

PENGARUH NOMOPHOBIA TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 10 KOTA BOGOR

Della Kisti¹ Santi Lisnawati² Putri Ria Angelina³

^{1/2/3}Universitas Ibn Khaldun Bogor

e-mail: delakisti25@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada pengaruh nomophobia terhadap konsentrasi siswa di SMAN 10 Bogor pada kelas XI. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas XI berjumlah 324 siswa kemudian untuk menentukan sampel penelitian menggunakan rumus slovin yaitu 179 responden. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer berupa angket dengan 212 responden. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknis analisis data yang digunakan pada penelitian ini regresi linear sederhana. Hasil data dalam penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara nomophobia terhadap konsentrasi belajar siswa. Hal ini dibuktikan dengan uji regresi linear sederhana yang menghasilkan diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai R square sebesar 0,014 yang berarti nomophobia memberikan pengaruh terhadap konsentrasi belajar. Selanjutnya, hasil kategorisasi tingkat nomophobia menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor berada pada kategori sedang dengan diperoleh 174 siswa dengan persentase (82,1%). Kemudian, hasil kategorisasi tingkat konsentrasi belajar siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor berada pada kategori sedang, hal ini dibuktikan sebanyak 167 responden dengan persentase (68,1%) berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: Konsentrasi belajar, Nomophobia, Siswa SMA.

ABSTRACT

This research aims to test whether there is an influence of nomophobia on the concentration of students at SMAN 10 Bogor in the XI grade. The sampling technique used is random sampling. The population in this study is all XI grade students totaling 324 students, and to determine the research sample, Slovin's formula is used, resulting in 179 respondents. The data used in this research is primary data in the form of a questionnaire with 212 respondents. This research method uses a quantitative approach. The data analysis technique used in this research is simple linear regression. The results of the data in this research show that there is an influence of nomophobia on students' learning concentration. This is proven by the simple linear regression test which shows a significance value of $0.000 < 0.05$ with an R square value of 0.014, which means nomophobia has an influence on learning concentration. Furthermore, the results of the categorization of the level of nomophobia showed that the majority of XI grade students at SMAN 10 Kota Bogor are in the moderate category, with 174 students obtained with a percentage of 82.1%. Then, the results of the categorization of the level of students' learning concentration in XI grade at SMAN 10 Kota Bogor are also in the moderate category, as evidenced by 167 respondents with a percentage of 68.1% falling into the moderate category.

Keywords: Study Concentration, Nomophobia, High School Students.



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu lembaga yang mewartakan dalam menuntut ilmu, meningkatkan hubungan sosialisasi, mengembangkan potensi diri serta membentuk karakter siswa. Sebagaimana berdasarkan pasal 1 Peraturan Presiden (Perpres) No 87 Tahun 2017 dinyatakan bahwa Penguatan Pendidikan Karakter yang selanjutnya disingkat PPK adalah gerakan pendidikan di bawah tanggung jawab satuan pendidikan untuk memperkuat karakter peserta didik melalui harmonisasi olah hati, olah rasa, olah pikir, dan olah raga dengan adanya kerja sama antara satuan pendidikan, keluarga, dan masyarakat sebagai bagian dari Gerakan Nasional Revolusi Mental (GNRM).

Karakteristik seorang siswa dibentuk dan diarahkan sejak dini dan secara menyeluruh karena memiliki pengaruh yang signifikan dalam kehidupan di masa depan terutama mengenai rasa tanggung jawab karena hal ini merupakan suatu pondasi atau hal yang pokok bagi individu dalam berbagai situasi baik sekolah, pekerjaan, keluarga, hubungan teman sebaya, maupun masyarakat. Hal ini serupa dengan pendapat Raharjo, (2010) memaknai pendidikan karakter sebagai suatu proses pendidikan secara holistik yang menghubungkan dimensi moral dengan ranah sosial dalam kehidupan peserta didik sebagai pondasi terbentuknya generasi yang berkualitas yang mampu hidup mandiri dan memiliki prinsip suatu kebenaran yang dapat dipertanggungjawabkan. (Budi Raharjo, 2010)

Goyal, Zaidi, dkk (2010) Mengatakan bahwa nomophobia suatu keadaan takut dan cemas ketika seseorang berada di area tanpa jaringan dan kehabisan baterai yang dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi orang tersebut. Fadzil (2016) mengemukakan bahwa nomophobia adalah praktik gangguan kecanduan terhadap ponsel dan ditunjukkan sebagai gejala ketergantungan psikologis dan fisik. Kemajuan teknologi saat ini terutama pada smartphone tidak hanya memberi berbagai kemudahan namun jika digunakan secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu itu sendiri. Adapun dampak negatif yang diberikan smartphone adalah menyebabkan gangguan tidur, stress, kecemasan, memburuknya kesehatan, penurunan kinerja akademis dan fisik (Thomee, Harenstam, dan Hagberg, 2011) hal ini selaras dengan pembahasan penelitian yaitu pengaruh nomophobia terhadap konsentrasi belajar.

