



DESKRIPSI KEBIASAAN BELAJAR TERATUR GEN Z: STUDI PADA SISWA DI KOTA GORONTALO

Karolina Alfitri Podomi¹, Melli yana Mokodongan², Moh. Rizki Djibran³

Jurusan Bimbingan & Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo¹²³

Karolina_slkonseling@mahasiswa.ung.ac.id

Diterima: 18 April 2024

Disetujui: 14 Juni 2024

Dipublikasi: 25 Agustus 2024

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan kebiasaan belajar teratur Generasi Z di jenjang pendidikan dasar hingga menengah di Provinsi Gorontalo. Latar belakang penelitian ini didasari fenomena rendahnya konsistensi belajar siswa Gen Z akibat distraksi digital, lemahnya kontrol diri, dan minimnya dukungan lingkungan belajar. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan instrumen observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari siswa enam sekolah yang dipilih secara purposive, mewakili SD, MI, SMP, MTS, MAN, dan SMA. Hasil penelitian menunjukkan variasi tingkat kebiasaan belajar, dengan persentase tertinggi di SMA Negeri 1 Gorontalo (55%, kategori sedang) dan terendah di SD Lab UNG (8%, kategori sangat rendah). Mayoritas siswa berada pada kategori rendah hingga sedang, menunjukkan kesenjangan antara praktik belajar ideal dan realitas lapangan. Temuan ini menegaskan pentingnya dukungan guru, sekolah, dan orang tua dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif dan adaptif terhadap karakteristik Generasi Z.

Kata Kunci: kebiasaan belajar teratur, generasi Z, Gorontalo, disiplin belajar, literasi digital

Abstract

This study aims to describe the study habits of Generation Z students in primary and secondary education levels in Gorontalo Province. The background of this research is based on the phenomenon of low consistency in Generation Z students' learning due to digital distractions, weak self-control, and limited support from the learning environment. This research uses a descriptive quantitative approach with instruments including observation, interviews, questionnaires, and documentation. The subjects of this study involved students from six schools selected purposively, representing elementary school (SD), Islamic elementary school (MI), junior high school (SMP), Islamic junior high school (MTS), Islamic senior high school (MAN), and senior high school (SMA). The findings show variations in study habits, with the highest percentage found at SMA Negeri 1 Gorontalo (55%, moderate category) and the lowest at SD Lab UNG (8%, very low category). Most students fall into the low to moderate categories, indicating a gap between ideal study practices and real-life conditions. These findings emphasize the importance of support from teachers, schools, and parents in creating a conducive and adaptive learning environment for Generation Z students.

Keywords: regular study habits, generation Z, Gorontalo, study discipline, digital literacy

PENDAHULUAN

Kebiasaan belajar yang teratur merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung keberhasilan akademik, khususnya pada siswa yang tergolong Generasi Z. Generasi ini, yang lahir dan tumbuh dalam era digital, menghadapi tantangan berbeda dibandingkan generasi sebelumnya, terutama terkait pola belajar yang cenderung dipengaruhi oleh perkembangan teknologi. Banyak penelitian menunjukkan bahwa kualitas kebiasaan belajar memiliki pengaruh signifikan terhadap capaian akademik siswa. Kebiasaan belajar yang positif, seperti pengelolaan waktu, konsistensi dalam belajar, serta disiplin dalam mengikuti jadwal belajar, terbukti dapat meningkatkan prestasi akademik (Berutu & Tambunan, 2018). Namun, kondisi di lapangan memperlihatkan adanya kesenjangan antara teori ideal dengan praktik nyata yang dijalankan siswa Generasi Z, termasuk di Provinsi Gorontalo.

Fenomena penurunan kebiasaan belajar teratur di kalangan Generasi Z menjadi sorotan penting dalam dunia pendidikan. Sebagai generasi yang lahir dan berkembang bersama teknologi digital, Gen Z sangat rentan terhadap berbagai distraksi yang bersumber dari gawai, media sosial, dan hiburan daring. Kondisi ini menyebabkan berkurangnya fokus, konsentrasi, dan motivasi belajar, yang pada akhirnya dapat berdampak pada prestasi akademik mereka (Muñoz-Repiso et al., 2020). Meskipun pendidikan abad ke-21 menekankan pentingnya literasi digital, kreativitas, serta kemandirian belajar, fakta di lapangan justru memperlihatkan bahwa paparan teknologi sering kali menghambat terbentuknya kebiasaan belajar yang disiplin dan berkelanjutan (García-Tudela et al., 2020).

