingkungan belajar yang lebih stabil karena tidak

¹² Robert E. Slavin, *Psikologi Pendidikan: Teori Dan Praktik* (Indeks).

mengandung gangguan notifikasi atau perpindahan stimulus yang cepat sebagaimana media digital.

Implikasi berikutnya berkaitan dengan peran guru sebagai pengelola lingkungan belajar. Guru dituntut untuk mampu memilih dan memadukan media pembelajaran secara bijak sesuai dengan tujuan dan karakteristik peserta didik. Penggunaan bahan ajar cetak memungkinkan guru mengendalikan ritme pembelajaran, mengarahkan fokus peserta didik, serta membangun interaksi belajar yang lebih reflektif. Sanjaya menegaskan bahwa efektivitas pembelajaran sangat ditentukan oleh kesesuaian strategi dan media dengan tujuan pembelajaran, bukan oleh kecanggihan teknologi semata.¹³ Dengan demikian, bahan ajar cetak tetap relevan sebagai instrumen pedagogis yang mendukung pembelajaran terarah.

Selain itu, implikasi pedagogis juga terlihat pada pengelolaan beban kognitif peserta didik. Informasi yang disajikan secara berlebihan dan simultan, sebagaimana sering terjadi pada media digital, berpotensi membebani memori kerja peserta didik. Teori beban kognitif menekankan pentingnya penyajian materi secara sederhana, terstruktur, dan fokus agar proses belajar dapat berlangsung optimal.¹⁴ Bahan ajar cetak, apabila dirancang dengan baik, memungkinkan penyajian informasi yang lebih terkontrol sehingga membantu peserta didik memusatkan perhatian pada inti materi pembelajaran.

Secara keseluruhan, implikasi pedagogis dari kajian ini menegaskan bahwa bahan ajar cetak tidak dapat dipandang sebagai media yang usang, melainkan sebagai alternatif strategis dalam menjaga konsentrasi belajar di tengah dominasi teknologi digital. Dalam konteks pembelajaran modern, bahan ajar cetak berperan sebagai penyeimbang pedagogis yang membantu menciptakan proses belajar yang lebih fokus, mendalam, dan bermakna.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kajian literatur ini menegaskan bahwa notifikasi digital sebagai bentuk rangsangan eksternal yang bersifat interuptif dan berulang, memiliki implikasi serius terhadap konsentrasi belajar peserta didik. Notifikasi tidak sekadar dipahami sebagai fitur teknologis, tetapi sebagai mekanisme distraksi kognitif yang memecah perhatian, mengganggu kesinambungan fokus, dan meningkatkan beban kognitif ekstrinsik dalam proses pembelajaran. Dalam konteks

¹³ Sanjaya, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*.

¹⁴ John Sweller, *Cognitive Load Theory* (Springer, 2011).

pembelajaran formal, kondisi ini berpotensi menurunkan kualitas pemahaman dan kedalaman belajar, terutama pada peserta didik yang masih memerlukan struktur dan pengendalian atensi yang kuat.

Berdasarkan sintesis teoretis yang dilakukan, bahan ajar cetak diposisikan sebagai media pembelajaran yang memiliki keunggulan pedagogis dalam menjaga konsentrasi dan fokus belajar peserta didik. Karakteristik bahan ajar cetak yang relatif bebas dari notifikasi dan gangguan visual berlebihan memungkinkan terciptanya pengalaman belajar yang lebih stabil, terarah, dan mendukung pemrosesan kognitif mendalam. Oleh karena itu, bahan ajar cetak tidak dapat dipandang sebagai media yang tertinggal oleh perkembangan teknologi, melainkan sebagai instrumen pedagogis strategis dalam menyeimbangkan dominasi media digital.

Dengan demikian, kajian ini berkontribusi pada penguatan perspektif bahwa efektivitas pembelajaran di era digital tidak hanya ditentukan oleh integrasi teknologi, tetapi oleh kemampuan pendidik dalam mengelola distraksi melalui pemilihan media pembelajaran yang mendukung konsentrasi dan fokus belajar peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Azhar, *Media Pembelajaran* (RajaGrafindo Persada, 2016)
- Dimiyati, and Mudjiono, *Belajar Dan Pembelajaran* (Rineka Cipta, 2013)
- , *Belajar Dan Pembelajaran* (Rineka Cipta, 2013)
- Febriani, Febi, Haifaturrahmah, and Syafruddin Muhdar, ‘Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar’, *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4) (2025)
- Ginting, Fadilah Ramadhani Br., and Rizka Harfiani, ‘Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Non-Digital “Jadul” Terhadap Konsentrasi Siswa Saat Belajar Mata Pelajaran PAI’, *Hikmah : Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam*, 2.3 (2025), pp. 18–30
- Majid, Abdul, *Perencanaan Pembelajaran: Mengembangkan Standar Kompetensi Guru* (PT. Remaja Rosdakarya, 2009)
- Masturoh, Lailatul, and others, ‘ANALISIS PENYEBAB KURANG KONSENTRASI BELAJAR ANAK DALAM PELAJARAN BAHASA INDONESIA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA BUKU CERITA’, *Jurnal Kependidikan*, 8 (1) (2023), pp. 104–113

Sanjaya, Wina, *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan* (Prenadamedia Group, 2014)

Slameto, *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya* (Rineka Cipta, 2015)

Slavin, Robert E., *Psikologi Pendidikan: Teori Dan Praktik* (Indeks)

Sweller, John, *Cognitive Load Theory* (Springer, 2011)

Syah, Muhibbin, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru* (Remaja Rosdakarya, 2017)

Widiastuti, Yuanita, Oktavia Winda Lestari, and Ari Ambarwati, 'Preferensi Media Bacaan Sastra Siswa SMAN 1 Kraksaan: Cetak Atau Digital?', *KEMBARA: Jurnal Keilmuan Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 8(2) (2022), pp. 272–287