Faktanya, Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018 mengatakan bahwa 90% pengguna internet adalah usia 15-19 tahun Hasil penelitian menunjukkan bahwa 132 siswa (42.6%) mengalami nomophobia ringan, 45 siswa (14.5%) mengalami nomophobia sedang dan 133 siswa (42.9%) mengalami nomophobia berat. Kesimpulan hampir setengahnya remaja mengalami nomophobia berat. Dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh YouGov 2008 Studi tersebut menemukan bahwa hampir 53% partisipan merasa khawatir jika ponsel mereka hilang, baterai habis, atau tidak ada sinyal internet. Selain itu, 58% pria dan 48% wanita menderita stres akibat ponsel dan 9% lainnya merasa tegang saat ponsel mereka dimatikan. Dari sampel studi, 55% setuju bahwa alasan utama fobia mereka adalah tidak dapat mempertahankan kontak dengan orang yang mereka cintai. Dalam studi serupa 4 tahun kemudian, 66% partisipan menyatakan bahwa mereka merasa cemas saat ponsel pintar mereka rusak atau tidak terhubung.

Semakin lama intensitas menggunakan *smartphone* akan semakin besar kecenderungan nomophobia yang dimiliki. Fenomena nomophobia ini perlu dihindari oleh



para siswa, apabila sudah menjadi kebiasaan maka hal ini harus diminimalisir oleh para siswa karena akan menimbulkan kecanduan yang berkelanjutan dalam berbagai hal terutama dalam proses kegiatan pembelajaran yaitu terganggunya konsentrasi dalam memahami materi pembelajaran. Hal ini sangat berpengaruh terhadap kualitas siswa dalam bidang akademik (Riyanti et al., 2022). Hal ini selaras dengan teori ketergantungan teknologi (Technology Dependence Theory) menjelaskan bahwa individu dapat menjadi terlalu bergantung pada teknologi, yang kemudian mempengaruhi fungsi kognitif dan psikologisnya. Dalam konteks nomophobia, siswa yang merasa cemas tanpa ponsel mereka mengalami distraksi dan kesulitan konsentrasi saat belajar.

Slameto (2010) mengatakan Konsentrasi belajar berasal dari kata konsentrasi atau *concentrate* (kata kerja) berarti memusatkan, dan dalam bentuk kata *concentration* yang berarti pemusatan. Konsentrasi itu sendiri berarti pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan menyampingkan hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pembelajaran.

Dalam kegiatan pembelajaran diperlukan fokus dalam memahami setiap bahan ajar dan materi dengan mengesampingkan hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran yang diterimanya. Fatirul & Walujo (2020) Konsentrasi belajar merupakan kemampuan dalam memusatkan perhatian pada isi/bahan ajar yang disampaikan. Pentingnya konsentrasi belajar pada siswa sangat menentukan prestasi belajarnya. Konsentrasi belajar tersebut dapat dilihat ke dari fokusnya siswa ketika belajar. Mayoritas siswa sulit untuk memfokuskan dirinya dalam proses pembelajaran karena pengaruh handphone yang tidak dapat dihindarnya. Maka dari itu para siswa perlu memiliki strategi untuk kembali fokus dalam kegiatan pembelajaran (Amalia et al., 2022).

Rahmawati, (2014) Memaparkan ciri-ciri konsentrasi belajar dapat dilihat berbagai aspek berikut : a. perilaku kognitif : siswa memiliki perilaku yang dipengaruhi oleh pikiran, pengetahuan, informasi, dan kecakapan intelektual, b. Perilaku Afektif : siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat dari perilaku berupa sikap dan apersepsi yang dapat dilihat dari adanya penerimaan, respon, keinginan untuk mereaksi yang diajarkan, dan mengemukakan suatu keputusan dari suatu keyakinan, ide atau sikap seseorang, c. Perilaku psikomotor : siswa yang memiliki konsentrasi belajar dapat dilihat melalui adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru komunikasi non verbal seperti ekspresi muka dan gerakan gerakan yang penuh makna.