Pendidikan di Indonesia, keteraturan dalam belajar tidak hanya dipandang sebagai faktor penunjang akademik, tetapi juga sebagai bagian dari pembentukan karakter siswa. Kebiasaan belajar yang baik berkaitan erat dengan pembiasaan sikap disiplin, tanggung jawab, serta pengendalian diri. Simanungkalit et al. (2022) menegaskan bahwa kebiasaan belajar yang positif, termasuk manajemen waktu dan keteraturan, berkontribusi langsung terhadap pencapaian prestasi belajar. Namun demikian, kenyataan di lapangan memperlihatkan bahwa banyak siswa menghadapi kendala dalam membangun kebiasaan belajar teratur akibat lemahnya kontrol diri dan dominasi aktivitas digital yang bersifat hiburan.

Lebih jauh, penelitian Aliaño et al. (2019) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan belajar dengan prestasi akademik siswa. Siswa yang memiliki kebiasaan belajar baik menunjukkan capaian akademik lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak konsisten. Hal ini menggarisbawahi pentingnya perhatian terhadap pola belajar siswa, khususnya Generasi Z yang menghadapi tantangan unik berupa distraksi digital. Di Provinsi Gorontalo, fenomena ini juga semakin tampak, di mana sebagian besar siswa kesulitan menjaga konsistensi belajar dan mengalami hambatan dalam mengatur waktu belajar yang efektif.

Sementara itu, penelitian Mariya et al. (2022) menyoroti bahwa kesenjangan antara praktik belajar yang ideal dengan kenyataan sehari-hari disebabkan oleh kurangnya motivasi

intrinsik dan pengaruh lingkungan digital yang serba cepat. Dalam praktik ideal, siswa diharapkan memiliki rutinitas belajar yang konsisten, termasuk pengaturan jadwal belajar, penggunaan sumber belajar yang beragam, dan keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Namun kenyataannya, siswa sering kali gagal menerapkan hal tersebut karena mudah tergoda oleh aktivitas di luar akademik, seperti penggunaan media sosial dan permainan daring.

Kebiasaan belajar yang efektif sesungguhnya tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses panjang dan berkesinambungan. García-Tudela et al. (2020) menjelaskan bahwa kebiasaan belajar merupakan perilaku yang tertanam dalam jangka waktu lama melalui pengulangan dan latihan yang konsisten. Hal ini berarti bahwa pembentukan kebiasaan belajar yang baik membutuhkan dukungan lingkungan pendidikan, termasuk strategi pengajaran yang adaptif dan kontekstual. Guru dan pendidik berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, fleksibel, serta mendorong partisipasi aktif siswa agar kebiasaan belajar yang positif dapat berkembang.

Selain itu, Hidayat. (2015) menekankan bahwa kebiasaan belajar bukanlah bakat bawaan, melainkan hasil dari pembiasaan yang ditumbuhkan secara bertahap. Oleh karena itu, intervensi pendidikan yang tepat sangat dibutuhkan untuk membantu siswa Generasi Z dalam membangun kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Hal ini menjadi semakin relevan mengingat perubahan cepat dalam sistem pendidikan, termasuk digitalisasi pembelajaran, yang menuntut siswa untuk memiliki literasi belajar yang kuat. Dengan demikian, keberhasilan pendidikan tidak hanya diukur dari prestasi akademik semata, melainkan juga dari kemampuan siswa dalam mengelola kebiasaannya.

Kesenjangan antara kondisi ideal dan kenyataan lapangan menunjukkan adanya urgensi untuk meneliti lebih jauh mengenai kebiasaan belajar Generasi Z, khususnya di Provinsi Gorontalo. Data empiris mengenai kebiasaan belajar di berbagai jenjang pendidikan, mulai dari SD hingga SMA, akan memberikan gambaran komprehensif mengenai variasi pola belajar yang ada. Sirait. (2019) menegaskan bahwa gaya belajar dan kebiasaan belajar memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan berpikir kritis siswa. Hal ini mengindikasikan bahwa penelitian terkait kebiasaan belajar bukan hanya relevan untuk meningkatkan prestasi akademik, tetapi juga penting dalam menumbuhkan keterampilan berpikir tingkat tinggi yang dibutuhkan dalam pendidikan abad ke-21.

