Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi
JPST
E-ISSN : 2963-5373

Vol. 4 No. 4 (2025): Oktober-Desember Hal. 509-513
DOI: doi.org/10.47233/jpst.v4i3.3890

Rendahnya Konsentrasi Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran

Riris Setyasa Hermawati[a], Artika Chrissa Agustina[b] , Dina Nur Evitasari[c], Devlina Fatimah Munandar[d], Sri Suwartini[e]
[a] PGSD, FKIP, Universitas Widya Dharma Klaten, ririssetyasa@gmail.com
[b]PGSD, FKIP, Universitas Widya Dharma Klaten, chrissa057@mail.com
[c] PGSD, FKIP, Universitas Widya Dharma Klaten, dinanurevitasari@gmail.com
[d]PGSD, FKIP, Universitas Widya Dharma Klaten, devlinafatimah7@gmail.com
[e]PGSD, FKIP, Universitas Widya Dharma Klaten, sswartini66@gmail.com

Abstract
Concentration is a crucial aspect of the learning process, playing a significant role in students' success in understanding subject matter. Low levels of concentration can hinder information acquisition, decrease motivation, and negatively impact learning outcomes. This paper aims to identify factors influencing low student concentration, analyze their impact on material comprehension, and examine effective learning strategies to improve student concentration. Factors affecting concentration can be divided into two categories: internal factors such as health, interests, talents, and motivation, and external factors such as family circumstances, the school environment, and the community. The impacts of low concentration include difficulty understanding material, decreased critical thinking skills, and decreased motivation and self-confidence. To address these issues, educators need to implement varied and engaging learning strategies, such as the use of icebreakers and role-playing methods, to create a fun classroom atmosphere and support the achievement of optimal learning outcomes.
Keyword*: Concentration, learning, students, learning strategies, learning outcomes.*

Abstrak
Konsentrasi merupakan salah satu aspek penting dalam proses pembelajaran yang berperan besar terhadap keberhasilan peserta didik dalam memahami materi pelajaran. Rendahnya tingkat konsentrasi dapat menghambat proses penerimaan informasi, menurunkan motivasi, dan berdampak negatif pada hasil belajar. Penulisan makalah ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya konsentrasi peserta didik, menganalisis dampaknya terhadap pemahaman materi, serta mengkaji strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi peserta didik. Faktor-faktor yang memengaruhi konsentrasi terbagi menjadi dua, yaitu faktor internal seperti kesehatan, minat, bakat, dan motivasi, serta faktor eksternal seperti kondisi keluarga, lingkungan sekolah, dan masyarakat. Dampak dari konsentrasi yang rendah antara lain kesulitan dalam memahami materi, penurunan kemampuan berpikir kritis, serta menurunnya motivasi dan rasa percaya diri. Untuk mengatasi hal tersebut, pendidik perlu menerapkan strategi pembelajaran yang variatif dan menarik, seperti penggunaan ice breaking dan metode role playing, guna menciptakan suasana kelas yang menyenangkan dan mendukung tercapainya hasil belajar yang optimal.
Kata Kunci: Konsentrasi, pembelajaran, peserta didik, strategi pembelajaran, hasil belajar.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Belajar bukanlah hal yang asing dalam dunia pendidikan. Aktivitas ini telah menjadi kewajiban bagi setiap individu, baik anak-anak, orang dewasa, maupun orang tua. Di mana saja dan kapan saja, seseorang dapat melakukan kegiatan belajar selama ia memiliki kemauan yang kuat untuk memperluas pengetahuan (Andriana et al., 2023). Istilah belajar memiliki kaitan yang sangat erat dengan peserta didik, karena aktivitas ini merupakan bagian dari rutinitas mereka. Proses belajar tidak hanya berlangsung di lingkungan sekolah, tetapi juga dapat terjadi di masyarakat maupun secara mandiri di rumah. Saat ini, banyak peserta didik yang mengikuti berbagai bentuk bimbingan di luar sekolah, seperti les privat, kursus, atau program bimbingan belajar lainnya, guna memperkaya dan memperdalam pemahaman terhadap materi yang telah mereka pelajari. Keberhasilan dalam menjalani berbagai bentuk kegiatan belajar, baik di sekolah, di lingkungan masyarakat, maupun secara mandiri, sangat dipengaruhi oleh kemampuan peserta didik dalam menjaga konsentrasi. Tanpa

Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi
JPST
E-ISSN : 2963-5373
Vol. 4 No. 4 (2025): Oktober-Desember Hal. 509-513
DOI: doi.org/10.47233/jpst.v4i3.3890

konsentrasi yang memadai, proses penerimaan dan pengolahan informasi akan terhambat, sehingga tujuan pembelajaran sulit tercapai secara maksimal.