Konsentrasi belajar menunjukkan keadaan dengan fokus dan perhatian tertuju pada materi pembelajaran tanpa memikirkan hal yang diluar konteks pembelajaran sebagaimana menurut Slameto, (2020) Konsentrasi adalah pemusatan pikiran terhadap suatu hal dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pembelajaran. Gangguan konsentrasi belajar yang disebabkan oleh nomophobia jika dibiarkan akan berdampak buruk bagi siswa. Sebagaimana menurut Kahneman menekankan bahwa konsentrasi adalah sumber daya kognitif terbatas. Saat terlalu banyak hal bersaing untuk mendapat perhatian seperti notifikasi dari smartphone dan pikiran mengembara maka konsentrasi belajar terganggu.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Desti Puswati dan Nadia Putri Sari pada tahun 2021 dengan judul "Hubungan Nomophobia dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Payung Negeri Pekanbaru". Hasil penelitian menemukan bahwa dari 133 mahasiswa yang diteliti, 60,2% mengalami tingkat nomophobia tinggi, dan 48,9% memiliki konsentrasi belajar rendah. Analisis statistik menunjukkan hubungan yang



signifikan antara nomophobia dan konsentrasi belajar ($p\text{-value} = 0,00$), yang berarti semakin tinggi tingkat nomophobia, semakin rendah konsentrasi belajar mahasiswa. Penelitian lain yang serupa juga telah dilakukan oleh Rahayu, Nuqul, dan Khotimah pada tahun 2020 dengan judul “Pengaruh Nomophobia terhadap Academic Failure pada Mahasiswa”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nomophobia berkontribusi terhadap kegagalan akademik sebesar 21,1%. Mahasiswa yang mengalami nomophobia cenderung tidak fokus saat kuliah, mudah menyerah, dan mengalami penurunan minat belajar, yang berdampak negatif pada prestasi akademik.

Berdasarkan penelitian yang relevan yang telah disebutkan di atas, terdapat beberapa kesamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Kesamaannya adalah keduanya membahas tentang nomophobia dan konsentrasi belajar, sedangkan perbedaannya adalah peneliti subjek yang diteliti, dimana penelitian ini dilakukan pada siswa tingkat SMA, sedangkan keduanya dilakukan pada mahasiswa,, tempat penelitian, waktu penelitian, dan juga populasi dalam penelitian.

METODE PENELITIAN

Menurut Priyono (2016) Metode Penelitian adalah cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama untuk mencapai suatu tujuan. Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknis analisis regresi linear sederhana dimana pada penelitian ini terdapat variabel independen (variabel yang mempengaruhi) yaitu Nomophobia dan variabel dependent (yang dipengaruhi) konsentrasi belajar. Peneliti menggunakan teknik uji regresi linear bertujuan untuk mengetahui seberapa besar signifikansi variabel dependen dipengaruhi oleh variabel independen.

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor dengan jumlah 324 siswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 212 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik simple random sampling. Teknik random sampling ini merupakan teknik pengambilan sampel secara acak tanpa adanya ketentuan dalam populasi.

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu teknik analisis deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan dan meringkas data agar lebih mudah dipahami, uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data hasil pengukuran berdistribusi normal atau tidak, serta uji linear regresi sederhana bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara satu variabel dengan variabel lainnya secara linear.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti akan menyajikan hasil analisis data setelah melakukan penelitian dengan menyebarkan kuesioner kepada siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor. Kemudian peneliti melakukan uji analisis deskriptif maka diperoleh berbagai data, fakta, serta kondisi para siswa. Penyajian data penelitian dari masing-masing variabel menggunakan program IBM SPSS versi 26. Dalam hasil uji deskriptif dapat dilihat sebagai berikut :

**Table 1 Uji Deskriptif data
Descriptive Statistics**



| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------------------|-----|---------|---------|---------|----------------|
| Nomophobia | 179 | 20.00 | 43.00 | 31.0991 | 4.15398 |
| Konsentrasi | 179 | 33.00 | 60.00 | 47.2689 | 3.89657 |
| Valid N (listwise) | 212 | | | | |

Berdasarkan hasil analisis data deskriptif diatas, maka dapat diketahui nilai Mean dan Standar deviasi dari skala nomophobia adalah $M = 31,09$ dan Standar deviasi = 4,153. Kemudian diketahui nilai Mean dan Standar deviasi dari skala konsentrasi belajar adalah $M = 47,26$ dan $SD = 3,896$. Setelah mendeskripsikan data diatas, langkah selanjutnya yaitu dilakukan perhitungan kategorisasi untuk mengetahui tingkat kecenderungan variabel nomophobia (x) dan Konsentrasi belajar sebagai berikut :

