

PAPARAN MEDIA DIGITAL BERMUATAN SEKSUAL TERKAIT DENGAN TINGKAT FOKUS BELAJAR PADA SISWA/I SMPN 3 NGULING

Mistakul Ula¹, Kurnia Laksana²

mdhika63@gmail.com¹, mr.kurnialaksana@gmail.com²

STIKES Maharani Malang

ABSTRAK

Paparan media digital pada remaja semakin meningkat seiring berkembangnya teknologi dan penggunaan internet. Media digital tidak hanya memberikan manfaat edukatif, tetapi juga memungkinkan remaja terpapar konten bermuatan seksual yang berpotensi memengaruhi aspek kognitif, khususnya fokus belajar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan fokus belajar siswa SMPN 3 Nguling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan metode cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 280 siswa kelas VII dan VIII SMPN 3 Nguling. Sampel sebanyak 161 responden ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan teknik simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji Spearman's Rho. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan dan kuat antara paparan media digital bermuatan seksual dengan fokus belajar siswa ($p = 0,000$; $r = -0,686$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa paparan media digital bermuatan seksual berhubungan erat dengan menurunnya kemampuan konsentrasi, retensi informasi, dan perhatian siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan temuan ini, disarankan bagi orang tua untuk memperketat pengawasan digital, serta bagi pihak sekolah untuk mengintegrasikan literasi digital sehat dalam kurikulum. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menguji variabel intervensi lain seperti peran kontrol diri siswa.

Kata Kunci: Paparan Media Digital, Konten Seksual Digital, Fokus Belajar, Remaja.

ABSTRACT

Exposure to digital media in adolescents continues to increase along with the development of technology and internet use. Digital media not only provides educational benefits but also exposes adolescents to sexually explicit content that may affect cognitive aspects, particularly learning focus. The present study aimed to analyze the relationship between exposure to sexually explicit digital media and learning focus among students at SMPN 3 Nguling. The present study employed a quantitative approach with an analytical correlational design and a cross-sectional method. The population consisted of 280 seventh and eighth grade students at SMPN 3 Nguling. A sample of 161 respondents was determined using the Slovin formula and selected through simple random sampling. Data were collected using questionnaires that had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using Spearman's Rho correlation test. The results showed a significant and strong negative relationship between exposure to sexually explicit digital media and students' learning focus ($p = 0.000$; $r = -0.686$). The higher the exposure to sexually explicit digital media, the lower the students' learning focus. This study concluded that exposure to digital media containing sexual content was associated with a decrease in students' concentration and attention abilities during the learning process. Based on these findings, it is recommended that parents enhance supervision over their children's digital activities, and schools should implement educational programs regarding the wise use of digital media. Future researchers are expected to explore other variables or interventions that can mitigate the negative impacts of such exposure on student academic performance.

Keywords: Digital Media Exposure, Sexually Explicit Content, Learning Focus, Adolescents.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital pada era globalisasi telah membawa perubahan besar dalam kehidupan sosial, komunikasi, serta pola belajar remaja. Media sosial, platform berbagi video, permainan daring, dan aplikasi pesan instan kini menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari generasi muda. Remaja usia sekolah merupakan kelompok yang paling aktif menggunakan media digital karena berada pada fase eksplorasi identitas dan kebutuhan akan interaksi sosial. Namun, keterbukaan akses internet juga meningkatkan kemungkinan terpaparnya remaja pada berbagai konten yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan psikologis mereka. Salah satu bentuk konten yang berisiko adalah konten bermuatan seksual yang tersebar luas melalui berbagai platform digital. Kondisi ini menjadikan media digital bukan hanya sarana edukatif, tetapi juga sumber paparan yang berpotensi menimbulkan dampak psikologis dan kognitif bagi remaja (Livingstone & Smith, 2014; Valkenburg & Peter, 2013). Oleh karena itu, permasalahan utama yang dikaji dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara tingkat paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar siswa SMP.

Proses pembelajaran pada remaja sangat dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam mempertahankan perhatian terhadap aktivitas belajar. Fokus belajar merupakan kemampuan individu untuk memusatkan perhatian secara berkelanjutan pada aktivitas pembelajaran serta mengabaikan distraksi yang tidak relevan dengan tugas akademik. Kemampuan ini memiliki peran yang sangat penting dalam proses pembelajaran karena berkaitan dengan pemahaman materi, daya ingat, serta keberhasilan akademik siswa. Remaja yang memiliki fokus belajar yang baik cenderung mampu mengikuti proses pembelajaran di kelas, memahami materi yang disampaikan oleh guru, serta menyelesaikan tugas akademik dengan baik. Sebaliknya, rendahnya fokus belajar dapat menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi pelajaran, menurunnya prestasi akademik, serta berkurangnya motivasi belajar (Santrock, 2021).

Secara global, paparan konten seksual daring pada remaja terjadi dalam proporsi yang signifikan. Berbagai penelitian internasional melaporkan bahwa sekitar 30% hingga 70% remaja pernah terpapar konten seksual melalui internet, baik secara sengaja maupun tidak sengaja (Valkenburg & Peter, 2013). Meta-analisis Madigan et al (2018) dalam JAMA Pediatrics menunjukkan bahwa hampir satu dari lima remaja menerima paparan seksual daring secara tidak diinginkan, sementara sebagian lainnya mengakses secara sukarela. Peter & Valkenburg (2016) juga menyimpulkan bahwa paparan pornografi internet merupakan fenomena yang cukup umum dan meningkat seiring pertambahan usia remaja. Studi lintas negara menunjukkan bahwa hampir setengah remaja melaporkan pernah melihat konten seksual melalui media sosial atau situs berbagi video. Tingginya aksesibilitas internet dan algoritma media sosial yang merekomendasikan konten berbasis preferensi pengguna semakin memperbesar peluang paparan berulang. Fakta ini menunjukkan bahwa paparan media seksual digital merupakan fenomena global yang sistemik, bukan kejadian yang bersifat insidental.

Berdasarkan konteks di Indonesia, penetrasi internet pada kelompok usia 13–18 tahun menunjukkan bahwa 98,2%, remaja sebagai kelompok pengguna internet tertinggi (APJII, 2023). Data nasional juga menunjukkan bahwa sebagian anak dan remaja usia 10–17 tahun pernah mengakses konten negatif, termasuk pornografi, baik secara sengaja maupun tidak sengaja (Kementerian Komunikasi dan Informatika RI, 2023). Di tingkat regional, penetrasi internet di provinsi Jawa Timur bahkan dilaporkan mencapai sekitar 89,11% pada tahun 2025, angka tersebut lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional dan menunjukkan bahwa mayoritas penduduk di Jawa Timur telah memiliki akses terhadap internet (Diskominfo Jawa Timur, 2025). Tingginya penetrasi akses internet ini menunjukkan bahwa hampir sebagian besar remaja di Jawa Timur memiliki kesempatan yang sama untuk terhubung dengan konten

digital secara intensif, sehingga membuka peluang besar bagi paparan berbagai jenis konten online termasuk konten bermuatan seksual. Faktor ini diperkuat oleh penggunaan telepon pintar pribadi dan tingkat penggunaan media sosial yang tinggi di kalangan remaja, yang secara tidak langsung turut berkontribusi terhadap meningkatnya potensi paparan konten digital yang tidak sesuai dengan perkembangan usia.