Dengan demikian, penelitian ini memiliki beberapa tujuan utama. Pertama, untuk mendeskripsikan kebiasaan belajar teratur siswa Generasi Z di berbagai jenjang pendidikan di Provinsi Gorontalo. Kedua, untuk mengidentifikasi kesenjangan antara praktik belajar yang diidealkan dengan kenyataan yang terjadi di lapangan. Ketiga, untuk memberikan kontribusi empiris yang dapat digunakan sebagai dasar dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif, adaptif, dan sesuai dengan karakteristik Generasi Z. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wacana akademik mengenai pentingnya kebiasaan belajar, sekaligus memberikan rekomendasi praktis bagi pendidik, sekolah, dan pembuat kebijakan dalam meningkatkan kualitas pendidikan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk memberikan gambaran faktual mengenai kebiasaan belajar teratur Generasi Z pada siswa di Provinsi Gorontalo. Pendekatan ini dipilih karena mampu menampilkan data apa adanya tanpa intervensi variabel luar, sehingga hasil yang diperoleh dapat memberikan pemetaan yang jelas mengenai kondisi kebiasaan belajar pada berbagai jenjang pendidikan.

Subjek penelitian mencakup siswa dari enam sekolah yang dipilih untuk mewakili jenjang pendidikan dasar hingga menengah, yaitu SD Lab UNG, MI Al-Khairat Kota Gorontalo, SMP Negeri 13 Gorontalo, MTS Negeri 1 Gorontalo, MAN 1 Gorontalo, dan SMA Negeri 1 Gorontalo. Pemilihan sekolah dilakukan secara purposive dengan pertimbangan agar hasil penelitian mencerminkan variasi kebiasaan belajar dari tingkat dasar sampai menengah. Jumlah responden yang dilibatkan disesuaikan dengan ketersediaan siswa di masing-masing sekolah, sehingga data yang diperoleh dapat menggambarkan kondisi nyata di lapangan.

Instrumen penelitian yang digunakan terdiri atas observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk melihat langsung kebiasaan belajar siswa di lingkungan sekolah, meliputi cara mereka memanfaatkan waktu belajar, kondisi tempat belajar, serta strategi belajar yang diterapkan. Wawancara dilaksanakan untuk menggali informasi lebih mendalam mengenai kebiasaan belajar, baik dari perspektif siswa maupun guru. Angket dibagikan kepada siswa sebagai instrumen utama untuk mengumpulkan data kuantitatif terkait indikator kebiasaan belajar, yaitu tempat belajar, waktu belajar, dan cara belajar. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data melalui arsip akademik sekolah, catatan kehadiran, serta dokumen lain yang relevan.

Proses pengumpulan data dilakukan secara sistematis dalam beberapa tahap. Pertama, peneliti melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk memperoleh izin pelaksanaan penelitian. Kedua, observasi dilaksanakan pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung maupun di luar jam pelajaran untuk melihat perilaku belajar siswa secara langsung. Ketiga, wawancara semi-terstruktur dilakukan kepada beberapa siswa dan guru untuk mendapatkan pemahaman yang lebih luas mengenai kebiasaan belajar serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Keempat, angket disebarakan secara merata kepada siswa di setiap sekolah yang menjadi lokasi penelitian. Kelima, dokumentasi dikumpulkan untuk mendukung data yang telah diperoleh sebelumnya, sehingga memberikan gambaran yang lebih lengkap.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif. Data yang diperoleh melalui angket diolah ke dalam bentuk persentase untuk menggambarkan tingkat kebiasaan belajar teratur pada setiap sekolah. Hasil persentase kemudian dibandingkan untuk mengetahui variasi antar jenjang pendidikan. Data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dianalisis secara naratif untuk melengkapi informasi kuantitatif. Analisis ini membantu menjelaskan temuan yang muncul dari data angka dengan memberikan interpretasi yang lebih kontekstual sesuai dengan kondisi di lapangan.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan triangulasi metode, yaitu menggabungkan hasil dari observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Langkah ini dilakukan agar informasi yang diperoleh dapat saling menguatkan sehingga hasil penelitian memiliki tingkat keandalan yang tinggi. Dengan demikian, analisis yang dihasilkan tidak

hanya menekankan pada data kuantitatif, tetapi juga mempertimbangkan aspek kualitatif yang dapat memberikan gambaran lebih menyeluruh.