Nomophobia

Dalam variabel nomophobia hasil yang telah diperoleh dari 212 responden, maka persentase dan tingkat nomophobia pada siswa kelas XI dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2 Kategorisasi Nomophobia

| | | Kategori | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | rendah | 5 | 2.4 | 2.4 | 2.4 |
| | sedang | 174 | 82.1 | 82.1 | 84.4 |
| | tinggi | 33 | 15.6 | 15.6 | 100.0 |
| | Total | 212 | 100.0 | 100.0 | |

Gambar 1 Kategorisasi Nomophobia

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat nomophobia pada kategori tinggi diperoleh 33 siswa (15,6 %). Siswa yang memiliki nomophobia pada kategori sedang diperoleh 174 siswa (82,1 %). Kemudian siswa yang memiliki nomophobia pada kategori rendah diperoleh 5 siswa (2,4%). Dari uraian tersebut dalam disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor memiliki nomophobia dengan kategori sedang yang ditunjukkan dengan hasil persentase sebesar 82,1%.

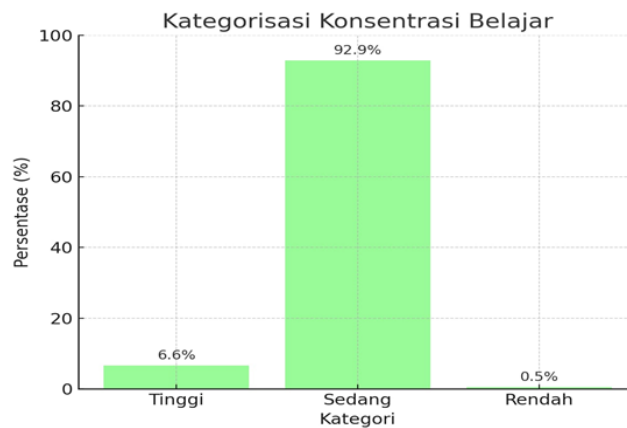
Konsentrasi Belajar

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari 212 responden, persentase dan tingkat konsentrasi belajar pada siswa kelas XI dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3 Kategorisasi Konsentrasi Belajar



| | | Kategori | | | |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Rendah | 1 | .5 | .5 | .5 |
| | Sedang | 197 | 92.9 | 92.9 | 93.4 |
| | Tinggi | 14 | 6.6 | 6.6 | 100.0 |
| | Total | 212 | 100.0 | 100.0 | |



Gambar 2 Kategorisasi Konsentrasi Belajar

Pada tabel diatas dapat diketahui hasil data bahwa siswa yang memiliki konsentrasi belajar pada kategori tinggi diperoleh sebanyak 14 siswa (6,6%). Siswa yang memiliki konsentrasi belajar pada kategori sedang diperoleh sebanyak 167 siswa (92,9%). Kemudian siswa yang memiliki konsentrasi belajar pada kategori rendah sebanyak 1 siswa (5%). Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor memiliki konsentrasi belajar dengan kategori sedang dengan hasil persentase sebanyak 92,9%.

**Tabel 4 Hasil uji Regresi Linear sederhana
Coefficients^a**

| Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | | |
|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| B | Std. Error | Beta | t | Sig. |
| 50.682 | 2.017 | | 25.129 | .000 |
| -.110 | .064 | -.117 | -1.707 | .089 |