Secara konseptual, paparan konten seksual digital memiliki implikasi yang melampaui pembentukan sikap atau perilaku seksual. Differential Susceptibility to Media Effects Model menjelaskan bahwa remaja memiliki kerentanan khusus terhadap efek media karena faktor perkembangan kognitif dan emosional yang belum matang (Valkenburg & Peter, 2013). Konten seksual bersifat visual, emosional, dan overstimulatif sehingga mampu menarik perhatian secara cepat dan intens. Owens et al (2012) menjelaskan bahwa paparan pornografi internet dapat memengaruhi regulasi diri dan proses atensi pada remaja. Ketika paparan terjadi berulang, sistem kognitif remaja cenderung terbiasa dengan stimulus instan yang kuat. Akibatnya, kemampuan mempertahankan perhatian pada aktivitas yang memerlukan konsentrasi berkelanjutan, seperti pembelajaran di kelas, dapat terganggu. Dengan demikian, secara kronologis terdapat hubungan rasional antara paparan media digital bermuatan seksual dan kemungkinan penurunan fokus belajar.

Paparan media digital bermuatan seksual tidak dapat dipandang sebagai fenomena yang netral. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa konsumsi konten seksual secara berulang dapat mempengaruhi sikap, persepsi, serta fungsi kognitif remaja (Peter & Valkenburg, 2016). Konten seksual bersifat menarik secara visual dan emosional, sehingga berpotensi menimbulkan distraksi perhatian, menurunkan konsentrasi, serta mengganggu fokus belajar remaja (Madigan et al., 2019). Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan media digital yang tidak terkontrol berkaitan dengan kesulitan berkonsentrasi di kelas, menurunnya perhatian terhadap materi pembelajaran, serta berkurangnya motivasi belajar. Ketika paparan media digital melibatkan konten seksual, gangguan fokus cenderung lebih kuat karena konten tersebut memicu respons emosional dan kognitif yang intens (Owens et al., 2012; Twenge & Campbell, 2018).

Beberapa temuan penelitian di Indonesia menyatakan bahwa paparan pornografi berhubungan dengan gangguan atensi dan kesulitan berkonsentrasi dalam belajar pada remaja. Sebagai contoh, studi skrining adiksi pornografi pada siswa SMP dan SMA menunjukkan bahwa kecanduan pornografi dapat berdampak pada konsentrasi akademik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 3 Nguling pada hari Jumat, 13 Februari 2026, melalui wawancara terhadap 10 siswa dan 1 guru Bimbingan Konseling (BK), diperoleh data bahwa 7 dari 10 siswa mengaku pernah terpapar media digital bermuatan seksual. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengalaman paparan terhadap konten yang mengandung unsur seksual melalui perangkat digital seperti handphone. Paparan tersebut umumnya terjadi baik secara tidak sengaja maupun karena rasa ingin tahu yang tinggi pada usia remaja, yang secara perkembangan berada pada fase eksplorasi identitas dan ketertarikan terhadap isu-isu seksual.

Guru Bimbingan Konseling (BK) menjelaskan bahwa konten bermuatan seksual tersebut banyak diperoleh siswa melalui tautan (link) yang berasal dari media sosial dan kemudian disebarkan kepada teman sebaya. Tautan tersebut dibagikan melalui fitur pesan pribadi maupun grup pertemanan, yang selanjutnya mengarahkan siswa pada konten tertentu di platform digital. Kondisi ini menunjukkan bahwa media digital, khususnya media sosial, tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi dan hiburan, tetapi juga berpotensi menjadi jalur distribusi konten yang kurang sesuai dengan usia siswa.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa rata-rata siswa mulai memiliki handphone pribadi pada usia sekitar 10–11 tahun. Usia tersebut termasuk dalam fase akhir masa kanak-kanak menuju remaja awal, dimana kemampuan kontrol diri dan

literasi digital belum berkembang secara optimal. Kepemilikan perangkat pribadi pada usia yang relatif dini tanpa pendampingan dan pengawasan yang memadai dapat meningkatkan risiko paparan terhadap konten yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 siswa, sebanyak 7 siswa menyatakan bahwa paparan media digital bermuatan seksual berhubungan dengan tingkat fokus belajar. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa setelah melihat konten tersebut, mereka merasa terganggu, sulit berkonsentrasi saat pembelajaran berlangsung, serta terkadang teringat kembali pada konten yang telah dilihat. Pernyataan ini menunjukkan adanya keterkaitan antara paparan media digital seksual dengan penurunan konsentrasi dan perhatian siswa selama proses pembelajaran di kelas.

Secara keseluruhan, hasil studi pendahuluan ini mengindikasikan bahwa paparan media digital bermuatan seksual merupakan fenomena yang nyata terjadi pada siswa SMP, dengan akses yang dimulai sejak usia dini dan berpotensi berdampak pada aspek akademik, khususnya tingkat fokus belajar. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar siswa menjadi penting untuk dilakukan.

Berbagai upaya preventif seperti literasi digital, pembatasan penggunaan gadget di sekolah, dan edukasi kepada orang tua telah dilakukan untuk meminimalkan dampak negatif media digital. Namun, intervensi tersebut umumnya masih bersifat umum dan belum didasarkan pada data empiris yang secara spesifik mengukur kekuatan hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dan fokus belajar siswa. Tanpa data kuantitatif yang jelas, strategi pencegahan berisiko tidak tepat sasaran.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas penggunaan media digital pada remaja, kajian yang secara khusus menguji hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar pada siswa sekolah menengah pertama masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menitikberatkan pada dampak paparan media digital terhadap perilaku seksual, kesehatan mental, atau aspek moral remaja, sedangkan kajian yang mengaitkannya secara langsung dengan aspek akademik, khususnya fokus belajar di lingkungan sekolah, belum banyak dilakukan. Selain itu, penelitian terdahulu umumnya menggunakan populasi remaja secara umum atau siswa sekolah menengah atas, sehingga belum secara spesifik mengkaji kelompok usia remaja awal yang berada pada fase transisi perkembangan dengan kontrol diri yang belum optimal.

Penelitian ini memiliki perbedaan dan nilai kebaruan karena secara spesifik meneliti siswa tingkat SMP, yang sebagian besar telah memiliki handphone pribadi sejak usia 10–11 tahun, serta mengaitkan paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar sebagai variabel akademik yang terukur. Penelitian ini juga dilakukan pada konteks lokal, yaitu di SMPN 3 Nguling, sehingga memberikan gambaran empiris berdasarkan kondisi nyata di lingkungan sekolah tersebut. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berfokus pada aspek perilaku atau psikososial, tetapi juga menyoroti dampak paparan media digital bermuatan seksual terhadap konsentrasi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar pada siswa/i SMPN 3 Nguling.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasi dan metode cross sectional.

Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMPN 3 Nguling dengan jumlah siswa kelas VII adalah 140 orang, dan kelas VIII adalah 140 orang. Jadi total populasi adalah 280 remaja.

