



Efektivitas Pembatasan Penggunaan Gadget terhadap Prestasi Belajar Santri Putri Pondok Al-Istiqomah Tanjungsari Petanahan Kebumen

Ngafifah^{1*}, Ngarifin Shidiq², Siti Lailiyah³

¹⁻³Universitas Sains Al-Qur'an, Indonesia

Email: affifah40@gmail.com^{1*}, ngarifin@unsiq.ac.id², sitilailiyah@unsiq.ac.id³

*Penulis Korespondensi: affifah40@gmail.com

Abstract: *This study aims to analyze the impact of restricting gadget use on the learning achievement of female students at Pondok Pesantren Al-Istiqomah Tanjungsari Petanahan Kebumen. The research is motivated by the increasing use of gadgets, which may affect students' concentration and learning discipline. A qualitative approach with a field research design was employed. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and analyzed using an interactive model consisting of data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings show that gadget use restrictions are implemented systematically through rule-setting, supervision, and evaluation. The policy does not prohibit gadget use entirely but regulates it according to time, function, and purpose. The results indicate that the restriction has a positive impact on students' learning achievement by improving concentration, strengthening time-management discipline, increasing participation in learning activities, and enhancing understanding of learning materials. In addition, a more conducive learning environment is created due to reduced distractions from gadget use. However, the effects are not experienced equally by all students, as some still face challenges related to self-awareness and self-control. Supporting factors include clear regulations, consistent supervision, teacher support, and a conducive boarding school environment, while inhibiting factors include low discipline, peer influence, gadget dependency, limited supervision, and easy access to technology. Overall, gadget use restrictions contribute positively to improving students' learning achievement.*

Keywords: *Female Students; Gadget Restriction; Islamic Boarding School; Learning Achievement; Learning Discipline.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak pembatasan penggunaan gawai terhadap prestasi belajar santri putri di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Tanjungsari Petanahan Kebumen. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya penggunaan gawai yang berpotensi mengganggu konsentrasi dan kedisiplinan belajar santri. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian lapangan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembatasan penggunaan gawai diterapkan secara sistematis melalui tahap penetapan aturan, pengawasan, dan evaluasi. Kebijakan ini tidak melarang penggunaan gawai secara mutlak, melainkan mengatur penggunaannya berdasarkan waktu, fungsi, dan tujuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembatasan tersebut memberikan dampak positif terhadap prestasi belajar santri, yang terlihat dari meningkatnya konsentrasi belajar, kedisiplinan dalam mengelola waktu, partisipasi dalam kegiatan pembelajaran, serta pemahaman terhadap materi pelajaran. Selain itu, lingkungan belajar menjadi lebih kondusif karena berkurangnya gangguan akibat penggunaan gawai. Meskipun demikian, dampaknya belum dirasakan secara merata karena sebagian santri masih memiliki kendala dalam kesadaran dan pengendalian diri. Secara keseluruhan, pembatasan penggunaan gawai berkontribusi positif dalam meningkatkan prestasi belajar santri.

Kata kunci: Disiplin Belajar; Pembatasan Gadget; Pesantren; Prestasi Belajar; Santri Putri.

1. PENDAHULUAN

Lansekap pendidikan Islam kontemporer kini tengah dikepeng oleh gelombang digitalisasi yang merambah hingga ke relung-relung terdalam pondok pesantren. Kendati Gadget menjanjikan akselerasi informasi yang tak terbatas, kehadirannya justru kerap memicu keretakan fokus pada jiwa-jiwa yang sedang menimba ilmu. Fenomena ini menghadirkan paradoks; kemudahan teknis yang ditawarkan seringkali berbanding terbalik dengan ketajaman

kognitif serta kedalaman spiritual santri (Djamas, 2020). Mengingat pesantren bertumpu pada pilar disiplin dan purifikasi karakter, intervensi teknologi yang tanpa kendali berisiko mendegradasi marwah pendidikan karakter yang telah mengakar berabad-abad. Maka, menyeimbangkan kemajuan zaman dengan ortodoksi pendidikan menjadi tantangan intelektual yang mendesak bagi lembaga pendidikan tertua di Nusantara ini.

Di balik tembok pesantren, berlangsung sebuah ekosistem pendidikan terpadu yang menyatukan raga, rasio, dan rasa dalam ritme kehidupan dua puluh empat jam. Peran sentral kyai serta ustadzah melampaui sekadar transfer pengetahuan akademis, melainkan menjadi kompas moral dan figur transendental bagi para santri (Takdir, 2018). Namun, manakala layar gagedmulai mendominasi atensi, terjadi pergeseran ruang interaksi dari yang bersifat organik-spiritual menjadi mekanistik-virtual (Fauzan, 2020). Fokus yang terfragmentasi pada konten hiburan perlahan mengikis kualitas perjumpaan antar-manusia dan intensitas kontemplasi keagamaan. Oleh karena itu, pembatasan akses digital bukanlah bentuk ketertinggalan, melainkan upaya preservasi agar orientasi luhur pesantren tidak terdistorsi oleh bisingsnya dunia siber.