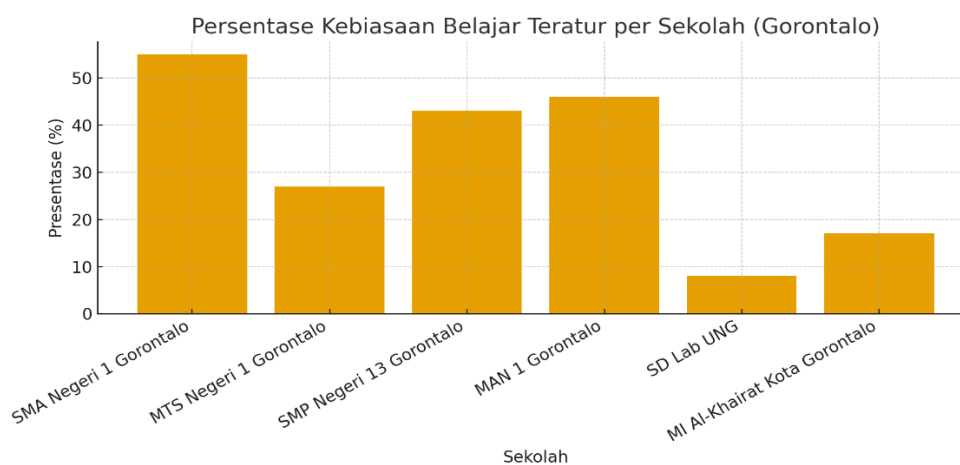
Melalui metode penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang utuh mengenai kebiasaan belajar teratur Generasi Z di Provinsi Gorontalo. Pemahaman tersebut penting sebagai dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran yang lebih relevan, adaptif, dan kontekstual, sehingga dapat mendorong siswa untuk membangun kebiasaan belajar yang konsisten serta mendukung keberhasilan akademik siswa.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan adanya variasi tingkat kebiasaan belajar teratur pada siswa Generasi Z di enam sekolah di Provinsi Gorontalo. Persentase kebiasaan belajar yang dilaporkan berkisar antara 8% hingga 55%. SMA Negeri 1 Gorontalo menempati posisi tertinggi dengan nilai 55% yang termasuk kategori sedang. MAN 1 Gorontalo dan SMP Negeri 13 Gorontalo juga berada pada kategori sedang dengan nilai masing-masing 46% dan 43%. MTS Negeri 1 Gorontalo berada pada kategori rendah dengan nilai 27%. Sementara itu, SD Lab UNG dan MI Al-Khairat Kota Gorontalo menunjukkan hasil paling rendah, masing-masing 8% dan 17%, yang masuk kategori sangat rendah.

Tabel 1. Persentase dan Kategori Kebiasaan Belajar Teratur per Sekolah

No	Sekolah	Persentase (%)	Kategori
1	SMA Negeri 1 Gorontalo	55	Sedang
2	MTS Negeri 1 Gorontalo	27	Rendah
3	SMP Negeri 13 Gorontalo	43	Sedang
4	MAN 1 Gorontalo	46	Sedang
5	SD Lab UNG	8	Sangat Rendah
6	MI Al-Khairat Kota Gorontalo	17	Sangat Rendah
Jumlah		196	



Gambar 1. Grafik Persentase Kebiasaan Belajar Teratur per Sekolah

Berdasarkan tabel di atas, nilai persentase yang dilaporkan per sekolah berkisar antara 8% hingga 55%. Nilai tertinggi tercatat pada SMA Negeri 1 Gorontalo (55%), sedangkan nilai terendah tercatat pada SD Lab UNG (8%).