Sampel

Jumlah populasi dalam penelitian ini mencakup semua siswa siswi kelas VII dan VIII SMPN 3 Nguling yang total keseluruhan adalah 280 remaja. Namun, setelah dilakukan studi pendahuluan terhadap 10 siswa, jumlah populasi yang dapat dijadikan responden dalam penelitian ini menjadi 270 siswa, karena 10 siswa yang terlibat dalam studi pendahuluan tidak diikutsertakan kembali sebagai responden penelitian. Penentuan besar sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (margin of error) sebesar 5% (0,05).

Rumus Slovin:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Total populasi

e = Tingkat kesalahan

Perhitungan:

$$n = \frac{270}{1 + 270(0,05)^2}$$

$$n = \frac{270}{1 + 270(0,0025)}$$

$$n = \frac{270}{1 + 0,675}$$

$$n = \frac{270}{1,675}$$

$$n = 161,19$$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka diperoleh jumlah sampel sebesar 161,19 dan jika dibulatkan menjadi 161 responden.

Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden. Teknik ini dipilih karena populasi penelitian dianggap relatif homogen, sehingga tidak diperlukan pembagian berdasarkan strata tertentu. Selain itu, penggunaan simple random sampling bertujuan untuk meminimalkan bias dalam pemilihan sampel serta meningkatkan objektivitas penelitian.

1. Kriteria Inklusi

- Siswa kelas VII dan VIII yang masih aktif di SMPN 3 Nguling
- Bersedia menjadi responden
- Siswa dengan rentan usia 12-16 tahun

2. Kriteria Eksklusi

- Siswa yang tidak hadir saat pengambilan data
- Siswa yang mengisi kuesioner tidak lengkap

Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini melibatkan dua variabel utama, yaitu:

1. Variabel Independen (X)

Paparan Media Digital Bermuatan Seksual (X), yaitu tingkat keterpaparan siswa terhadap konten bermuatan seksual yang diakses melalui media digital, baik secara sengaja maupun tidak sengaja. Paparan ini meliputi frekuensi, durasi, serta intensitas akses terhadap

konten seksual melalui media sosial, internet, maupun platform digital lainnya yang diduga dapat memengaruhi proses konsentrasi dan fokus belajar siswa.

2. Variabel Dependen (Y)

Fokus Belajar (Y), yaitu kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian, mempertahankan konsentrasi, serta menghindari distraksi selama proses pembelajaran berlangsung. Fokus belajar dalam penelitian ini diukur berdasarkan tingkat perhatian siswa saat mengikuti kegiatan belajar, baik di dalam kelas maupun saat belajar mandiri.

Definisi Operasional

Tabel 1

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Data	Kategori
1.	Variabel independen (X) : Paparan media digital bermuatan seksual	Tingkat keterpaparan siswa terhadap konten bermuatan seksual yang diakses melalui media digital, baik sengaja maupun tidak sengaja, yang diduga dapat memengaruhi konsentrasi dan fokus belajar	Kuesioner skala likert 1-4	Ordinal	Rendah: 10-30 Sedang: 31-40 Tinggi: 41-60
2.	Variabel dependen (Y) : Fokus belajar	Kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian, mempertahankan konsentrasi, serta menghindari distraksi selama proses pembelajaran	Kuesioner skala likert 1-4	Ordinal	Rendah: 10-30 Sedang: 31-40 Tinggi: 41-60

Instrumen Penelitian

Informed Consent

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan informed consent sebagai bentuk persetujuan yang diberikan kepada responden sebelum pengisian kuesioner dilakukan. Informed consent tersebut berisi penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pelaksanaan, hak dan kewajiban responden, serta jaminan kerahasiaan data pribadi. Responden diberikan kebebasan untuk memutuskan kesediaannya berpartisipasi tanpa adanya unsur paksaan, serta memiliki hak untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi. Penerapan informed consent ini dilakukan untuk memastikan bahwa penelitian tetap memenuhi prinsip etika penelitian dan melindungi hak-hak responden.

Data Demografi

Kuesioner data demografi disusun untuk mengidentifikasi karakteristik responden dalam penelitian ini. Data yang dikumpulkan meliputi inisial nama, usia, jenis kelamin, kelas (VII atau VIII), serta lama penggunaan gadget sehari-hari. Pengumpulan data demografi ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai profil responden yang berpartisipasi dalam penelitian.

Instrumen

Alat atau instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan kajian teori yang relevan dengan variabel paparan media digital bermuatan seksual dan fokus belajar. Penyusunan instrumen dilakukan dengan mengacu pada aspek-aspek teoritis dari masing-masing variabel, kemudian dikembangkan menjadi butir-butir pernyataan yang sesuai dengan karakteristik responden siswa SMP.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari sejumlah pernyataan yang mewakili indikator pada setiap variabel. Seluruh item pernyataan menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KK), dan Tidak Pernah (TP).

Dalam penelitian ini, pemberian skor pada setiap pilihan jawaban adalah sebagai berikut: Selalu (SL) diberikan skor 4, Sering (SR) diberikan skor 3, Kadang-kadang (KK) diberikan skor 2, dan Tidak Pernah (TP) diberikan skor 1. Skor yang diperoleh responden kemudian dijumlahkan untuk mengetahui tingkat paparan media digital bermuatan seksual dan tingkat fokus belajar.

Sebelum digunakan dalam penelitian, kuesioner terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS sebelum instrumen digunakan dalam penelitian untuk memastikan bahwa instrumen layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Pada analisis data, total skor masing-masing responden diperoleh dengan menjumlahkan skor dari setiap butir pertanyaan pada masing-masing variabel. Pada kuesioner paparan media digital bermuatan seksual yang terdiri dari 15 pernyataan dengan skala 4 poin (4 = Selalu, 3 = Sering, 2 = Kadang-kadang, 1 = Tidak Pernah), skor tertinggi yang dapat diperoleh adalah 60 dan skor terendah adalah 10. Semakin tinggi total skor yang diperoleh responden, maka semakin tinggi tingkat paparan media digital bermuatan seksual. Selanjutnya, skor responden dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu tinggi dengan rentang skor 41-60, sedang dengan rentang skor 31-40, dan rendah dengan rentang skor 10-30.

Sedangkan pada kuesioner fokus belajar yang juga terdiri dari 17 pernyataan dengan skala penilaian yang sama, skor tertinggi adalah 60 dan skor terendah adalah 10. Semakin tinggi skor yang diperoleh responden, maka semakin baik tingkat fokus belajar siswa. Skor selanjutnya dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu tinggi dengan rentang skor 41-60, sedang dengan rentang skor 31-40, dan rendah dengan rentang skor 10-30.

Uji Validitas Dan Reliabilitas

Instrumen penelitian yang digunakan dalam bentuk kuesioner perlu melalui tahap uji validitas dan reliabilitas sebelum dinyatakan layak digunakan. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana setiap butir pertanyaan mampu mengukur variabel yang diteliti secara tepat.

Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan untuk menilai tingkat konsistensi jawaban responden terhadap instrumen penelitian. Uji ini bertujuan untuk memastikan bahwa kuesioner memberikan hasil yang stabil dan dapat dipercaya apabila digunakan dalam pengukuran variabel yang sama.

