

Diterima: 01-06-2027

Disetujui: 19-07-2027

Dipublikasi: 22-07-2-27

Mengapa Anak Sulit Fokus? Analisis Faktor Konsentrasi Belajar Anak Usia Dini

***Zavira Nisa Awanda Mulyo**

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Indonesia

zaviranisa@gmail.com

*Penulis Koresponden

ABSTRAK: pada praktiknya masih banyak anak yang mengalami kesulitan mempertahankan fokus selama kegiatan belajar berlangsung. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di kelas B2 TK Al-I'Dad An Nuur Sleman. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan subjek sebanyak 15 anak. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan teknik analisis interaktif melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsentrasi belajar anak dipengaruhi oleh kondisi fisik anak, aktivitas motorik pagi, penggunaan metode pembelajaran yang variatif, pemanfaatan media TIK, pola asuh orang tua, intensitas penggunaan handphone, disiplin belajar di rumah, serta komunikasi antara orang tua dan anak. Anak cenderung lebih fokus ketika pembelajaran disajikan secara aktif, menyenangkan, dan menggunakan media yang menarik, sedangkan paparan gawai berlebihan dan kurangnya pembiasaan belajar di rumah menyebabkan anak lebih mudah terganggu selama pembelajaran berlangsung. Penelitian ini menekankan pentingnya kolaborasi antara sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung guna mendukung perkembangan konsentrasi belajar anak usia dini.

KATA KUNCI: konsentrasi belajar, anak usia dini, pola pengasuhan, penggunaan gadget.

Why Do Children Have Difficulty Focusing? An Analysis of Concentration Factors in Early Childhood Learning in Kindergarten

ABSTRACT: in practice, many children still have difficulty maintaining focus during learning activities. This study aims to analyze the factors influencing the concentration in learning of 5–6-year-old children in class B2 of Al-I'Dad An Nuur Kindergarten, Sleman. The study used a descriptive qualitative approach with 15 children as subjects. Data collection techniques included observation, interviews, and documentation. Data were analyzed using interactive analysis techniques through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results indicate that children's concentration in learning is influenced by the child's physical condition, morning motor activity, the use of varied learning methods, the use of ICT media, parenting styles, the intensity of mobile phone use, home learning discipline, and communication between parents and children. Children tend to focus better when learning is presented in an active, fun, and engaging manner, while excessive exposure to gadgets and a lack of learning habits at home make children more easily distracted during learning. This study emphasizes the importance of collaboration between schools and families in creating a supportive learning environment to support the development of concentration in early childhood learning.

KEYWORDS: concentration in learning, early childhood, parenting patterns, use of gadgets.

PENDAHULUAN

Konsentrasi belajar merupakan salah satu fondasi utama dalam perkembangan kognitif dan kesiapan akademik anak usia dini. Kemampuan anak untuk memusatkan perhatian, mempertahankan fokus, serta mengendalikan distraksi yang berperan penting dalam mencapai proses pembelajaran dan perkembangan fungsi eksekutif anak (Blair & Razza, 2007; Diamond, 2013). Anak yang memiliki kemampuan konsentrasi yang baik cenderung lebih mampu memahami proses, menyelesaikan tugas, serta memproses informasi secara optimal dibandingkan anak yang mudah terdistraksi (Posner & Rothbart, 2007). Oleh karena itu, konsentrasi belajar menjadi aspek esensial yang perlu distimulasi sejak usia dini sebagai bekal kesiapan memasuki jenjang pendidikan berikutnya (Shonkoff & Phillips, 2000).

Namun demikian, kemampuan konsentrasi anak usia dini masih sangat rentan terhadap berbagai faktor gangguan, baik yang berasal dari lingkungan sekolah maupun lingkungan keluarga. Pada era digital saat ini, meningkatnya paparan teknologi dan penggunaan gawai pada anak menjadi tantangan serius terhadap perkembangan perhatian dan fokus belajar anak (Bastian et al., 2026; Intisari et al., 2025; Christakis, 2014; Ramdani et al., 2026). Anak cenderung terbiasa dengan stimulus visual yang cepat sehingga mengalami kesulitan mempertahankan perhatian dalam aktivitas belajar yang membutuhkan ketekunan dan durasi fokus yang lebih Panjang (Imroatun et al., 2024; Radesky et al., 2015). Selain itu, rendahnya kedisiplinan belajar di rumah, kurangnya keterlibatan orang tua, serta pola pengasuhan yang kurang responsif turut mempengaruhi penurunan kemampuan konsentrasi anak selama proses pembelajaran berlangsung (Amin et al., 2025; Ifana et al., 2025; Bornstein & Bradley, 2014).