Menilik dari aspek kognitivisme, proses asimilasi ilmu menuntut kejernihan perhatian serta kapasitas pengolahan informasi yang tanpa jeda distraksi. Beban kognitif yang berlebihan akibat paparan gawai terbukti menghambat kedalaman pemahaman santri terhadap khazanah kitab kuning yang kompleks (Jalilah, 2022). Secara teologis, urgensi memelihara kefokusannya ini selaras dengan perintah ilahiyah dalam QS. Al-Mu'minun yang memuji para mukmin yang mampu memalingkan diri dari kesia-siaan. Begitu pula amanat kenabian yang menegaskan bahwa kesempurnaan iman seseorang tercermin dari keberaniannya meninggalkan hal-hal yang tidak memberikan kemaslahatan hakiki. Integrasi antara sains kognitif dan doktrin agama ini menjadi fondasi kuat bahwa penguasaan diri atas teknologi adalah bagian dari jihad intelektual (Yuberti, 2015).

Menghadapi derasnya arus modernitas, Pondok Pesantren Al-Istiqomah Petanahan Kebumen mengambil posisi teguh dalam memproteksi iklim akademiknya. Pihak otoritas pesantren menyadari betul bahwa tanpa regulasi yang ketat, perangkat digital cenderung menjadi muara distraksi ketimbang instrumen edukasi bagi para santriwati. Langkah konkret diambil melalui pemberlakuan restriksi gadget demi memulihkan kembali suasana belajar yang kontemplatif dan penuh kedisiplinan (Darmawan, 2012; Slameto, 2010). Kebijakan ini bukan semata-mata larangan teknis, melainkan bentuk pengondisian lingkungan agar energi intelektual santriwati terpusat sepenuhnya pada pencapaian prestasi. Dengan demikian, Al-

Istiqomah berupaya memastikan bahwa teknologi tidak akan pernah menggantikan posisi takzim dan fokus dalam menuntut ilmu.

Efektivitas sebuah kebijakan tidak semestinya diukur dari lembaran kertas regulasi, melainkan dari transformasi nyata pada perilaku dan capaian belajar subjeknya. Sebagaimana ditegaskan dalam pemikiran Mulyasa (2011), keberhasilan edukatif tercermin pada perubahan kualitas diri dan tercapainya target-target pembelajaran secara presisi. Robbins & Judge (2013) pun memberikan perspektif serupa, di mana efisiensi sebuah aturan dilihat dari koherensi antara visi strategis dengan realitas empiris di lapangan. Bagi pesantren, indikator keberhasilan pembatasan gawai terletak pada meningkatnya determinasi belajar dan minimnya gangguan psikologis akibat ketergantungan layar. Dengan kata lain, kebijakan dianggap mapan apabila mampu mengembalikan marwah pesantren sebagai ruang belajar yang kondusif dan berorientasi pada hasil.

Berbagai studi terdahulu telah memberikan sinyal positif mengenai korelasi antara kontrol teknologi dan peningkatan performa akademik peserta didik. Riset Nur Aisyah (2021) memberikan bukti empiris bahwa reduksi penggunaan ponsel pintar berdampak langsung pada kestabilan mental dan manajemen waktu santriwati. Senada dengan itu, temuan Fauzan (2020) menyoroti bagaimana restriksi digital mampu memperdalam keterlibatan santri dalam setiap silabus keagamaan yang diberikan. Dewi Lestari (2023) juga memperkuat argumen tersebut dengan menyatakan bahwa konsistensi aturan adalah kunci utama dalam membangun habitus disiplin. Meskipun demikian, masih terdapat celah penelitian yang spesifik membedah dinamika di Al-Istiqomah Petanahan, sehingga studi ini hadir untuk mengisi ruang kosong dalam diskursus pendidikan Islam tersebut.

Guna menguak tabir di balik kebijakan ini, penelitian ini mengadopsi paradigma kualitatif yang mengedepankan kedalaman interpretasi atas perilaku manusia. Pendekatan ini dipilih karena kemampuannya dalam mengeksplorasi narasi, persepsi, serta dinamika keseharian santriwati yang tidak bisa terwakili oleh angka statistik semata. Peneliti memosisikan diri untuk memahami bagaimana pembatasan gawai memengaruhi psikologi belajar serta interaksi sosial di dalam asrama secara menyeluruh. Lebih dari sekadar menilai skor akademik, penelitian ini berupaya memotret perubahan karakter dan keteguhan mental santriwati dalam menghadapi tantangan zaman. Hasilnya diharapkan mampu menyajikan potret utuh mengenai dampak sosiologis dan edukatif dari regulasi tersebut.

Secara fundamental, riset ini didesain untuk membedah konsep, dampak, serta berbagai variabel yang memengaruhi implementasi pembatasan gawai di Al-Istiqomah. Peneliti berambisi mengidentifikasi faktor-faktor yang menjadi akselerator maupun penghambat dalam penegakkan disiplin digital di lingkungan pesantren. Melalui analisis yang komprehensif, diharapkan muncul sebuah formulasi baru dalam manajemen pendidikan Islam di era disrupsi. Secara teoretis, karya ini diproyeksikan menjadi referensi penting bagi pengembangan studi kependidikan, sementara secara praktis menjadi panduan bagi lembaga pesantren lain. Pada akhirnya, penelitian ini adalah upaya untuk membuktikan bahwa tradisi dan teknologi dapat berdampak melalui manajemen yang bijaksana.