1. Uji Validitas

Nilai r tabel dengan $n = 30$ adalah sebesar 0,361. Kriteria pengujian:

- a. Jika nilai r hitung $> r$ tabel maka item dinyatakan valid
- b. Jika nilai r hitung $< r$ tabel maka item dinyatakan tidak valid

Tabel 2

Item	r hitung	r tabel	Kesimpulan
X.1	0,577	0,361	Valid
X.2	0,269	0,361	Tidak Valid
X.3	0,599	0,361	Valid
X.4	0,754	0,361	Valid
X.5	0,720	0,361	Valid
X.6	0,081	0,361	Tidak Valid
X.7	0,501	0,361	Valid
X.8	0,662	0,361	Valid
X.9	0,251	0,361	Tidak Valid
X.10	0,305	0,361	Tidak Valid
X.11	0,669	0,361	Valid
X.12	0,703	0,361	Valid
X.13	0,713	0,361	Valid
X.14	0,745	0,361	Valid
X.15	0,813	0,361	Valid
X.16	0,581	0,361	Valid
X.17	0,353	0,361	Tidak Valid
X.18	0,418	0,361	Valid
X.19	0,497	0,361	Valid
X.20	0,416	0,361	Valid

Tabel di atas menunjukkan bahwa pada variabel X, terdapat 15 pernyataan yang valid yaitu nomor 1, 3, 4, 5, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, dan 20. Hal ini ditunjukkan dengan nilai r hitung untuk setiap pernyataan tersebut $>$ r tabel. Sedangkan sisanya sebanyak 5 pernyataan lainnya dinyatakan tidak valid, hal ini ditunjukkan dengan nilai r hitung $<$ r tabel.

Hasil Uji Validitas Variabel Y

Tabel 3

Item	r hitung	r tabel	Kesimpulan
Y.1	0,286	0,361	Tidak Valid
Y.2	0,432	0,361	Valid
Y.3	0,231	0,361	Tidak Valid
Y.4	0,416	0,361	Valid
Y.5	0,462	0,361	Valid
Y.6	0,533	0,361	Valid
Y.7	0,425	0,361	Valid
Y.8	0,595	0,361	Valid
Y.9	0,617	0,361	Valid
Y.10	0,297	0,361	Tidak Valid
Y.11	0,710	0,361	Valid
Y.12	0,799	0,361	Valid
Y.13	0,384	0,361	Valid
Y.14	0,609	0,361	Valid
Y.15	0,586	0,361	Valid
Y.16	0,491	0,361	Valid
Y.17	0,701	0,361	Valid
Y.18	0,499	0,361	Valid
Y.19	0,590	0,361	Valid
Y.20	0,443	0,361	Valid

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 17 item pernyataan yang valid, yaitu nomor 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11–20. Hal ini ditunjukkan dengan nilai r hitung untuk setiap pernyataan tersebut $>$ r tabel. Sisanya sebanyak 3 pernyataan lainnya dinyatakan tidak valid yang ditunjukkan dengan nilai r hitung $<$ r tabel.

2. Uji Reliabilitas

Tabel 4

Variabel	Cronbach's alpha	Kesimpulan
X	0,870	Sangat Reliabel
Y	0,840	Sangat Reliabel

Hasil uji reliabilitas pada Tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel X dan Y memiliki nilai cronbach's alpha $>$ 0,60 maka dapat disimpulkan bahwa pertanyaan pada variabel-variabel tersebut dinyatakan sangat reliabel

Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner terstruktur yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Instrumen penelitian disusun berdasarkan variabel yang diteliti, yaitu paparan media digital bermuatan seksual sebagai variabel independen dan fokus belajar sebagai variabel dependen. Kuesioner disebarkan kepada siswa di SMPN 3 Nguling yang memenuhi kriteria inklusi penelitian.

Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta persetujuan partisipasi (informed consent). Responden mengisi kuesioner secara mandiri dengan pendampingan dari peneliti untuk memastikan setiap pernyataan dipahami dengan jelas serta meminimalkan terjadinya kesalahpahaman dalam menjawab pertanyaan. Data yang telah terkumpul selanjutnya dilakukan proses editing, coding, dan tabulasi. Seluruh data kemudian dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) untuk mengetahui hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar siswa.

Pengelolaan Data

1. Pengecekan Kuesioner (Editing)

Peneliti melakukan pengecekan terhadap seluruh kuesioner yang telah diisi oleh responden untuk memastikan bahwa setiap item telah terjawab secara lengkap, tulisan dapat terbaca dengan jelas, serta pengisian telah sesuai dengan instruksi yang diberikan sebelumnya.

2. Coding

Coding merupakan proses pemberian kode numerik (angka) pada data yang memiliki beberapa kategori. Pada tahap ini, data yang semula berbentuk huruf atau pilihan jawaban diubah menjadi bentuk angka agar lebih mudah diolah dan dianalisis. Kode-kode tersebut kemudian dimasukkan ke dalam lembar kerja untuk mempermudah proses pengolahan data.

1) Karakteristik Responden

- a. Karakteristik responden berdasarkan umur, 12 tahun diberi kode 1, 13 tahun diberi kode 2, 14 tahun diberi kode 3, 15 tahun diberi kode 4, 16 tahun diberi kode 5.
- b. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, laki-laki diberi kode 1 dan perempuan diberi kode 2.
- c. Karakteristik responden berdasarkan kelas, kelas VII diberi kode 1 dan kelas VIII diberi kode 2.
- d. Karakteristik responden berdasarkan lama penggunaan media digital per hari, <1 jam diberi kode 1, 1–3 jam diberi kode 2, 4–6 jam diberi kode 3, dan >6 jam diberi kode 4.

Entry Data

Setelah tahap pengkodean selesai dilakukan, data yang telah diberi kode kemudian diinput ke dalam perangkat lunak pengolah data statistik, seperti SPSS dan Microsoft Excel. Proses input dilakukan dengan menyesuaikan pengaturan berdasarkan variabel penelitian serta nomor item yang telah ditentukan agar mempermudah proses analisis selanjutnya.

4. Cleaning

Peneliti melakukan pengecekan ulang terhadap data yang telah diinput untuk memastikan tidak terjadi kesalahan pengetikan, duplikasi data, maupun ketidaksesuaian nilai dengan kode yang telah ditetapkan sebelumnya.

5. Scoring

Peneliti memberikan skor pada masing-masing variabel berdasarkan jenis data dan bentuk pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner. Proses pemberian skor dalam penelitian ini dilakukan sebagai berikut:

1) Paparan Media Digital Bermuatan Seksual (X)

Pengukuran variabel paparan media digital bermuatan seksual dilakukan menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban. Penilaian (kode) dari setiap jawaban ditetapkan sebagai berikut:

- a. Tidak Pernah (TP) = skor 1
- b. Kadang-kadang (KK) = skor 2
- c. Sering (SR) = skor 3
- d. Selalu (SL) = skor 4

Jumlah total skor paparan media digital bermuatan seksual diperoleh dari penjumlahan seluruh item pertanyaan. Semakin tinggi skor yang diperoleh responden, maka semakin tinggi tingkat paparan media digital bermuatan seksual.