Dalam konteks pendidikan anak usia dini, konsentrasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal anak, tetapi juga merupakan hasil interaksi ekologis yang kompleks antara aspek biologi, pedagogi, dan lingkungan sosial (Bronfenbrenner, 1979; Sameroff, 2010). Kondisi fisik anak seperti kecukupan nutrisi, kesehatan, dan kesiapan motorik menjadi dasar penting dalam mendukung kesiapan belajar anak (Taras, 2005). Di sisi lain, kualitas lingkungan pembelajaran di sekolah juga memiliki kontribusi yang signifikan terhadap stabilitas perhatian anak. Penggunaan metode pembelajaran yang variatif, aktivitas motorik yang terarah, media pembelajaran interaktif, serta pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) secara proporsional terbukti mampu meningkatkan keterlibatan dan fokus anak selama kegiatan belajar berlangsung (Bodrova & Leong, 2007; McPake, 2013).

Lebih lanjut, lingkungan keluarga menjadi faktor eksternal yang sangat menentukan keberhasilan pembentukan konsentrasi belajar anak. Pola pengasuhan yang responsif dan suportif dapat menciptakan stimulasi kognitif yang positif melalui komunikasi yang hangat, pendampingan belajar, serta pembiasaan disiplin di rumah (Bornstein & Bradley, 2014). Sebaliknya, lingkungan domestik yang

kurang terstruktur, tingginya intensitas waktu layar, serta minimnya pengawasan orang tua dapat meningkatkan gangguan pada anak dan menghambat kemampuan regulasi perhatian mereka (Christakis, 2014; Radesky et al., 2015). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan konsentrasi anak usia dini tidak berkembang secara alamiah semata, melainkan dipengaruhi oleh sinkronisasi antara kondisi internal anak dengan kualitas stimulasi lingkungan di sekitarnya.

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak usia dini. Penelitian Munandar dkk. (2025) menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual mampu meningkatkan fokus dan keterlibatan anak selama pembelajaran. Penelitian lain oleh Handayani dan Septiadi (2026) menemukan bahwa penerapan metode icebreaking efektif dalam menjaga perhatian anak selama proses belajar berlangsung. Selain itu, metode penguatan juga terbukti membantu meningkatkan konsentrasi anak melalui aktivitas belajar yang lebih konkret dan interaktif (Cecep dkk., 2022). Dari aspek lingkungan fisik dan aktivitas motorik, penelitian Fauzi (2023) serta Pratiwi dan Asi'ah (2022) menunjukkan bahwa pengaturan lingkungan belajar yang kondusif dan stimulasi motorik yang tepat dapat membantu mempertahankan fokus anak dalam pembelajaran.

Di sisi lain, beberapa penelitian juga menyoroti faktor penghambat konsentrasi belajar anak usia dini, khususnya tingginya penggunaan gawai. Penelitian Suroso dkk. (2023) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif terhadap kemampuan perhatian dan konsentrasi anak. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih cenderung menganggap faktor pendukung dan faktor penghambat secara terpisah. Penelitian sebelumnya umumnya lebih fokus pada aspek pedagogis di lingkungan sekolah tanpa mengintegrasikan pengaruh pola asuh, kebiasaan belajar di rumah, dan dinamika distraksi digital dalam satu kerangka analisis yang utuh.

Berdasarkan kondisi tersebut, masih terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) terkait kajian yang menganalisis secara komprehensif integrasi faktor pendukung dan penghambat konsentrasi belajar anak usia dini dalam konteks ekosistem belajar yang melibatkan lingkungan sekolah dan keluarga secara simultan. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun.

Penelitian ini dilaksanakan di TK Al-I'Dad An Nuur Sleman dengan tujuan untuk menganalisis faktor pendukung dan penghambat konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun. Melalui kajian kontekstual ini, penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan praktik pembelajaran di pendidikan anak usia dini serta menjadi bahan pertimbangan bagi guru dan orang tua dalam menciptakan lingkungan belajar yang mampu mendukung optimalisasi konsentrasi belajar anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya dalam konteks pembelajaran di taman kanak-kanak. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti menggali makna, perilaku, dan dinamika yang muncul secara alami selama proses pembelajaran berlangsung. Penelitian dilaksanakan di TK Al-I’Dad An Nuur Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, pada semester ganjil tahun ajaran 2024/2025. Lokasi ini dipilih karena menunjukkan adanya variasi tingkat konsentrasi belajar anak yang menarik untuk dikaji secara kontekstual pada jenjang pendidikan anak usia dini.