Secara keseluruhan, hasil ini menggambarkan bahwa sebagian besar sekolah berada pada kategori sedang, sedangkan sekolah dasar menempati kategori sangat rendah. Tidak ada sekolah yang mencapai kategori tinggi maupun sangat tinggi. Pola ini memperlihatkan adanya perbedaan tingkat kebiasaan belajar teratur antar jenjang pendidikan, dengan kecenderungan semakin meningkat seiring dengan bertambahnya tingkat sekolah.

PEMBAHASAN

Penelitian ini berfokus pada kebiasaan belajar teratur Generasi Z di Provinsi Gorontalo, dengan temuan utama bahwa mayoritas siswa masih berada pada kategori kebiasaan belajar rendah. Fakta ini mengindikasikan adanya persoalan mendasar dalam aspek manajemen waktu, disiplin, serta pengelolaan aktivitas akademik sehari-hari. Kondisi tersebut sejalan dengan penelitian Muñoz-Repiso et al. (2020) dan Mariya et al. (2022) yang menekankan bahwa generasi saat ini menghadapi tantangan besar dalam membangun konsistensi belajar akibat distraksi lingkungan maupun teknologi. Oleh karena itu, hasil penelitian ini mengonfirmasi bahwa kebutuhan untuk membangun strategi pembelajaran yang adaptif terhadap karakteristik Generasi Z semakin mendesak.

Pola kebiasaan belajar yang ditemukan dalam penelitian ini juga memperlihatkan adanya ketidaksesuaian antara kesadaran siswa mengenai pentingnya belajar teratur dan praktik aktual dalam kehidupan sehari-hari. García-Tudela et al. (2020) menyebutkan bahwa generasi ini rentan terhadap distraksi digital, seperti media sosial, gim daring, dan hiburan berbasis internet. Distraksi ini sering kali mengalihkan perhatian siswa dari aktivitas akademik, sehingga rutinitas belajar yang seharusnya terstruktur menjadi tidak konsisten (Aliaño et al., 2019). Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan tersebut, di mana kesadaran tidak cukup kuat untuk mewujudkan tindakan nyata, menandakan adanya kesenjangan antara motivasi internal dan kontrol perilaku.

Aspek disiplin dan manajemen waktu menjadi salah satu indikator penting dalam penelitian ini. Siswa yang memiliki keterampilan dalam mengatur jadwal belajar terbukti lebih konsisten dalam menyelesaikan tugas akademik. Raja et al. (2021) menekankan bahwa keberhasilan akademik tidak hanya ditentukan oleh kemampuan kognitif, melainkan juga oleh minat terhadap materi serta kemampuan mengatur waktu belajar. Dalam konteks ini, penelitian menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang mampu menerapkan prinsip tersebut secara efektif. Hal ini dapat dijelaskan oleh faktor lingkungan belajar yang kurang mendukung, seperti keterbatasan fasilitas belajar dan minimnya dorongan motivasional dari guru maupun orang tua.

Perbandingan dengan studi sebelumnya memperlihatkan persamaan maupun perbedaan yang signifikan. Simanungkalit et al. (2022) menemukan bahwa siswa dengan dukungan atmosfer akademik yang positif menunjukkan kebiasaan belajar lebih teratur. Temuan ini didukung oleh Fine et al. (2022) yang menyoroti pentingnya lingkungan sekolah yang kondusif sebagai faktor pendukung. Hasil penelitian ini mengafirmasi pandangan

tersebut, di mana sekolah dengan suasana belajar positif lebih mampu menciptakan siswa dengan rutinitas belajar baik. Akan tetapi, penelitian ini juga menemukan dimensi baru berupa pengaruh distraksi digital yang relatif lebih dominan pada Generasi Z dibandingkan generasi sebelumnya, sehingga faktor ini patut dijadikan perhatian khusus dalam merancang strategi intervensi.

Perbedaan hasil antara sekolah juga dapat dilihat dari ketersediaan sumber daya. Sekolah yang memiliki fasilitas teknologi memadai serta keterlibatan orang tua yang tinggi menghasilkan siswa dengan kebiasaan belajar yang lebih baik. Sebaliknya, sekolah dengan keterbatasan fasilitas cenderung menunjukkan tingkat kebiasaan belajar rendah, diperparah oleh pengaruh distraksi digital (Guèvremont, 2020). Fenomena ini memperlihatkan bahwa faktor struktural dan sosial berperan sama pentingnya dengan faktor individual dalam membentuk kebiasaan belajar. Oleh karena itu, strategi pembelajaran perlu dirancang dengan mempertimbangkan dukungan keluarga, sekolah, serta penggunaan teknologi yang tepat guna.