2. METODE PENELITIAN

Guna membedah fenomena restriksi gawai di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Petanahan Kebumen secara substantif, penelitian ini mengadopsi paradigma kualitatif melalui skema riset lapangan (*field research*). Pemilihan pendekatan ini didasarkan pada kebutuhan untuk mengonstruksi realitas dari sudut pandang subjek, mencakup spektrum pengalaman serta persepsi santriwati terhadap dinamika prestasi belajar mereka. Peneliti bergerak melampaui angka, mengandalkan penalaran induktif untuk menangkap esensi perilaku sosial yang muncul secara organik dalam ekosistem asrama. Selama rentang waktu April hingga Mei 2025, lokus penelitian ini difokuskan pada Al-Istiqomah karena konsistensi manajerialnya dalam menegakkan aturan digital. Penentuan informan dilakukan secara selektif melalui teknik *purposive sampling*, melibatkan pengasuh, asatidzah, dan santriwati hingga tercapai ambang kejenuhan data (*data saturation*) di mana tidak ditemukan lagi variasi informasi baru.

Proses penggalian data dijalankan secara simultan melalui integrasi observasi, wawancara mendalam, dan telaah dokumentasi guna menjamin kedalaman informasi. Observasi partisipatif memungkinkan peneliti untuk menyaksikan secara langsung bagaimana ritme belajar santriwati bertransformasi tanpa intervensi perangkat elektronik di tangan mereka. Di sisi lain, wawancara mendalam menjadi instrumen vital untuk menyelami narasi dari para pengasuh dan pengajar mengenai filosofi serta dampak nyata kebijakan tersebut terhadap perkembangan intelektual santri. Untuk memperkuat kredibilitas temuan, data berupa arsip peraturan, catatan prestasi, dan potret aktivitas keseharian dihimpun melalui teknik dokumentasi yang presisi. Seluruh proses ini dipandu oleh instrumen penelitian yang telah disusun secara sistematis agar narasi yang terkumpul tetap koheren dan selaras dengan arah tujuan riset.

Demi menjamin orisinalitas dan validitas temuan, peneliti menerapkan teknik triangulasi yang mempertemukan berbagai sumber dan metode untuk memverifikasi konsistensi informasi yang didapat. Data yang terkumpul kemudian diproses melalui siklus analisis interaktif, dimulai dari reduksi data yang memilah informasi esensial dari kebisingan data lapangan yang tidak relevan. Tahapan berikutnya adalah penyajian data (*data display*) yang diartikulasikan dalam bentuk narasi deskriptif yang mengalir, memberikan potret komprehensif mengenai kondisi objektif di pesantren. Proses ini berpuncak pada penarikan konklusi serta verifikasi berkelanjutan yang disandarkan pada bukti-bukti empiris yang solid. Melalui prosedur analitik yang ketat ini, penelitian diharapkan mampu menghasilkan sintesis yang kredibel mengenai sejauh mana kontrol teknologi berperan dalam mengakselerasi prestasi belajar santriwati.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Al-Istiqomah yang berlokasi di Desa Tanjungsari, Kecamatan Petanahan, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah. Lingkungan pesantren yang religius, disiplin, serta memiliki sistem pembelajaran terintegrasi antara pendidikan formal dan keagamaan menciptakan suasana yang kondusif bagi santri putri dalam melaksanakan kegiatan belajar. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan kunjungan awal untuk menyampaikan maksud dan tujuan penelitian serta meminta izin kepada pengasuh pondok, yaitu KH. Amin Rosyid. Peneliti memperoleh izin serta arahan teknis terkait proses pengambilan data di lapangan. Data penelitian diperoleh melalui teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai efektivitas pembatasan penggunaan gadget terhadap prestasi belajar santri putri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pondok Pesantren Al-Istiqomah menerapkan kebijakan pembatasan penggunaan gadget secara sistematis melalui pendekatan semi-restriktif. Kebijakan ini tidak melarang penggunaan gadget secara total, melainkan mengatur penggunaannya melalui pembatasan waktu, fungsi, serta pengawasan yang ketat. Pelaksanaan kebijakan dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu pengaturan aturan, pengawasan, dan evaluasi. Pada tahap pengaturan, pondok menetapkan aturan yang jelas terkait penggunaan gadget, seperti larangan membawa HP secara bebas, pembatasan waktu penggunaan, serta penentuan tujuan penggunaan yang diperbolehkan. Tahap pengawasan dilakukan oleh pengurus dan ustadzah secara rutin, sedangkan evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kebijakan berdasarkan tingkat kepatuhan dan perubahan perilaku belajar santri.

Dalam implementasinya, teknik pengendalian penggunaan gadget dilakukan melalui pembatasan waktu penggunaan, penggunaan bersyarat, sistem pengawasan kolektif, serta pemberian sanksi bagi pelanggar. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh Ustadzah Siti Aisyah:

“Pembatasan gadget dilakukan agar santri lebih fokus belajar. Jika tidak dibatasi, biasanya santri cenderung menggunakan HP untuk hal-hal yang kurang bermanfaat.”