2) Fokus Belajar (Y)

Pengukuran variabel fokus belajar juga menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban. Penilaian (kode) dari setiap jawaban ditetapkan sebagai berikut:

- a. Tidak Pernah (TP) = skor 1
- b. Kadang-kadang (KK) = skor 2
- c. Sering (SR) = skor 3
- d. Selalu (SL) = skor 4

Jumlah total skor fokus belajar diperoleh dari penjumlahan seluruh item pertanyaan. Semakin tinggi skor yang diperoleh responden, maka semakin baik tingkat fokus belajar siswa.

6. Tabulation

Proses pengolahan data dilakukan setelah tahap editing dan coding selesai dilaksanakan. Pada tahap ini, data dikelompokkan dan disusun sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan. Hasil data kemudian berupa nilai atau skor, dimana responden yang memperoleh nilai di atas rata-rata dikategorikan baik, sedangkan responden dengan nilai di bawah rata-rata dikategorikan kurang baik.

Analisis Data

Pada penelitian ini, analisa data dilakukan setelah data terkumpul dan melalui proses pengolahan data. Proses analisa dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 tahap, sebagai berikut :

Analisa Univariat

Pada penelitian ini, analisa univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan presentase dari :

1. Karakteristik responden meliputi usia siswa/i, jenis kelamin siswa/i, kelas, dan lama penggunaan gadget pada siswa/i SMP Negeri 3 Nguling.
2. Variabel Independen : gambaran paparan media digital bermuatan seksual dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah.
3. Variabel Dependen : gambaran tingkat fokus belajar dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah.

Kemudian data tersebut akan ditampilkan dalam bentuk tab dan diinterpretasikan berdasarkan hasil yang muncul (presentase)

Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini dua variabel berskala ordinal, maka uji statistik yang digunakan adalah Spearman Rho'. Dasar pengambilan keputusan ini sebagai berikut :

1. Jika $p\text{-value} \leq 0,05$ maka H_1 , diterima (ada hubungan yang signifikan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar).

Etika Penelitian

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan kelaikan etik yang dibuktikan melalui surat dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Noor Huda Mustofa (UNHM) dengan nomor NO: 3172/KEPK/UNIV-NHM/EC/III/2026. Penelitian ini dinyatakan layak etik pada tanggal 19 Maret 2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan penelitian tentang hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar pada siswa/siswi SMP Negeri 3 Nguling, akan dibahas dalam bab ini.

Paparan Media Digital Bermuatan Seksual Pada Siswa/I SMP Negeri 3 Nguling

Berdasarkan hasil penelitian di SMPN 3 Nguling dengan jumlah 161 responden, diketahui bahwa hampir setengah responden yaitu 79 siswa (49,1%) berada pada kategori paparan media digital bermuatan seksual tinggi. Sementara itu, 45 responden (28,0%) berada pada kategori paparan media rendah dan 37 responden (23,0%) berada pada paparan sedang. Terkait durasi penggunaan media digital, mayoritas siswa menghabiskan waktu 4-6 jam per hari (44,7%) atau lebih dari 6 jam per hari (29,8%), sementara hanya (1,2%) menggunakan kurang dari 1 jam per hari. Karakteristik responden mencakup dominasi usia 13 (37,9%) dan 14 (37,9%) tahun, jenis kelamin laki-laki (63,4%), serta siswa kelas VIII (55,9%). Data ini mengindikasikan bahwa remaja awal dengan durasi penggunaan media digital yang intensif merupakan kelompok dominan dalam studi ini.

Hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori Differential Susceptibility to Media Effects Model (DSMM) Valkenburg & Peter (2013) bahwa efek media dipengaruhi oleh kerentanan individu yang meliputi dispositional susceptibility, developmental susceptibility, dan social susceptibility. Pada dispositional susceptibility, karakteristik personal seperti jenis kelamin, rasa ingin tahu, dan minat individu dapat memengaruhi kecenderungan seseorang mengakses konten tertentu. Dalam penelitian ini, mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki, dimana remaja laki-laki cenderung memiliki tingkat sensation seeking dan rasa penasaran terhadap stimulus visual seksual yang lebih tinggi dibandingkan perempuan, sehingga lebih rentan terpapar media digital bermuatan seksual. Hal ini sejalan dengan penelitian Owens et al. (2012) yang menunjukkan bahwa remaja laki-laki lebih sering mengakses atau menerima konten seksual digital dibandingkan remaja perempuan.

Developmental susceptibility menjelaskan bahwa usia remaja awal merupakan fase perkembangan yang sangat rentan terhadap pengaruh media digital. Dalam penelitian ini mayoritas responden berusia 13-14 tahun yang termasuk kategori remaja awal. Menurut Santrock (2021) pada usia tersebut remaja mengalami peningkatan rasa ingin tahu terhadap identitas diri dan seksualitas, tetapi kemampuan regulasi diri, kontrol impuls, dan pengambilan keputusan belum berkembang secara optimal. Akibatnya, remaja lebih mudah tertarik pada stimulus visual dan emosional dari media digital, termasuk paparan konten bermuatan seksual.

Hasil penelitian ini juga berkaitan dengan tingginya durasi penggunaan gadget pada responden. Sebagian besar siswa menggunakan gadget selama 4-6 jam per hari (44,7%) dan lebih dari 6 jam per hari (29,8%). Menurut Rosen et al (2020) semakin lama durasi penggunaan media digital semakin besar kemungkinan individu menerima berbagai stimulus digital, termasuk konten yang tidak sesuai dengan usia. Paparan media digital yang berlangsung dalam waktu lama menyebabkan remaja lebih sering berinteraksi dengan media sosial, video pendek, dan platform digital lainnya yang memiliki risiko menampilkan konten seksual melalui algoritma rekomendasi.

Social susceptibility juga turut berperan dalam meningkatkan paparan media digital bermuatan seksual pada remaja. Pada usia SMP, lingkungan pertemanan memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap perilaku penggunaan media digital. Remaja cenderung mengikuti trend penggunaan media sosial di kelompok sebaya agar dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut menyebabkan siswa lebih mudah menerima, melihat, atau membagikan konten digital tertentu, termasuk konten bermuatan seksual.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Madigan et al. (2018) yang menunjukkan bahwa remaja dengan intensitas penggunaan internet yang tinggi memiliki risiko lebih besar menerima paparan seksual daring baik secara sengaja maupun tidak sengaja. Penelitian Taqwin et al. (2024) juga menemukan bahwa penggunaan media digital dalam durasi lama berkaitan dengan meningkatnya paparan konten pornografi pada remaja akibat tingginya aksesibilitas media digital dan lemahnya kontrol penggunaan gadget.

Peneliti berpendapat bahwa tingginya paparan media digital bermuatan seksual pada siswa/i SMPN 3 Nguling dipengaruhi oleh kombinasi antara usia remaja awal, dominasi responden laki-laki, serta tingginya durasi penggunaan gadget. Pada usia 13-1 tahun, siswa sedang berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya rasa ingin tahu terhadap isu seksual dan lingkungan sosial sekitarnya. Akan tetapi, kemampuan kontrol diri dan kemampuan berpikir kritis siswa masih belum berkembang secara optimal sehingga mereka lebih mudah terdorong untuk melihat atau mencari konten seksual melalui media digital.