Implikasi teoritis dari penelitian ini menegaskan bahwa kebiasaan belajar tidak dapat dipahami hanya sebagai aktivitas individual, melainkan sebagai hasil interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Guèvremont et al. (2022) menekankan bahwa dukungan sosial, termasuk peran guru, keluarga, dan teman sebaya, memiliki kontribusi signifikan terhadap pembentukan kebiasaan belajar. Dalam konteks ini, peran guru tidak lagi sebatas penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu siswa mengelola waktu, menetapkan tujuan, serta mengurangi distraksi digital. Dengan demikian, temuan ini memperkaya kerangka teori kebiasaan belajar dengan memasukkan variabel sosial dan teknologi sebagai determinan penting.

Secara praktis, penelitian ini memberikan beberapa rekomendasi yang relevan. Pertama, perlunya strategi pembelajaran inovatif yang dapat mengintegrasikan teknologi secara positif dalam proses belajar, sehingga distraksi digital dapat dialihkan menjadi sarana produktif. Kedua, guru perlu dilatih untuk mengembangkan keterampilan manajemen kelas yang mendukung pembiasaan belajar disiplin, termasuk penerapan reward system untuk mendorong konsistensi siswa. Ketiga, keterlibatan orang tua perlu diperkuat melalui program komunikasi sekolah–rumah, agar pembentukan kebiasaan belajar teratur dapat berlangsung secara sinergis.

Meski demikian, penelitian ini tidak luput dari keterbatasan. Fokus pada satu provinsi dan jumlah sekolah yang terbatas membatasi generalisasi hasil ke konteks nasional. Selain itu, instrumen penelitian berpotensi memiliki bias dalam mengukur kebiasaan belajar siswa, mengingat faktor subjektif seperti motivasi internal sulit untuk diukur secara objektif. Oleh sebab itu, hasil penelitian ini sebaiknya dipandang sebagai gambaran parsial yang perlu dikaji lebih lanjut melalui studi komparatif lintas daerah.

Untuk penelitian mendatang, beberapa agenda penting dapat dikembangkan. Pertama, memperluas cakupan wilayah penelitian agar dapat menggambarkan variasi kebiasaan belajar di berbagai daerah dengan kondisi sosial budaya yang berbeda. Kedua, mengeksplorasi peran faktor psikologis, seperti self-regulated learning, motivasi intrinsik, dan kontrol diri, yang sangat berpengaruh terhadap keberlangsungan kebiasaan belajar. Ketiga, mengembangkan intervensi berbasis teknologi yang dirancang sesuai dengan

kebutuhan Generasi Z, seperti aplikasi pengingat belajar atau platform edukasi interaktif. Dengan demikian, hasil penelitian selanjutnya tidak hanya mendeskripsikan masalah, tetapi juga menghadirkan solusi konkret bagi dunia pendidikan.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami pola kebiasaan belajar Generasi Z. Temuan menunjukkan bahwa distraksi digital, lingkungan belajar, serta dukungan sosial merupakan variabel utama yang memengaruhi konsistensi belajar siswa. Dengan memperhatikan keterbatasan yang ada, penelitian ini tetap relevan sebagai dasar pengembangan strategi pembelajaran yang lebih adaptif. Upaya kolaboratif antara sekolah, keluarga, dan masyarakat menjadi kunci dalam membentuk generasi pembelajar yang disiplin, konsisten, dan mampu menghadapi tantangan era digital.