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pembatasan gadget merupakan bentuk intervensi pedagogis untuk mengurangi distraksi belajar. Hal ini juga diperkuat oleh hasil wawancara lain yang menyatakan:

“Dari hasil wawancara dengan ustadzah, diketahui bahwa pembatasan penggunaan gadget mampu meningkatkan konsentrasi belajar santri. Hal ini terlihat dari meningkatnya kedisiplinan dalam mengaji serta berkurangnya gangguan dari aktivitas di luar pembelajaran.”

Selain itu, manfaat pembatasan gadget juga dirasakan langsung oleh santri. Salah satu santri, Anisa, menyampaikan:

“Dengan adanya pembatasan HP, jadi lebih fokus belajar dan tidak mudah terdistraksi. Waktu belajar juga lebih teratur.”

Temuan lain juga menunjukkan persepsi serupa, sebagaimana diungkapkan: *“Berdasarkan wawancara dengan salah satu santri, pembatasan penggunaan gadget memberikan pengaruh positif terhadap proses belajar, di mana suasana belajar menjadi lebih kondusif, tingkat konsentrasi meningkat, serta berdampak pada peningkatan pemahaman materi dan hasil belajar.”*

Bahkan, santri lain juga menegaskan dampak langsung terhadap efektivitas belajar:

“Dengan adanya pembatasan gadget, saya jadi lebih fokus belajar dan tidak terganggu oleh HP. Waktu belajar lebih maksimal sehingga lebih mudah memahami materi.”

Dan diperkuat kembali dengan pernyataan:

“Sekarang belajar jadi lebih tenang, tidak terganggu HP. Jadi lebih mudah memahami pelajaran dan nilai juga lebih baik.”

Secara empiris, dampak pembatasan gadget terhadap prestasi belajar santri putri terlihat dari perubahan perilaku belajar yang signifikan, seperti meningkatnya konsentrasi belajar, kedisiplinan dalam mengatur waktu, keaktifan dalam pembelajaran, serta pemahaman terhadap materi. Hal ini juga didukung oleh pernyataan ustadzah:

“Berdasarkan hasil wawancara dengan ustadzah Pondok Pesantren Al-Istiqomah Tanjungsari Petanahan Kebumen, diketahui bahwa pembatasan penggunaan gadget berperan

penting dalam meningkatkan kualitas belajar santri. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya fokus belajar serta kedisiplinan santri dalam mengatur waktu, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan pemahaman terhadap materi pembelajaran.”

Namun demikian, efektivitas kebijakan ini tidak terlepas dari faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung meliputi adanya aturan yang jelas, pengawasan yang konsisten, dukungan dari ustadz/ustadzah, lingkungan pesantren yang kondusif, serta kesadaran sebagian santri. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh KH. Amin Rosyid: *“Aturan tentang penggunaan HP sudah ditetapkan dengan jelas agar santri tidak menyalahgunakan gadget, sehingga mereka tetap fokus dalam belajar.”*

Selain itu, peran pengawasan juga menjadi faktor penting, sebagaimana diungkapkan oleh ustadzah:

“Pengurus selalu mengawasi penggunaan HP santri, baik saat kegiatan belajar maupun di luar jam belajar, agar tidak terjadi pelanggaran.”

Di sisi lain, terdapat pula faktor penghambat yang memengaruhi efektivitas kebijakan, di antaranya rendahnya kedisiplinan sebagian santri, pengaruh teman sebaya, ketergantungan terhadap gadget, serta keterbatasan pengawasan. Hal ini tercermin dari pernyataan berikut:

“Jika masih ada santri yang melanggar aturan penggunaan HP, biasanya karena belum bisa mengontrol diri.”

Selain itu, faktor sosial juga berperan, sebagaimana diungkapkan: *“Terkadang pelanggaran terjadi karena ikut-ikutan teman yang membawa atau menggunakan HP secara tidak sesuai aturan.”*

Serta faktor kebiasaan penggunaan gadget sebelumnya:

“Santri yang sudah terbiasa dengan HP biasanya merasa kesulitan saat harus dibatasi penggunaannya.”

Secara analitis, temuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembatasan gadget di Pondok Pesantren Al-Istiqomah telah berjalan secara sistematis, namun belum sepenuhnya optimal karena masih terdapat pelanggaran tersembunyi dan belum meratanya kesadaran internal santri. Dalam perspektif teori kognitif, pembatasan gadget berfungsi untuk mengurangi gangguan perhatian (*split attention*) dan beban kognitif eksternal (*extraneous cognitive load*), sehingga meningkatkan efektivitas proses belajar. Sementara itu, dalam perspektif behavioristik, kebijakan ini merupakan bentuk pengondisian lingkungan belajar, namun belum optimal karena penguatan (*reinforcement*) yang belum konsisten menyebabkan perilaku disiplin belum terbentuk secara stabil.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembatasan penggunaan gadget di Pondok Pesantren Al-Istiqomah tergolong efektif dalam meningkatkan prestasi belajar santri putri. Efektivitas ini tidak hanya tercermin dari peningkatan hasil belajar, tetapi juga dari perubahan perilaku belajar yang lebih disiplin, fokus, dan terarah. Namun demikian, untuk mencapai efektivitas yang lebih optimal, diperlukan penguatan pada aspek internalisasi nilai disiplin, peningkatan kontrol diri santri, serta konsistensi dalam pengawasan dan pemberian penguatan secara berkelanjutan. Dengan demikian, pembatasan gadget tidak hanya berfungsi sebagai aturan, tetapi juga sebagai strategi pedagogis dalam membentuk karakter belajar santri yang mandiri dan bertanggung jawab.