Peneliti juga berpendapat bahwa dominasi responden laki-laki dalam penelitian ini kemungkinan turut mempengaruhi tingginya tingkat paparan media digital bermuatan seksual. Remaja laki-laki cenderung lebih tertarik pada stimulus visual dan lebih aktif dalam eksplorasi media digital, terutama pada konten hiburan yang bersifat visual dan emosional. Kondisi tersebut menyebabkan remaja laki-laki rentan menerima paparan media digital bermuatan seksual.

Lamanya penggunaan gadget pada sebagian besar responden menunjukkan bahwa media digital telah menjadi bagian yang sangat dekat dengan kehidupan sehari-hari siswa. Penggunaan gadget selama 4-6 jam bahkan lebih dari 6 jam per hari memberikan peluang yang lebih besar bagi siswa untuk menerima berbagai konten digital secara terus-menerus. Jika penggunaan media digital tidak disertai pengawasan dan literasi digital yang baik, maka risiko paparan konten seksual digital pada remaja akan semakin meningkat.

Tingkat Fokus Belajar Siswa

Berdasarkan hasil penelitian di SMPN 3 Nguling, tingkat fokus belajar siswa menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 57 siswa (35,4%). Sementara itu, sebanyak 55 siswa (34,2%) berada pada kategori sedang, dan siswa yang berada pada kategori rendah sebanyak 49 siswa (30,4%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat fokus belajar siswa masih bervariasi dan belum seluruh siswa mampu mempertahankan fokus belajar secara optimal selama proses pembelajaran berlangsung.

Masih ditemukannya siswa dengan fokus belajar rendah menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian, mempertahankan konsentrasi, serta menghindari distraksi selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi keterlibatan siswa dalam proses belajar dan pemahaman terhadap materi pembelajaran.

Hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori perhatian (attention theory) oleh Goldstein (2014) bahwa perhatian merupakan proses kognitif yang memungkinkan individu memusatkan perhatian pada stimulus tertentu, mempertahankan konsentrasi, serta mengalokasikan sumber daya kognitif secara optimal selama proses belajar. Fokus belajar terjadi ketika individu mampu mengarahkan perhatian pada aktivitas pembelajaran dan mengabaikan stimulus lain yang dapat mengganggu proses berpikir.

Dalam konteks pembelajaran, perhatian memiliki peran penting karena menjadi dasar dalam proses penerimaan dan pengolahan informasi. Siswa yang mampu mempertahankan perhatian secara baik cenderung lebih mudah memahami materi, mengikuti instruksi guru, serta mengingat informasi yang dipelajari. Sebaliknya, ketika perhatian siswa mudah teralihkan, proses pembelajaran dapat menjadi kurang optimal karena informasi yang diterima tidak diproses secara mendalam.

Menurut Santrock (2021) pada masa remaja kemampuan pengendalian perhatian dan regulasi diri masih berada dalam tahap perkembangan. Remaja cenderung lebih mudah terdistraksi oleh stimulus yang dianggap menarik, terutama stimulus visual dan emosional. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih sulit mempertahankan konsentrasi dalam

aktivitas yang membutuhkan perhatian secara terus-menerus, termasuk kegiatan belajar di kelas.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rosen et al (2020) yang menjelaskan bahwa penggunaan media digital yang tinggi berkaitan dengan menurunnya kemampuan konsentrasi dan perhatian berkelanjutan pada remaja. Paparan stimulus digital yang cepat dan terus-menerus dapat membentuk pola perhatian jangka pendek sehingga remaja menjadi lebih mudah kehilangan fokus pada aktivitas belajar yang membutuhkan konsentrasi lebih lama.

Penelitian Twenge & Campbell (2018) juga menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media digital yang tinggi dapat menyebabkan remaja cepat merasa bosan dan sulit mempertahankan perhatian pada aktivitas akademik. Selain itu, Madigan et al (2019) menjelaskan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan berkaitan dengan meningkatnya distraksi perhatian dan menurunnya keterlibatan belajar pada remaja.

Adanya siswa dengan fokus belajar tinggi menunjukkan bahwa kemampuan perhatian setiap individu dapat berbeda. Dalam teori perhatian (attention theory) dijelaskan bahwa kemampuan memusatkan perhatian dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti motivasi belajar, pengendalian diri, kondisi emosional, lingkungan belajar, serta kemampuan individu dalam mengelola distraksi selama proses pembelajaran berlangsung.

Peneliti berpendapat bahwa tingkat fokus belajar tidak hanya berkaitan dengan kemampuan siswa untuk duduk diam dan memperhatikan guru, tetapi juga mencakup kemampuan mental siswa dalam mengendalikan pikiran, mengelola perhatian, serta mempertahankan konsentrasi dalam jangka waktu tertentu. Ketika siswa mengalami distraksi, baik yang berasal dari lingkungan maupun dari pikirannya sendiri, proses pemusatan perhatian terhadap pembelajaran dapat terganggu. Kondisi tersebut menyebabkan siswa lebih sulit memahami materi, mudah kehilangan konsentrasi, serta kurang terlibat aktif selama kegiatan pembelajaran berlangsung.

Peneliti juga berpendapat bahwa pada era digital saat ini remaja terbiasa menerima berbagai stimulus secara cepat dan terus-menerus melalui media digital. Kebiasaan tersebut dapat memengaruhi pola perhatian remaja sehingga mereka menjadi lebih terbiasa pada aktivitas yang memberikan rangsangan instan dibandingkan aktivitas belajar yang memerlukan perhatian berkelanjutan. Kondisi ini dapat menyebabkan siswa lebih cepat merasa bosan, sulit mempertahankan fokus, serta lebih mudah terdistraksi selama proses pembelajaran berlangsung.

Adanya siswa yang memiliki fokus belajar tinggi menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mampu mengendalikan perhatian dan mempertahankan konsentrasi dengan baik selama pembelajaran. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan fokus belajar dipengaruhi oleh faktor internal, seperti motivasi belajar, kedisiplinan, dan pengendalian diri, serta faktor eksternal, seperti dukungan keluarga, lingkungan sekolah, dan suasana belajar yang kondusif. Oleh karena itu, kemampuan fokus belajar pada remaja dapat berkembang secara optimal apabila siswa memperoleh dukungan lingkungan yang positif serta mampu mengelola penggunaan media digital secara bijak.

Hubungan Paparan Media Digital Bermuatan Seksual Dengan Tingkat Fokus Belajar

Berdasarkan hasil penelitian di SMPN 3 Nguling, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar siswa. Hasil uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 yang berarti nilai tersebut jauh dibawah ambang batas 0,05 ($0,000 < 0,005$). Selain itu, diperoleh nilai koefisien korelasi (Spearman's Rho) sebesar -0,686, yang bisa dikatakan adanya hubungan yang kuat dengan arah yang negative atau terbalik.