Subjek penelitian terdiri atas 15 anak kelas B2 yang berusia 5–6 tahun, dengan komposisi 9 anak laki-laki dan 6 anak perempuan. Selain anak, informan utama dalam penelitian ini adalah guru kelas dan kepala sekolah yang memiliki peran langsung dalam perencanaan serta pelaksanaan pembelajaran. Pemilihan subjek dan informan dilakukan secara purposive dengan pertimbangan bahwa mereka terlibat aktif dalam kegiatan belajar mengajar dan memiliki informasi yang relevan mengenai kondisi konsentrasi anak. Dengan melibatkan berbagai sumber informasi, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang utuh mengenai fenomena yang diteliti.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara langsung pada kegiatan pembelajaran di kelas, mulai dari kegiatan awal, inti, hingga penutup. Aspek yang diamati meliputi perilaku perhatian anak terhadap guru, keterlibatan dalam aktivitas, kemampuan duduk tenang, respons terhadap instruksi, serta interaksi dengan teman sebaya yang berpotensi mempengaruhi konsentrasi belajar. Observasi dilakukan berulang agar peneliti memperoleh gambaran yang konsisten dan tidak hanya berdasarkan satu situasi tertentu.

Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur dengan guru kelas dan kepala sekolah untuk menggali informasi lebih mendalam mengenai kondisi konsentrasi belajar anak, strategi pembelajaran yang diterapkan, serta faktor pendukung dan penghambat yang muncul dalam praktik sehari-hari. Wawancara memungkinkan peneliti memperoleh perspektif subjektif dari pendidik mengenai kebiasaan belajar anak, latar belakang keluarga, serta respons anak terhadap metode pembelajaran di kelas. Teknik dokumentasi digunakan sebagai pelengkap data, berupa RPPH, jadwal kegiatan, foto aktivitas pembelajaran, serta catatan sekolah yang berkaitan dengan proses pembelajaran dan pembiasaan anak.

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi dan memfokuskan data sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif agar hubungan antar

temuan dapat terlihat sistematis. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan pola dan tema yang muncul dari hasil analisis.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan teknik. Data hasil observasi dibandingkan dengan hasil wawancara serta dokumentasi guna memastikan konsistensi informasi. Selain itu, peneliti juga melakukan konfirmasi kepada guru kelas terhadap hasil temuan agar interpretasi data tidak menyimpang dari kondisi sebenarnya di lapangan. Dengan prosedur tersebut, hasil penelitian diharapkan memiliki tingkat kredibilitas yang baik dan mampu menggambarkan secara komprehensif faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak usia dini.

HASIL

Gambaran Kondisi Konsentrasi Belajar Anak Kelas B2

Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh gambaran nyata mengenai kondisi konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di kelas B2 TK Al-I’Dad An Nuur Sleman. Data diperoleh melalui observasi langsung pada kegiatan pembelajaran, wawancara dengan guru kelas dan kepala sekolah, serta dokumentasi kegiatan harian anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsentrasi belajar anak di kelas B2 berada pada tingkat yang bervariasi, baik antarindividu maupun antar situasi pembelajaran. Variasi ini tampak dari kemampuan anak dalam memusatkan perhatian, mempertahankan fokus, serta merespons instruksi guru selama kegiatan berlangsung.

Secara umum, konsentrasi anak terlihat cukup baik pada awal kegiatan pembelajaran. Pada saat kegiatan pembukaan, seperti berdoa, bernyanyi, dan apersepsi, sebagian besar anak mampu mengikuti kegiatan dengan tertib. Anak terlihat memperhatikan guru, menirukan gerakan, serta menjawab pertanyaan sederhana. Namun, seiring berjalannya waktu, terutama ketika memasuki kegiatan inti yang membutuhkan ketekunan lebih lama, kemampuan konsentrasi anak mulai mengalami penurunan, khususnya pada sebagian anak laki-laki.

Hasil observasi menunjukkan bahwa dari 15 anak, terdapat sekitar sepertiga anak yang mampu mempertahankan perhatian secara konsisten selama kegiatan berlangsung. Anak-anak ini mampu duduk dengan relatif tenang, memandang ke arah guru atau media pembelajaran, mengikuti instruksi, serta menyelesaikan tugas yang diberikan tanpa banyak gangguan. Mereka juga menunjukkan respons verbal maupun nonverbal yang sesuai, seperti mengangkat tangan saat ingin menjawab, menirukan contoh yang diberikan guru, serta menyelesaikan lembar kerja

Sebaliknya, sebagian anak lainnya mengalami kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi dalam waktu yang lama. Anak-anak ini cenderung mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitar, seperti suara teman, gerakan di luar kelas, atau benda yang ada di sekitarnya. Perilaku yang sering muncul antara lain mengobrol dengan teman, bermain sendiri saat guru menjelaskan, berpindah tempat duduk, memutar badan, atau memegang benda yang tidak berkaitan dengan

kegiatan belajar. Kondisi ini menyebabkan perhatian anak teralihkan sehingga proses memahami materi menjadi kurang optimal.