Pembahasan

Konsep Pembatasan Penggunaan Gadget bagi Santri di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Petanahan Kebumen

Implementasi kebijakan restriksi perangkat digital di Pondok Pesantren Al-Istiqomah merupakan manifestasi strategis dari upaya sinkronisasi antara penetrasi teknologi dan esensi tujuan pedagogis. Dalam diskursus pendidikan Islam, efisiensi temporal diposisikan sebagai variabel fundamental yang menentukan keberhasilan transmisi keilmuan secara komprehensif. Sejalan dengan tesis Abdul Fattah Abu Ghuddah, dimensi waktu diidentifikasi sebagai aset krusial bagi subjek akademik yang wajib dialokasikan secara eksklusif demi aktivitas intelektual yang produktif. Landasan teologis dari QS. Al-Mu'minun turut memperkuat argumen bahwa eliminasi terhadap aktivitas nirfaedah merupakan prasyarat mutlak dalam pembentukan perilaku belajar yang unggul dan kompetitif.

Secara konseptual, pembatasan gawai merupakan bentuk intervensi regulatif yang bertujuan mengeliminasi konsekuensi maladaptif dari teknologi terhadap performa kognitif santri. Parameter pembatasan di sini merujuk pada upaya sistematis untuk menetapkan demarkasi operasional agar aktivitas harian santri tetap koheren dengan koridor akademis yang telah ditetapkan lembaga. Mengingat urgensi yang ditekankan oleh otoritas pendidikan mengenai risiko degradasi konsentrasi akibat konsumsi digital yang tidak terukur, kebijakan ini hadir sebagai langkah preventif yang sangat esensial. Analisis Anderson dan Rainie (2018) semakin menegaskan bahwa saturasi teknologi yang berlebihan berkorelasi negatif terhadap stabilitas psikologis serta integritas fungsional kognisi peserta didik di era modern.

Pesantren, sebagai episentrum pendidikan Islam tradisional, mengemban tanggung jawab sosiologis dalam mengonstruksi karakter santri melalui internalisasi nilai kedisiplinan dan asketisme yang mendalam (Azra, 2018). Restriksi gadget di Al-Istiqomah

merepresentasikan upaya rekonsiliasi antara tuntutan modernisasi dan upaya mempertahankan autentisitas identitas kepesantrenan yang luhur. Fenomena ini sejalan dengan premis bahwa institusi tradisional harus memiliki resiliensi untuk beradaptasi dengan dinamika zaman tanpa harus mereduksi fondasi moral yang menjadi distingsinya (Shidiq, 2020). Dengan demikian, kebijakan ini merupakan bentuk integrasi harmonis antara kebutuhan fungsional masa kini dan pelestarian nilai-nilai konvensional dalam sistem instruksional pesantren yang bersifat holistik.

Analisis terhadap efektivitas pembatasan gawai dapat dibedah secara tajam melalui kacamata teori beban kognitif yang dipopulerkan oleh Mayer dalam literatur psikologi pendidikan. Kapasitas memori kerja manusia yang terbatas menuntut adanya minimalisasi terhadap beban kognitif eksternal yang sering kali dipicu oleh distraksi perangkat digital secara masif. Melalui reduksi intervensi teknologi, santri diberikan ruang atensi yang lebih luas untuk memproses informasi secara mendalam, kritis, dan sistematis sesuai tuntutan kurikulum. Hal ini selaras dengan paradigma Piaget mengenai perkembangan kognitif, di mana lingkungan yang terkendali menjadi determinan penting dalam memfasilitasi keterlibatan aktif subjek dalam proses pemrosesan informasi yang kompleks.

Dalam perspektif behavioristik, kebijakan ini dipandang sebagai bentuk pengondisian operan guna mengonstruksi habitus disiplin santri secara kolektif di lingkungan asrama. Mengacu pada mekanisme penguatan yang dikonseptualisasikan oleh Skinner, penegakan regulasi dan sistem sanksi berfungsi sebagai stimulus lingkungan untuk mengarahkan perilaku individu menuju target yang diharapkan. Watson serta Kretchmar (1930) mempertegas bahwa modifikasi perilaku dapat dicapai melalui kontrol lingkungan yang terorganisir dan berkesinambungan dalam jangka waktu tertentu. Oleh karena itu, pembatasan akses digital menjadi instrumen teknis dalam membentuk struktur karakter santri melalui penguatan pola perilaku yang adaptif terhadap standar nilai lembaga.