Hasil tabulasi silang juga menunjukkan bahwa pada kategori paparan media digital rendah, sebagian besar siswa memiliki fokus belajar tinggi yaitu sebanyak 34 responden (75,6%). Sebaliknya, pada kategori paparan media digital tinggi, sebagian besar siswa

memiliki fokus belajar rendah yaitu sebanyak 43 responden (54,4%), sedangkan hanya 3 responden (3,8%) yang memiliki fokus belajar tinggi. Data tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa peningkatan paparan media digital bermuatan seksual diikuti oleh menurunnya kemampuan fokus belajar pada siswa.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa paparan media digital bermuatan seksual memiliki keterkaitan dengan kemampuan siswa dalam mempertahankan perhatian selama proses pembelajaran berlangsung. Siswa dengan tingkat paparan yang lebih tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian, mempertahankan konsentrasi, serta menghindari distraksi selama kegiatan belajar.

Hasil penelitian ini dijelaskan melalui Differential Susceptibility to Media Effect Model (DSMM) yang dikemukakan oleh Valkenburg & Peter (2013) bahwa efek media tidak terjadi secara universal, melainkan dipengaruhi oleh karakteristik individu, tahap perkembangan, dan lingkungan sosial. Remaja sebagai kelompok usia yang masih berada pada tahap perkembangan memiliki tingkat kerentanan yang lebih tinggi terhadap pengaruh media digital, termasuk konten bermuatan seksual. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih mudah mengalami perubahan pada aspek kognitif, emosional, maupun perilaku setelah menerima paparan media digital secara terus-menerus.

Menurut teori DSMM, paparan media dapat menimbulkan media response states berupa respons kognitif, respons emosional, dan respons eksitasi. Respons kognitif berkaitan dengan perhatian, proses berpikir, serta pemrosesan informasi individu terhadap konten media. Dalam konteks penelitian ini, konten seksual digital yang bersifat visual, menarik, dan memberikan rangsangan emosional cenderung lebih mudah menarik perhatian remaja dibandingkan aktivitas belajar yang membutuhkan konsentrasi berkelanjutan. Akibatnya, sebagian sumber daya perhatian siswa lebih terfokus pada stimulus media digital tersebut sehingga kemampuan dalam mempertahankan fokus belajar menjadi menurun. Kondisi ini menunjukkan bahwa paparan media digital bermuatan seksual dapat mengganggu proses pemusatan perhatian siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung.

Respons emosional yang muncul akibat paparan media digital bermuatan seksual juga dapat memengaruhi konsentrasi belajar siswa. Konten seksual dapat menimbulkan rasa penasaran, imajinasi, maupun pikiran yang terus muncul kembali setelah individu menerima paparan media. Keadaan tersebut menyebabkan perhatian siswa menjadi lebih mudah teralihkan ketika mengikuti proses pembelajaran. Dalam situasi demikian, siswa mengalami kesulitan untuk memusatkan perhatian secara penuh terhadap materi pelajaran karena sebagian kapasitas perhatiannya telah tersita oleh stimulus digital yang sebelumnya diterima. Dengan demikian, paparan media digital bermuatan seksual tidak hanya memengaruhi aspek emosional siswa, tetapi juga berdampak pada kemampuan kognitif yang berkaitan dengan fokus dan konsentrasi belajar.

Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori perhatian (attention theory) oleh Goldstein (2014) bahwa perhatian merupakan kemampuan individu dalam memusatkan sumber daya kognitif pada stimulus tertentu serta mengabaikan stimulus lain yang tidak relevan. Individu memiliki kapasitas perhatian yang terbatas sehingga perhatian yang terfokus pada satu stimulus akan mengurangi kemampuan untuk memproses stimulus lainnya secara optimal. Dalam penelitian ini, siswa yang sering terpapar media digital bermuatan seksual cenderung lebih mudah terdistraksi oleh stimulus yang dianggap menarik dan memberikan rangsangan instan. Akibatnya, kemampuan siswa dalam mempertahankan perhatian terhadap kegiatan belajar menjadi menurun karena perhatian mereka lebih mudah teralihkan pada stimulus digital yang sebelumnya diterima.

Pendapat tersebut diperkuat oleh Santrock (2021) yang menjelaskan bahwa remaja awal masih berada pada tahap perkembangan regulasi diri dan pengendalian perhatian yang belum berkembang secara optimal. Pada masa remaja, individu cenderung lebih mudah tertarik pada

stimulus yang memberikan kesenangan instan dibandingkan aktivitas yang membutuhkan perhatian berkelanjutan dan pengendalian diri yang tinggi. Oleh karena itu, remaja menjadi kelompok yang lebih rentan mengalami gangguan fokus belajar akibat paparan media digital bermuatan seksual karena kemampuan dalam mengendalikan perhatian dan mengelola distraksi masih berada dalam tahap perkembangan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Owens et al (2012) yang menjelaskan bahwa konten seksual digital dapat menimbulkan distraksi kognitif dan mengganggu kemampuan konsentrasi remaja. Penelitian Madigan et al (2018) juga menunjukkan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan berkaitan dengan menurunnya keterlibatan akademik dan meningkatnya gangguan perhatian pada remaja. Selain itu, penelitian Taqwin et al (2024) menemukan bahwa paparan konten pornografi digital berhubungan dengan meningkatnya distraksi kognitif akibat overstimulasi visual media digital. Temuan-temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini bahwa paparan media digital bermuatan seksual dapat memengaruhi kemampuan perhatian dan fokus belajar siswa.

Peneliti berpendapat bahwa hubungan negatif yang kuat antara paparan media digital bermuatan seksual dengan fokus belajar menunjukkan bahwa konten seksual digital memiliki daya tarik perhatian yang sangat besar pada remaja. Pada usia remaja, siswa berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan tingginya rasa ingin tahu, ketertarikan terhadap hal baru, serta meningkatnya sensitivitas terhadap stimulus visual dan emosional. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih mudah memusatkan perhatian pada konten yang bersifat menarik dan memberikan rangsangan instan dibandingkan aktivitas belajar yang membutuhkan konsentrasi dalam waktu lama.

Peneliti juga berpendapat bahwa paparan media digital bermuatan seksual tidak hanya memengaruhi perhatian siswa saat sedang menggunakan media digital, tetapi juga dapat memengaruhi proses berpikir siswa setelah penggunaan media selesai. Konten seksual yang diterima melalui media digital dapat meninggalkan kesan visual dan emosional yang kuat sehingga memunculkan distraksi internal berupa pikiran, imajinasi, atau rasa penasaran yang terus muncul kembali saat siswa sedang belajar. Kondisi tersebut menyebabkan perhatian siswa menjadi tidak sepenuhnya terarah pada pembelajaran sehingga siswa lebih mudah kehilangan fokus selama proses belajar berlangsung.

Paparan media digital bermuatan seksual secara terus-menerus dapat membentuk pola perhatian remaja yang lebih terbiasa pada stimulus cepat, singkat, dan memberikan kepuasan instan. Akibatnya, aktivitas belajar yang membutuhkan perhatian berkelanjutan menjadi terasa lebih sulit dan membosankan bagi siswa. Siswa menjadi lebih mudah terdistraksi, kurang mampu mempertahankan konsentrasi dalam waktu lama, serta mengalami penurunan keterlibatan dalam kegiatan pembelajaran di kelas.