Konsentrasi merupakan kemampuan untuk memfokuskan perhatian sepenuhnya pada suatu masalah atau tugas yang sedang dikerjakan, dengan mengabaikan segala bentuk gangguan yang dapat mengalihkan fokus tersebut (Diana et al., 2019). Kemampuan untuk berkonsentrasi saat belajar sangat penting dalam setiap proses pembelajaran. Hal ini disebabkan karena konsentrasi merupakan salah satu faktor utama yang menunjang keberhasilan belajar peserta didik. Ketika peserta didik tidak mampu fokus selama pembelajaran berlangsung, hal tersebut akan merugikan diri mereka sendiri karena materi yang disampaikan tidak akan terserap dengan baik. Oleh karena itu, menjaga konsentrasi sebelum dan selama proses belajar menjadi hal yang perlu diperhatikan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal (Eva & Setiyaningsih, 2024). Oleh karena itu, keterampilan dalam menjaga dan melatih konsentrasi sangat penting, khususnya dalam situasi belajar yang dipenuhi berbagai sumber gangguan, baik yang berasal dari dalam diri seperti rasa lelah dan tekanan mental, maupun dari luar seperti suara berisik atau gangguan dari media sosial.

Berdasarkan pendapat (Junaedi Ifan, 2019) proses pembelajaran merupakan suatu usaha untuk membuat peserta didik dapat belajar. Pembelajaran dipahami sebagai rangkaian aktivitas antara guru dan peserta didik yang berlangsung secara timbal balik dalam suasana edukatif, dengan tujuan untuk mencapai hasil yang diharapkan. Jadi di dalam kegiatan pembelajaran, peserta didik perlu memiliki kemampuan konsentrasi agar dapat memahami materi yang disampaikan, baik berupa konsep, teori, maupun soal atau pertanyaan. Jika konsentrasi tidak terjaga selama proses pembelajaran berlangsung, maka peserta didik kemungkinan besar akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan soal-soal yang diberikan. Hal ini tentu akan berdampak pada rendahnya hasil belajar yang mereka kuasai.

METODE PENELITIAN

Penulisan artikel ini menggunakan metode literature review, yaitu proses dimana peneliti meletakan, mendapatkan, membaca, dan mengevaluasi literature penelitian yang berhubungan dengan persoalan yang akan diteliti. penelitian ini membahas mengenai rendahnya konsetrasi peserta didik dalam proses pembelajaran. pada tahap awal pencarian artikel jurnal, artikel yang digunakan berkaitan dengan " Rendahnya konsentrasi peserta didik dalam proses pembelajaran". Kajian literatur yang dilakukan bersumber dari Goole Scholar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Faktor yang mempengaruhi peserta didik memiliki konsentrasi rendah dalam pembelajaran

Konsentrasi belajar merupakan salah satu kunci penting dalam keberhasilan proses pembelajaran tanpa konsentrasi yang baik peserta didik akan kesulitan dalam memahami materi, mudah kehilangan fokus dan cepat merasa bosan. Kondisi tersebut dapat menghambat pencapaian dalam tujuan pembelajaran (Putra & Hefni, 2022). Oleh karena itu, penting untuk memahami berbagai faktor yang menyebabkan rendahnya konsentrasi peserta didik, antara lain :

1. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri. Beberapa hal yang termasuk dalam kategori ini antara lain :
   a. Kesehatan
      Kondisi fisik dan mental yang baik serta terbebas dari penyakit. Kondisi kesehatan sangat berpengaruh terhadap proses belajar. Ketika peserta didik mengalami gangguan kesehatan, kemampuan belajarnya akan menurun, mereka menjadi mudah lelah dan kehilangan semangat belajar.
   b. Minat
      Kecenderungan yang terus-menerus untuk memperhatikan dan tertarik pada suatu aktivitas. Minat yang tinggi terhadap suatu mata pelajaran akan meningkatkan motivasi peserta didik dalam belajar. Sebaliknya, jika materi pelajaran tidak sesuai dengan minat peserta didik, maka mereka cenderung kurang bersemangat dalam belajar karena tidak merasa tertarik.
   c. Bakat

Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi
JPST
E-ISSN : 2963-5373
Vol. 4 No. 4 (2025): Oktober-Desember Hal. 509-513
DOI: doi.org/10.47233/jpst.v4i3.3890

Potensi atau kemampuan alami yang dimiliki seseorang untuk mempelajari sesuatu. Bakat yang dikembangkan melalui proses belajar dan latihan akan menjadi keterampilan nyata. Peserta didik yang memiliki bakat dalam suatu bidang biasanya akan lebih mudah memahami materi dan menunjukkan hasil belajar yang lebih baik.

d. Motivasi
Berhubungan erat dengan tujuan yang ingin dicapai. Peserta didik yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih tekun dan giat dalam belajar karena ada dorongan kuat untuk meraih target tertentu.