Keberhasilan pencapaian akademik merupakan output dari interaksi kompleks antara faktor internal, seperti determinasi diri, dan faktor eksternal berupa pengawasan institusional yang ketat. Pembatasan gawai berperan sebagai variabel eksternal yang memediasi terbentuknya lingkungan psikologis yang kondusif bagi pertumbuhan motivasi intrinsik santri di pesantren. Efektivitas dari kebijakan ini sangat bergantung pada sejauh mana subjek penelitian mampu melakukan internalisasi terhadap nilai-nilai regulatif tersebut menjadi kesadaran personal. Data empiris dari berbagai literatur sebelumnya menunjukkan adanya korelasi positif antara kontrol terhadap perangkat digital dan eskalasi prestasi belajar, terutama ketika didukung oleh kesadaran internal yang solid (Djamas, 2020; Fauzan, 2020).

Restriksi perangkat telekomunikasi juga berkelindan erat dengan manajemen pendidikan karakter yang bersifat komprehensif dan menyentuh seluruh dimensi kehidupan santri. Mulyasa menekankan bahwa konstruksi nilai moral tidak hanya terjadi melalui transfer pengetahuan secara verbal, melainkan melalui penataan ekosistem pendidikan yang mencakup seluruh kebijakan lembaga. Dalam hal ini, pembatasan gawai ditransformasikan menjadi instrumen pedagogis untuk menanamkan integritas, tanggung jawab, dan kontrol diri pada santriwati secara berkelanjutan. Sejalan dengan visi Mujib (2010), pendidikan Islam berorientasi pada pencapaian keseimbangan antara kecerdasan intelektual dan keluhuran akhlak sebagai output pendidikan yang paripurna dan kompeten.

Secara komprehensif, konsep pembatasan gawai di Pondok Pesantren Al-Istiqomah merupakan strategi edukatif multidimensional yang mencakup domain religius, psikologis, dan sosiologis secara simultan. Kebijakan ini tidak hanya berorientasi pada reduksi dampak negatif teknologi, tetapi lebih kepada optimalisasi potensi diri santri melalui lingkungan yang disiplin dan fokus secara akademik. Langkah ini merupakan bagian integral dari sistem pertahanan pendidikan pesantren dalam merespons disrupsi teknologi tanpa mengompromikan nilai-nilai fundamental pembentuk karakter santri. Pada akhirnya, kebijakan ini diproyeksikan mampu melahirkan individu yang tidak hanya cakap secara intelektual, namun juga memiliki kedalaman spiritual yang kokoh dalam menghadapi tantangan zaman.

Dampak Pembatasan Penggunaan Gadget terhadap Prestasi Belajar Santri di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Petanahan Kebumen

Implementasi regulasi penggunaan perangkat elektronik di Pondok Pesantren Al-Istiqomah memberikan dampak deterministik terhadap eskalasi prestasi belajar santri, baik pada dimensi prosedural maupun luaran instruksional. Prestasi belajar dalam diskursus ini didefinisikan secara holistik, melampaui sekadar metrik nilai akademik konvensional, yakni mencakup transformasi habitus belajar, penguatan kedisiplinan, serta kedalaman asimilasi materi. Sejalan dengan taksonomi hasil belajar yang dikemukakan oleh Nana Sudjana, keberhasilan edukatif tecermin melalui reorientasi kapasitas kognitif, afektif, dan psikomotorik subjek didik. Oleh karena itu, dampak dari pembatasan teknologi ini harus diinterpretasikan sebagai pergeseran fundamental menuju pola belajar yang lebih terstruktur dan produktif.

Temuan empiris mengonfirmasi bahwa restriksi akses digital berperan krusial dalam mengoptimalkan konsentrasi belajar santri di lingkungan asrama. Sebelum intervensi kebijakan ini diberlakukan, penggunaan gawai yang tidak terukur menjadi sumber distraksi yang secara signifikan mereduksi fokus intelektual pada aktivitas akademik. Fenomena ini memvalidasi

peringatan otoritas pendidikan mengenai korelasi negatif antara saturasi teknologi digital dan stabilitas atensi dalam proses pembelajaran. Sejalan dengan analisis Lalahi dkk., pembatasan tersebut memungkinkan santri untuk memusatkan energi kognitifnya secara eksklusif pada kurikulum pesantren tanpa adanya interferensi dari platform hiburan virtual maupun media sosial.

Dampak signifikan lainnya termanifestasi dalam penguatan kemampuan manajerial santri dalam mengalokasikan waktu secara efektif. Tanpa adanya ketergantungan pada perangkat digital, santri mampu mencapai keseimbangan fungsional antara jadwal akademik, kewajiban ibadah, dan aktivitas sosiokultural di pesantren. Mengacu pada tesis Slameto mengenai determinan keberhasilan belajar, efisiensi pengelolaan waktu menjadi variabel kunci yang terbentuk melalui pola hidup yang teratur. Pengondisian lingkungan ini menumbuhkan habituasi disiplin yang konsisten, selaras dengan hasil studi Lestari yang menekankan bahwa regulasi teknologi merupakan instrumen efektif dalam mengonstruksi ketaatan belajar santri secara sistematis.