Dari hasil regresi linear diatas dapat diketahui bahwa nilai konstan sebesar 50,682, nilai koefisien sebesar 0,110 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Dari hasil ini dapat dilihat pengaruh antara variabel X dan Y berdasarkan kaidah pengambilan keputusan yang dimana jika nilai signifikan < 0,05 maka terdapat pengaruh begitupun sebaliknya, dan juga dengan persamaan regresi linear sederhana. $Y = a + bX$, yang dimana nilai $a = 50,682$, $b=0,110$, jadi $Y = 50,682+0,110$. Dengan ini menunjukkan Hasil bahwa nilai sig $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh dan dengan persamaan jika variabel nomophobia maka nilai konsentrasi belajar 50,682, namun apabila meningkat maka nilai nomophobia akan meningkat 1% maka konsentrasi belajar akan menurun sebesar (2,81%). Maka, dapat disimpulkan bahwa nomophobia berpengaruh terhadap konsentrasi belajar atau H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa adanya pengaruh nomophobia terhadap konsentrasi belajar dengan dibuktikan hasil uji regresi linear sederhana yang menghasilkan diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai R square sebesar 0,014 yang berarti nomophobia memberikan pengaruh terhadap konsentrasi belajar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul " Pengaruh Nomophobia Terhadap Konsentrasi belajar Siswa di SMA Negeri 10 Bogor" dapat ditarik kesimpulan bahwa bahwa tingkat nomophobia dan konsentrasi belajar siswa kelas XI di SMA Negeri 10 Kota Bogor berada pada tingkat sedang. Hasil data menunjukkan juga bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara nomophobia terhadap konsentrasi belajar hal ini dapat dibuktikan dari hasil data uji regresi linear sederhana yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai R square sebesar 0,014 yang berarti nomophobia memberikan pengaruh terhadap konsentrasi belajar

Selanjutnya, hasil kategorisasi tingkat nomophobia menunjukkan bahwa siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor berada pada kategori sedang diperoleh 174 siswa dengan persentase (82,1%). Sedangkan siswa yang memiliki tingkat nomophobia pada kategori tinggi diperoleh 33 siswa dengan persentase (15,6 %). Dan siswa yang berada pada kategori rendah sebanyak 36 responden dengan persentase (16,7%). Jadi, dapat disimpulkan bahwa nomophobia siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor berada pada tingkat sedang. Kemudian, tingkat konsentrasi belajar siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor mayoritas berada pada kategori sedang, hal ini dibuktikan sebanyak 167 siswa dengan persentase (68,1%) berada pada kategori sedang. Sedangkan siswa pada kategori tinggi sebanyak 14 siswa dengan persentase (14,4%) dan kategori rendah sebanyak 1 responden (5%). Jadi, dapat disimpulkan bahwa tingkat konsentrasi belajar siswa kelas XI di SMAN 10 Kota Bogor berada pada tingkat sedang.

DAFTAR RUJUKAN

- Annisa, R. R. (2019). *Efektivitas Manajemen Kelas Untuk Menurunkan Gangguan Konsentrasi Belajar Matematika Pada Siswa SD Muhammadiyah 4 Kandangsapi Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (n.d.). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.
- Deskhi, C. M. (2021). *Korelasi Pembelajaran Menggunakan Media Microsoft Teams Dengan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Biologi*. Universitas Siliwangi.



- Elisa, I. (2022). Pengertian Pendidikan Menurut Para Ahli. *Deepublish Store*.
- Eysenck, M. W., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. G. (2007). Anxiety and cognitive performance: Attentional control theory. In *Emotion* (Vol. 7, Issue 2, pp. 336–353). <https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.336>
- Kholisaturrizqi, S. N., Kasman, R., & Angelina, P. R. (2023). Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Perilaku Keagamaan di Madrasah Aliyah Negeri 4 Bogor. *As-Syar'i Journal Bimbingan Dan Konseling Keluarga*, 5.
- Laduniyyah, M., & Suyanti. (2022). Hubungan kecemasan akademik dan efikasi diri dengan keberhasilan belajar siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). 2, 33–39.
- Makmun, A. S. (2016). *Psikologi Kependidikan Perangkat Sistem Pengajaran Modul*. PT Remaja Rosdakarya.
- Nur Muhammad Azyz, A., Huda, M. Q., & Atmasari, L. (2022). *School Well-Being Dan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa*.
- Ottens, A. J. (1991). *Coping With Academic Anxiety*. The Rosen Publishing Group .
- Pratamawati, M. H. S., Hidayat, T., Ibrahim, M., & Hartatik, S. (2021). Hubungan Minat Belajar dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa di Sekolah Dasar. *BASICEDU*, 5.
- Purnamasari, I. (2020). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan* . 8.
- Riinawati. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *Ilmu Pendidikan*, 3.
- Sita mawarni, R., & Devi Asriyanti, F. (2023). Analisis Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V Dalam Proses Pembelajaran Matematika Pada Materi Pengumpulan Dan Penyajian Data Di SDN 2 Tanggulwelahan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar (JIPDAS)*, 3, 110–114.
- Slameto. (2015). *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Sri Nurwela, T., & Israfil. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Pada Remaja ; Literatur Review. In *JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 10).
- Trisnanda, C. P. (2023, July 10). *Penyebab Stres pada Remaja: Memahami Tantangan yang Dihadapi*. Grid Health.