2. Faktor eksternal, yakni faktor-faktor yang berasal dari luar diri peserta didik, yang juga turut memengaruhi keberhasilan belajar, antara lain :
   a. Faktor keluarga
   Lingkungan keluarga memberikan pengaruh besar terhadap proses belajar peserta didik. Hal ini meliputi pola asuh orang tua, hubungan antar anggota keluarga, suasana di rumah, serta kondisi ekonomi keluarga.
   b. Faktor sekolah
   Lingkungan sekolah turut menentukan efektivitas belajar peserta didik. Aspek-aspek yang berpengaruh antara lain metode pengajaran, kurikulum, hubungan antara guru dan peserta didik, interaksi antar peserta didik, kedisiplinan, jadwal pelajaran, kualitas materi, kondisi gedung sekolah, metode belajar yang digunakan, dan pemberian tugas rumah.
   c. Faktor masyarakat
   Kehidupan peserta didik dalam masyarakat juga memengaruhi sikap dan perilaku belajar. Kegiatan yang diikuti peserta didik di masyarakat, lingkungan pergaulan, serta kondisi sosial di sekitar tempat tinggal dapat menjadi pendorong atau penghambat dalam proses belajar.

B. Dampak rendahnya konsentrasi terhadap pemahaman materi pembelajaran

Menurut (Anggeriani & Ain, 2024) konsentrasi belajar merupakan kemampuan untuk memusatkan seluruh pikiran dan tindakan secara penuh pada proses belajar. Konsentrasi adalah salah satu faktor penting yang membantu peserta didik meraih hasil belajar yang optimal. Jika tingkat konsentrasi menurun, maka proses pembelajaran di kelas maupun saat belajar mandiri akan terhambat. Konsentrasi memiliki peran yang sangat penting bagi peserta didik karena berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan dan kemampuan mereka. Konsentrasi dalam belajar ditunjukkan melalui beberapa ciri, seperti adanya kesiapan, motivasi, kebutuhan, rasa ingin tahu, serta inisiatif individu untuk terlibat secara aktif dalam proses belajar. Ketika peserta didik tidak mampu berkonsentrasi, mereka cenderung tidak menikmati proses pembelajaran. Akibatnya, pembelajaran dianggap sulit, materi menjadi tidak menarik, pendidik yang sebenarnya peduli bisa saja tidak disukai, lingkungan belajar terasa kurang nyaman, atau bahkan metode pembelajaran yang digunakan dianggap kurang efektif (Nurmawati, 2023).

Rendahnya konsentrasi tersebut berpengaruh secara langsung terhadap kemampuan peserta didik dalam memahami materi pelajaran. Saat peserta didik tidak mampu fokus dengan baik, mereka akan kesulitan menangkap dan mengolah informasi yang disampaikan selama pembelajaran. Informasi yang diterima tidak tersimpan dengan baik sehingga sulit diubah menjadi pengetahuan yang mendalam. Selain itu, gangguan konsentrasi membuat peserta didik mudah terganggu oleh hal-hal di luar pembelajaran, seperti keributan atau pikiran yang melayang. Akibatnya, peserta didik kehilangan bagian penting dari materi sehingga kesulitan dalam memahami konsep secara utuh.

Kurangnya konsentrasi juga berdampak pada kemampuan peserta didik dalam berpikir kritis, menganalisis, dan menerapkan ilmu yang dipelajari. Pemahaman yang dangkal menyebabkan peserta didik hanya mampu menghafal tanpa memahami isi materi secara mendalam. Hal ini akan mempengaruhi kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas, menghadapi ujian, dan berpartisipasi dalam diskusi kelas. Selain itu, kesulitan memahami materi juga dapat menurunkan rasa percaya diri dan motivasi belajar peserta didik. Peserta didik yang merasa tidak mampu mengikuti pelajaran cenderung kehilangan minat dan bisa menjadi apatis terhadap kegiatan belajar.

Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi
JPST
E-ISSN : 2963-5373
Vol. 4 No. 4 (2025): Oktober-Desember Hal. 509-513
DOI: doi.org/10.47233/jpst.v4i3.3890

C. Strategi pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan konsentrasi peserta didik dalam pembelajaran

Menciptakan pola pembelajaran yang baik membutuhkan peran pendidik yang inovatif dalam merancang kegiatan belajar. Artinya, pendidik perlu memilih metode pembelajaran yang tepat agar peserta didik tidak cepat merasa bosan dan tetap bersemangat dalam belajar. Kreativitas dalam pembelajaran dapat diwujudkan dengan menerapkan berbagai metode yang bervariasi. Namun, pada kenyataannya masih banyak pendidik yang hanya mengandalkan metode ceramah. Hal ini sering membuat suasana kelas menjadi membosankan. Kurangnya kreativitas dalam mengajar biasanya disebabkan karena pendidik belum terbiasa membuka diri untuk membaca dan mempelajari hal-hal baru. Padahal, menciptakan pembelajaran yang menyenangkan memang membutuhkan usaha dan kemauan untuk mengubah kebiasaan lama. Oleh karena itu, diperlukan penerapan berbagai metode pembelajaran kreatif agar suasana belajar lebih menarik dan mampu meningkatkan semangat peserta didik (Sunarti, 2021). Ada beberapa strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi peserta didik dalam proses pembelajaran, yaitu :

1. Mengintegrasikan kegiatan ice breaking. Kegiatan ini dapat membangkitkan semangat, mengembalikan fokus, serta membantu peserta didik agar lebih siap menerima pelajaran sehingga hasil belajar juga bisa meningkat. Ice breaking juga berperan penting dalam perkembangan sosial dan emosional peserta didik, terutama dalam menumbuhkan motivasi belajar. Melalui kegiatan ini, peserta didik dapat merasa lebih nyaman dan lebih dekat dengan lingkungan belajarnya. Hal tersebut dapat mengurangi rasa canggung sekaligus meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Dengan suasana kelas yang lebih santai dan ramah, peserta didik cenderung lebih terbuka terhadap materi pelajaran serta lebih termotivasi untuk belajar. Selain itu, ice breaking juga membantu mempererat hubungan antar peserta didik dan menumbuhkan rasa kebersamaan di kelas, sehingga dapat memberikan dukungan tambahan dalam meningkatkan motivasi belajar. Kegiatan ice breaking pada akhirnya berpotensi menjadikan pembelajaran lebih bermakna. Dalam hal ini, "bermakna" berarti terciptanya suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan, sehingga peserta didik dapat lebih fokus dan berkonsentrasi, yang pada gilirannya akan meningkatkan hasil belajar (Marzatifa et al., 2021).
2. (Sunarti, 2021) juga menyatakan bahwa role playing atau bermain peran adalah suatu cara belajar yang melibatkan pengembangan imajinasi dan penghayatan peserta didik dalam memerankan suatu tokoh atau situasi tertentu. Dalam kegiatan ini terdapat aturan, tujuan, dan juga unsur menyenangkan, sehingga dapat membuat proses pembelajaran menjadi lebih hidup. Bermain peran juga berarti mendramatisasikan perilaku orang-orang dalam posisi tertentu sesuai dengan peran masing-masing dalam kelompok atau situasi sosial. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran role playing merupakan metode pembelajaran inovatif yang mampu meningkatkan ketertarikan peserta didik terhadap materi pelajaran, sehingga tujuan pembelajaran lebih mudah tercapai.

Oleh karena itu, sangat penting bagi pendidik dan sekolah untuk mengambil peran aktif dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung peningkatan konsentrasi peserta didik. Pendidik perlu mengembangkan metode pembelajaran yang variatif dan interaktif, seperti pembelajaran berbasis proyek, diskusi kelompok, role playing atau penggunaan media pembelajaran yang menarik dan relevan serta mengintegrasikan kegiatan ice breaking untuk membangkitkan semangat peserta didik. Selain itu, suasana kelas yang nyaman, bebas dari gangguan, serta adanya hubungan positif antara pendidik dan peserta didik sangat membantu dalam mempertahankan fokus belajar. Peserta didik juga memiliki peran penting dalam menciptakan ruang belajar yang tenang di dalam kelas, mengatur jadwal belajar yang teratur, serta menciptakan suasana yang kondusif agar proses pembelajaran berjalan dengan lancar dan pendidik dapat menyampaikan materi dengan nyaman sehingga pemahaman materi pembelajaran meningkat dan hasil belajar yang optimal dapat diraih.

Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi
JPST
E-ISSN : 2963-5373
Vol. 4 No. 4 (2025): Oktober-Desember Hal. 509-513
DOI: doi.org/10.47233/jpst.v4i3.3890

KESIMPULAN

Konsentrasi merupakan salah satu faktor kunci dalam keberhasilan proses pembelajaran. Kemampuan peserta didik untuk memusatkan perhatian secara penuh selama pembelajaran sangat memengaruhi pemahaman terhadap materi, pengolahan informasi, serta pencapaian hasil belajar yang optimal. Rendahnya tingkat konsentrasi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri peserta didik (internal) seperti kesehatan, minat, bakat, dan motivasi, maupun dari lingkungan sekitar (eksternal) seperti kondisi keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Dampak dari kurangnya konsentrasi tidak hanya membuat peserta didik kesulitan memahami materi, tetapi juga menghambat kemampuan berpikir kritis, menurunkan motivasi, serta menurunkan rasa percaya diri. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk menerapkan strategi pembelajaran yang menarik dan bervariasi guna menjaga fokus peserta didik serta menciptakan suasana kelas yang kondusif. Strategi seperti *ice breaking* dan *role playing* terbukti mampu meningkatkan keterlibatan, semangat, dan konsentrasi peserta didik selama proses belajar berlangsung.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berperan dalam membantu terselenggaranya penelitian ini. Ucapan terima kasih juga saya tujukan kepada para peneliti dan akademisi yang karyanya menjadi landasan penting dalam pengembangan pengetahuan pada penelitian ini. Tidak lupa, saya memberikan apresiasi kepada keluarga dan sahabat yang senantiasa memberikan dukungan, baik secara moral maupun semangat, selama proses penelitian berlangsung. Setiap bentuk bantuan yang diberikan memiliki arti besar bagi kelancaran penelitian ini. Tanpa kehadiran dan dukungan dari berbagai pihak, penelitian ini tidak akan dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu, saya menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya.

DAFTAR PUSTAKA

Andriana, E., Rokmanah, S., & Aprilia, L. (2023). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran Di Sd Negeri Tembong 2. *Jurnal Holistika*, *7*(1), 1. https://doi.org/10.24853/holistika.7.1.1-5

Anggeriani, L. A., & Ain, S. Q. (2024). Dampak Kurang Konsentrasi Siswa Pada Pembelajaran Matematika. *Aulad: Journal on Early Childhood*, *7*(3), 789–797. https://doi.org/10.31004/aulad.v7i3.773

Diana, D., Adriansyah, M. A., Muhliansyah, M., & Putri, A. P. (2019). Pelatihan manik khas dayak dalam meningkatkan konsentrasi. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, *1*(1), 17. https://doi.org/10.30872/plakat.v1i1.2691

Eva, F., & Setiyaningsih, D. (2024). Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Peserta Didik di dalam Proses Pembelajaran di SD MI Muhammadiyah. *Jurnal UMJ*, *2*(1), 1389–1395. https://jurnal.umj.ac.id/index.php/SEMNASFIP/index

Junaedi Ifan. (2019). Proses Pembelajaran Yang Efektif. *Jisamar*, *VOL. 3 NO.*(2), 19–25.

Marzatifa, L., Agustina, M., & Inayatillah, I. (2021). Ice Breaking: Implementasi, Manfaat dan Kendalanya untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa. *Al-Azkiya: Jurnal Pendidikan MI/SD*, *6*(2), 162–171. https://doi.org/10.32505/3013

Nurmawati, F. (2023). *Analisis konsentrasi belajar berdasarkan hasil belajar matematika pada siswa kelas ii di mi ma'arif mojopurno magetan tahun pelajaran 2022/2023 (Skripsi Sarjana)*.

Putra, D. E., & Hefni, E. (2022). Faktor Penyebab Rendahnya Hasil Belajar Siswa dan Strategi Guru Meningkatkan Pemahaman Konsep Siswa. *Jurnal Pendidikan Tembusai*, *6*(2), 14942–14958.

Sunarti, S. (2021). Metode Mengajar Kreatif Dalam Menciptakan Pembelajaran Yang Menyenangkan. *Jurnal Perspektif*, *13*(2), 129–137. https://doi.org/10.53746/perspektif.v13i2.16