Peniadaan gangguan digital turut berkontribusi pada peningkatan derajat keterlibatan aktif santri dalam setiap fase pembelajaran, mulai dari forum diskusi hingga kajian kitab. Partisipasi aktif ini, sebagaimana ditekankan oleh Syah (2017), merupakan indikator vital dalam mengukur keberhasilan mekanisme instruksional. Fokus yang tidak terfragmentasi memungkinkan santri untuk mengolah informasi dari pendidik secara lebih akurat dan mendalam. Dalam perspektif teori kognitif, fenomena ini dapat dijelaskan melalui minimalisasi *extraneous cognitive load* atau beban kognitif eksternal yang dipopulerkan oleh (Mayer, 2009). Dengan mereduksi kebisingan digital, kapasitas kognitif santri dapat dialokasikan sepenuhnya untuk asimilasi materi, yang pada gilirannya memfasilitasi pemahaman konseptual yang lebih kokoh sesuai dengan paradigma Piaget.

Kebijakan pembatasan gawai juga berfungsi sebagai katalis dalam pembentukan karakter dan kemandirian intelektual santri. Subjek didik menjadi lebih terbiasa melakukan pengulangan materi secara mandiri serta memanfaatkan waktu luang untuk aktivitas pengembangan diri yang lebih substantif. Proses habituasi yang berlangsung secara kontinu di lingkungan pesantren ini selaras dengan gagasan Mulyasa (2011) mengenai strategi internalisasi nilai melalui pengondisian ekosistem pendidikan. Transformasi perilaku ini tidak bersifat sesaat, melainkan diproyeksikan menjadi pola perilaku belajar yang berkelanjutan dan terintegrasi dalam identitas diri santri.

Namun demikian, distribusi dampak dari kebijakan ini tidak berlangsung secara homogen karena adanya variabilitas motivasi intrinsik dan kontrol diri pada setiap individu. Sebagian kecil santri belum menunjukkan eskalasi performa yang signifikan akibat kuatnya pengaruh faktor internal serta tekanan dari kelompok sebaya. Realitas ini menegaskan argumen Syah (2017) bahwa efektivitas faktor eksternal seperti regulasi lembaga tetap memerlukan sinergi dengan kesadaran subjektif agar mencapai hasil yang optimal. Selain itu, persistensi pelanggaran menunjukkan bahwa kepatuhan sebagian subjek masih bersifat heteronom atau didorong oleh pengawasan otoritas, bukan atas dasar kesadaran otonom.

Dalam kerangka teori behavioristik, tantangan dalam penegakan aturan ini mengindikasikan bahwa mekanisme *reinforcement* yang dikonsepsikan Skinner belum terimplementasi secara menyeluruh. Konsistensi dalam pemberian penguatan serta sanksi menjadi variabel penentu agar perilaku disiplin dapat terinternalisasi secara permanen dalam struktur kepribadian santri. Oleh karena itu, strategi pengelolaan teknologi di pesantren perlu bertransformasi dari sekadar pendekatan restriktif menuju pendekatan persuasif yang menekankan pada pembinaan kontrol diri secara psikologis. Hanya melalui integrasi antara aturan formal dan pembinaan kesadaran diri, kepatuhan santri dapat berkembang menjadi karakter yang autentik.

Secara komprehensif, restriksi penggunaan gawai di Pondok Pesantren Al-Istiqomah terbukti menjadi strategi pedagogis yang efektif dalam mengakselerasi prestasi belajar santriwati. Manfaat nyata terlihat pada peningkatan stabilitas konsentrasi, kematangan manajemen waktu, serta kedalaman pemahaman terhadap khazanah keilmuan. Kebijakan ini juga menjadi fondasi penting dalam membangun ekosistem belajar yang positif dan berorientasi pada pembentukan karakter. Meskipun masih memerlukan evaluasi pada aspek konsistensi pengawasan dan internalisasi nilai, langkah ini tetap menjadi solusi strategis dalam menjaga kualitas pendidikan Islam di tengah disrupsi teknologi digital.

Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat dalam Pelaksanaan Pembatasan Penggunaan Gadget terhadap Prestasi Belajar Santri

Pelaksanaan pembatasan penggunaan gadget di Pondok Pesantren Al-Istiqomah dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung yang berperan dalam meningkatkan efektivitas kebijakan. Faktor tersebut meliputi adanya aturan yang jelas dan tegas mengenai penggunaan gadget, pengawasan yang konsisten dari pengurus dan ustadzah, serta lingkungan pesantren yang kondusif dan disiplin. Selain itu, dukungan dari tenaga pendidik dalam memberikan arahan serta sebagian santri yang telah memiliki kesadaran untuk mematuhi aturan juga

menjadi faktor penting. Hal ini sejalan dengan pendapat Mulyasa (2011) bahwa lingkungan pendidikan yang terstruktur dan konsisten mampu membentuk karakter disiplin peserta didik.