Peneliti juga berpendapat bahwa rendahnya kemampuan regulasi diri pada remaja turut memperkuat pengaruh paparan media digital terhadap fokus belajar. Pada masa remaja awal, kemampuan mengontrol perhatian dan mengelola distraksi masih belum berkembang secara optimal sehingga siswa lebih sulit membatasi stimulus digital yang diterima. Jika kondisi tersebut terjadi secara terus-menerus tanpa pengawasan dan kontrol penggunaan media digital yang baik, maka gangguan fokus belajar dapat semakin meningkat dan berpotensi memengaruhi kualitas belajar siswa dalam jangka panjang.

Dampak paparan media digital bermuatan seksual terhadap fokus belajar tidak selalu sama pada setiap siswa. Perbedaan kemampuan pengendalian diri, pola penggunaan media digital, dukungan keluarga, lingkungan sekolah, serta kebiasaan belajar dapat memengaruhi bagaimana siswa menerima dan merespons paparan media digital tersebut. Oleh karena itu, penguatan literasi digital, pengawasan penggunaan gadget, serta pembentukan kebiasaan belajar yang baik menjadi penting untuk membantu siswa mempertahankan fokus belajar di era digital saat ini.

Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyadari masih terdapat beberapa keterbatasan yang dapat memengaruhi hasil penelitian.

1. Pengukuran paparan media digital berdasarkan persepsi responden Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner untuk mengukur

tingkat paparan media digital bermuatan seksual. Oleh karena itu, data yang diperoleh sangat bergantung pada persepsi, ingatan, dan pemahaman responden terhadap pertanyaan yang diberikan. Kondisi ini memungkinkan terjadinya recall bias, yaitu responden mungkin lupa atau kurang menyadari frekuensi serta jenis paparan media digital yang pernah dialami. Selain itu, interpretasi setiap siswa terhadap konten bermuatan seksual juga dapat berbeda sehingga dapat memengaruhi hasil pengukuran variabel penelitian.

2. Topik Penelitian Bersifat Sensitif

Penelitian ini membahas paparan media digital bermuatan seksual yang termasuk topik sensitif pada usia remaja. Kondisi tersebut memungkinkan beberapa responden merasa malu, tidak nyaman, takut dinilai negatif, atau kurang terbuka dalam memberikan jawaban yang sebenarnya. Akibatnya, terdapat kemungkinan responden memberikan jawaban yang dianggap lebih aman atau sesuai norma sosial (social desirability bias), sehingga dapat memengaruhi objektivitas data yang diperoleh.

3. Desain Penelitian Cross-Sectional

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional sehingga pengambilan data hanya dilakukan pada satu waktu tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini hanya dapat menggambarkan hubungan antara paparan media digital bermuatan seksual dengan fokus belajar dan belum dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung. Selain itu, perubahan perilaku penggunaan media digital dan fokus belajar siswa dari waktu ke waktu tidak dapat diamati secara mendalam melalui desain penelitian ini.

KESIMPULAN

Berikut ini merupakan kesimpulan dari penelitian dan analisis tentang hubungan paparan media digital bermuatan seksual dengan tingkat fokus belajar pada siswa/I SMP Negeri 3 Nguling :

1. Sebagian besar siswa SMP Negeri 3 Nguling berada pada kategori paparan media digital bermuatan seksual tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa paparan konten bermuatan seksual telah menjadi fenomena yang sangat signifikan dan mendominasi di kalangan remaja sekolah tersebut.
2. Tingkat fokus belajar siswa menunjukkan persentase yang cukup berimbang dengan persentase tertinggi berada pada kategori tinggi. Meskipun kategori tinggi mendominasi, secara akumulatif masih terdapat siswa yang memiliki fokus belajar di tingkat rendah dan sedang, yang menandakan kemampuan konsentrasi belajar siswa secara keseluruhan masih perlu dioptimalkan.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dan kuat dengan arah negatif antara paparan media digital bermuatan seksual dan tingkat fokus belajar siswa. Temuan ini secara empiris membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat paparan media digital bermuatan seksual, semakin rendah tingkat fokus belajar siswa. Hasil tersebut menegaskan urgensi pengendalian durasi penggunaan media digital serta penguatan literasi digital sebagai intervensi strategis untuk mempertahankan kualitas fokus belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2023). Laporan survei penetrasi dan perilaku internet Indonesia 2023
- Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Jawa Timur. (2025). Data statistik penetrasi internet

- Provinsi Jawa Timur tahun 2025. Diskominfo Jawa Timur.
- George, M. J., Russell, M. A., Piontak, J. R., & Odgers, C. L. (2018). Concurrent and Subsequent Associations Between Daily Digital Technology Use and High-Risk Adolescents' Mental Health Symptoms. *Child Development*, 89(1), 78–88.
- Goldstein, E. B. (2014). *Cognitive Psychology: Connecting Mind, Research, and Everyday Experience* (4 ed.). Wadsworth Cengage Learning.
- Kaye, D. B. V., Chen, X., & Zeng, J. (2021). The co-evolution of two Chinese mobile short video apps: Parallel platformization of Douyin and TikTok. *Mobile Media & Communication*, 9(2), 229–253.
- Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). Annual Research Review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: the nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635–654.
- Livingstone, S., Mascheroni, G., & Staksrud, E. (2018). European research on children's internet use: Assessing the past and anticipating the future. *New Media & Society*, 20(3), 1103–1122.
- Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019). Association Between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. *JAMA Pediatrics*, 173(3), 244.
- Madigan, S., Ly, A., Rash, C. L., Van Ouytsel, J., & Temple, J. R. (2018). Prevalence of Multiple Forms of Sexting Behavior Among Youth: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 172(4), 327.
- Montag, C., Lachmann, B., Herrlich, M., & Zweig, K. (2019). Addictive Features of Social Media/Messenger Platforms and Freemium Games against the Background of Psychological and Economic Theories. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14), 2612.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018). Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 1—A Theoretical Framework and Application to Dyadic Peer Relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 267–294.
- Owens, E. W., Behun, R. J., Manning, J. C., & Reid, R. C. (2012). The Impact of Internet Pornography on Adolescents: A Review of the Research. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 19(1–2), 99–122.
- Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2016). Adolescents and Pornography: A Review of 20 Years of Research. *The Journal of Sex Research*, 53(4–5), 509–531.
- Rosen, Larry D., Author, C., L. Mark, & Author, C., Nancy A. (2020). *Rewired: Understanding the iGeneration and the Way They Learn*. Palgrave Macmillan.
- Santrock, John W. (2021). *Adolescence* (17 ed.). McGraw-Hill Education.
- Taqwin, T. (2024). Hubungan paparan konten pornografi digital dengan distraksi kognitif pada remaja. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Remaja*, 5(1), 45–53.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2013). The Differential Susceptibility to Media Effects Model: Differential Susceptibility to Media Effects Model. *Journal of Communication*, 63(2), 221–243.
- Valkenburg, P. M., & Piotrowski, J. T. (2018). *Plugged In: How Media Attract and Affect Youth*. Yale University Press.