SIMPULAN

Penelitian ini mendeskripsikan kebiasaan belajar teratur Generasi Z di Provinsi Gorontalo dan menemukan bahwa sebagian besar siswa masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Temuan ini menegaskan adanya kesenjangan antara praktik belajar ideal dengan realitas sehari-hari yang dipengaruhi distraksi digital, motivasi rendah, serta keterbatasan dukungan lingkungan belajar. Secara teoretis, penelitian ini memperluas pemahaman bahwa kebiasaan belajar bukan hanya dipengaruhi faktor internal, tetapi juga faktor eksternal seperti dukungan sosial dan penggunaan teknologi. Praktisnya, guru perlu berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan teknologi ke arah produktif, sementara sekolah dan orang tua perlu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

Implikasi kebijakan menekankan pentingnya kurikulum yang mengintegrasikan literasi digital dan pembiasaan belajar, serta program pelatihan guru berbasis digitalisasi. Meski terbatas pada satu wilayah, penelitian ini tetap memberikan kontribusi penting dan dapat menjadi dasar bagi studi lanjutan di daerah lain dengan fokus pada faktor psikologis maupun intervensi berbasis teknologi. Penelitian ini menegaskan urgensi kolaborasi antara sekolah, guru, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam membentuk generasi pembelajar yang disiplin, adaptif, dan siap menghadapi tantangan pendidikan abad ke-21.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliaño, Á. M., Hueros, A. M. D., Franco, M. D. G., & Aguaded, I. (2019). Mobile Learning in University Contexts Based on the Unified Theory of Acceptance and Use of Technology (UTAUT). *Journal of New Approaches in Educational Research*, 8(1), 7–17. <https://doi.org/10.7821/naer.2019.1.317>
- Berutu, M. H. A., & Tambunan, M. I. H. (2018). Pengaruh minat dan kebiasaan belajar terhadap hasil belajar biologi siswa SMA se-kota Stabat. *Jurnal Biolokus: Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi Dan Biologi*, 1(2), 109–116.
- Fine, M. B., Gironde, J. T., Petrescu, M., & Dobre, C. (2022). The Oscars: Friends and Foes for Millennials. *Journal of Consumer Behaviour*, 21(6), 1494–1505. <https://doi.org/10.1002/cb.2103>
- García-Tudela, P. A., Espinosa, M. P. P., & Fernández, I. M. S. (2020). Smart Learning Environments and Ergonomics: An Approach to the State of the Question. *Journal of*

- New Approaches in Educational Research*, 9(2), 245–258.
<https://doi.org/10.7821/naer.2020.7.562>
- Guèvremont, A. (2020). Can Human Brands Help Consumers Eat Better? Influence of Emotional Brand Attachment, Self-identification, and Brand Authenticity on Consumer Eating Habits. *Journal of Consumer Behaviour*, 20(3), 803–816.
<https://doi.org/10.1002/cb.1910>
- Hidayat, M. (2015). Pengaruh Kebiasaan Belajar, Lingkungan Belajar, dan Dukungan Orang Tua terhadap prestasi belajar mata pelajaran ekonomi pada siswa kelas IX IPS di Man Bangkalan. *Jurnal Ekonomi Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 3(1), 103–114.
- Mariya, K., Shakeel, A., Shazli, T., Naqvi, H. R., Akhtar, N., & Siddiqui, M. A. (2022). Analysing the Role of Gender and Place of Residence in Acceptability and Satisfaction Towards E-Learning Among University Students' During COVID-19 Pandemic in India. *Sn Social Sciences*, 2(10). <https://doi.org/10.1007/s43545-022-00544-z>
- Muñoz-Repiso, A. G., Martín, S. C., & Gómez-Pablos, V. B. (2020). Validation of an Indicator Model (INCODIES) for Assessing Student Digital Competence in Basic Education. *Journal of New Approaches in Educational Research*, 9(1), 110–125.
<https://doi.org/10.7821/naer.2020.1.459>
- Raja, A. M., Ramesh, R., Sriramadesikan, B., Surendhar, M., Rajesh, J. D., Thilippan, P., & Raja, D. S. (2021). Predictors of Academic Performance Among Girls in South Indian Cities. *Sn Social Sciences*, 1(10). <https://doi.org/10.1007/s43545-021-00248-w>
- Simanungkalit, R. I., Kuntadi, S., & Kurniawan, G. I. (2022). Pengaruh Pola Asuh dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar pada Materi Numerasi Siswa Sekolah Dasar. *Supermat: Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(2), 203–215.
- Sirait, E. D. (2019). Pengaruh Gaya dan Kebiasaan Belajar terhadap Kemampuan Berfikir Kritis Matematika. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 4(1).