Di sisi lain, terdapat beberapa faktor penghambat yang memengaruhi pelaksanaan pembatasan gadget. Faktor tersebut antara lain rendahnya kedisiplinan sebagian santri, pengaruh teman sebaya, serta ketergantungan terhadap gadget yang sudah terbentuk sebelum masuk pesantren. Selain itu, keterbatasan jumlah pengurus dalam melakukan pengawasan serta kemudahan akses terhadap teknologi juga menjadi kendala tersendiri. Slameto (2010) menyatakan bahwa faktor internal dan eksternal secara bersama-sama memengaruhi keberhasilan belajar, sehingga hambatan-hambatan tersebut perlu diatasi secara menyeluruh.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis komprehensif mengenai implikasi restriksi perangkat digital di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Tanjungsari Petanahan Kebumen, dapat disimpulkan bahwa implementasi kebijakan tersebut telah terealisasi secara sistematis melalui fase formulasi regulasi, mekanisme pengawasan, hingga tahapan evaluasi periodik. Esensi kebijakan ini bukan terletak pada pelarangan absolut, melainkan pada tata kelola penggunaan yang berbasis pada parameter temporal, fungsionalitas, dan orientasi tujuan pendidikan guna mengonstruksi ekosistem akademik yang kondusif. Output penelitian mengonfirmasi adanya korelasi positif terhadap efektivitas proses dan luaran pembelajaran, yang termanifestasi dalam eskalasi stabilitas konsentrasi, kematangan manajemen waktu, intensitas partisipasi aktif, serta kedalaman pemahaman konseptual santri. Namun demikian, distribusi dampak positif tersebut masih bersifat asimetris, mengingat adanya variabilitas dalam derajat kesadaran internal serta kapasitas kontrol diri pada sebagian subjek didik. Keberhasilan instrumen kebijakan ini secara deterministik dipengaruhi oleh sinergi antara kejelasan regulasi, konsistensi supervisi, dan dukungan kolektif tenaga pendidik, meskipun masih dihadapkan pada tantangan berupa ketergantungan teknologi, tekanan kelompok sebaya, serta limitasi dalam jangkauan pengawasan.

Bertumpu pada temuan penelitian tersebut, disarankan bagi otoritas Pondok Pesantren untuk melakukan penguatan berkelanjutan terhadap kebijakan restriksi gawai melalui akselerasi inovasi supervisi dan integrasi teknologi sebagai media instruksional yang edukatif. Peran strategis tenaga pendidik dalam melakukan pendampingan psikologis serta internalisasi nilai-nilai literasi digital yang bijaksana menjadi krusial untuk mentransformasi kepatuhan eksternal menjadi kesadaran otonom. Di sisi lain, santriwati didorong untuk mengoptimalkan determinasi diri dan regulasi mandiri dalam pemanfaatan teknologi guna mengakselerasi

pencapaian akademik mereka. Studi ini juga diproyeksikan menjadi fondasi literatur bagi riset mendatang untuk mengeksplorasi metodologi yang lebih variatif serta cakupan populasi yang lebih ekspansif dalam diskursus pendidikan Islam. Sebagai penutup, ungkapan rasa syukur yang mendalam dipanjatkan atas selesainya karya ilmiah ini, disertai apresiasi setinggi-tingginya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi, dengan harapan bahwa temuan ini dapat memberikan sumbangsih teoretis maupun praktis bagi pengembangan institusi pesantren di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, N. (2021). Pengaruh pembatasan penggunaan smartphone terhadap prestasi belajar santri putri di pondok pesantren.
- Anderson, J., & Rainie, L. (2018). *The future of well-being in a tech-saturated world*.
- Azra, A. (2018). *Pesantren and modernity: Religious education in Indonesia*. International Institute of Islamic Thought. https://doi.org/10.1007/978-3-319-64683-1_32
- Darmawan, D. (2012). *Pendidikan teknologi informasi dan komunikasi*. Remaja Rosdakarya.
- Djamas, N. (2020). Penggunaan gadget di pesantren: Tantangan dan peluang. *Jurnal Pendidikan Islam*, 9(2), 145–160.
- Fauzan, A. (2020). Kebijakan pembatasan gadget dan dampaknya terhadap prestasi belajar santri di pesantren.
- Fuadi, S. I., Raharjo, R., Ikhrom, I., & Zulfa, L. N. (2026). Narrating curriculum transformation in Islamic boarding school: Integrating tradition and digital practices in Islamic boarding school education. *International Journal of Educational Narratives*, 4(2), 405–413. <https://doi.org/10.70177/ijen.v4i2.3477>
- Jalilah, S. R. (2022). Analisis dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan fisik dan perubahan perilaku pada anak sekolah dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 32. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.1716>
- Lestari, D. (2023). Efektivitas regulasi gadget terhadap disiplin dan prestasi belajar santri putri.
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia learning*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511811678>
- Mujib, A. (2010). *Ilmu pendidikan Islam*. Kencana.
- Mulyasa, E. (2011). *Manajemen pendidikan karakter*. Bumi Aksara.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2013). *Organizational behavior* (15th ed.). Pearson Education.
- Shidiq, N. (2020). *Dinamika pesantren: Pergulatan demokrasi dan tradisi*. LP3M UNSIQ Press.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Syah, M. (2017). *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru*. Remaja Rosdakarya.
- Takdir, M. (2018). *Modernisasi kurikulum pondok pesantren*. IRCiSoD.
- Watson, J. B. (1930). *Behaviorism*. Norton.
- Yuberti. (2015). *Dinamika teknologi dalam pendidikan*. Alfabeta.