Perbedaan tingkat konsentrasi juga tampak berdasarkan jenis kelamin. Temuan penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan cenderung memiliki stabilitas perhatian yang lebih baik dibandingkan anak laki-laki. Kondisi ini tampak dari kemampuan anak perempuan dalam mempertahankan fokus, mengikuti instruksi, dan menyelesaikan tugas secara lebih konsisten selama pembelajaran berlangsung. Mereka juga lebih cepat menyesuaikan diri ketika guru mengingatkan aturan kelas. Sementara itu, anak laki-laki lebih sering menunjukkan perilaku aktif berlebihan, seperti bergerak terus, mengganggu teman, atau sulit duduk dalam posisi yang sama dalam waktu lama. Hal ini berdampak pada cepatnya perhatian mereka teralihkan selama pembelajaran.

Selain itu, konsentrasi anak juga dipengaruhi oleh jenis kegiatan yang dilakukan. Ketika kegiatan bersifat aktif dan menyenangkan, seperti bernyanyi, bermain peran, atau menggunakan media visual, anak terlihat lebih fokus dan antusias. Anak lebih lama memperhatikan guru dan terlibat dalam aktivitas. Namun, ketika kegiatan bersifat monoton, seperti mengerjakan lembar kerja dalam waktu lama tanpa variasi, beberapa anak mulai menunjukkan tanda-tanda kejenuhan. Anak menjadi gelisah, menunda pekerjaan, atau meminta izin ke luar kelas, yang menandakan menurunnya konsentrasi belajar.

Hasil wawancara dengan guru kelas memperkuat temuan observasi tersebut. Guru menyampaikan bahwa rentang perhatian anak usia 5–6 tahun memang masih terbatas sehingga membutuhkan pengelolaan kegiatan yang tepat. Hal ini dipertegas oleh pernyataan Guru Kelas B2: "Konsentrasi belajar anak di kelas B belum lama, hanya sekitar 10-15 menit. Sebagai guru kita harus bisa membuat strategi untuk membangun fokus anak dengan melakukan hal-hal yang dapat menarik minat anak." Guru juga menjelaskan bahwa kondisi fisik dan emosional anak sangat mempengaruhi konsentrasi. Anak yang datang ke sekolah dalam keadaan segar, cukup tidur, dan sarapan biasanya lebih mudah diarahkan dan mampu mengikuti kegiatan dengan fokus. Sebaliknya, anak yang datang dalam kondisi lelah atau kurang siap secara emosional lebih cepat kehilangan perhatian saat pembelajaran berlangsung.

Dengan demikian, gambaran kondisi konsentrasi belajar anak kelas B2 TK Al-I'Dad An Nuur menunjukkan bahwa kemampuan fokus anak belum merata dan masih sangat dipengaruhi oleh karakter individu, jenis kelamin, kondisi fisik, serta bentuk kegiatan pembelajaran yang diberikan. Temuan ini menjadi dasar penting untuk memahami faktor-faktor yang selanjutnya mempengaruhi konsentrasi belajar anak secara lebih spesifik.

Faktor-Faktor Pendukung Konsentrasi Belajar Anak

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi, penelitian ini menemukan sejumlah faktor yang berperan sebagai pendukung konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di kelas B2 TK Al-I'Dad An Nuur Sleman. Faktor-faktor

tersebut berasal dari kondisi anak, lingkungan sekolah, serta strategi pembelajaran yang diterapkan guru selama proses belajar mengajar berlangsung.

Salah satu faktor pendukung utama adalah kondisi fisik dan kesiapan anak sebelum mengikuti pembelajaran. Anak yang datang ke sekolah dalam keadaan sehat, cukup istirahat, dan sudah sarapan menunjukkan kemampuan konsentrasi yang lebih baik dibandingkan anak yang datang dalam kondisi lelah atau belum makan. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak yang tampak segar dan berenergi mampu duduk lebih lama, memperhatikan penjelasan guru, serta menyelesaikan tugas dengan lebih fokus. Guru juga menyampaikan bahwa anak yang mengantuk atau terlihat lesu cenderung cepat kehilangan perhatian dan sulit diarahkan dalam kegiatan belajar.

Selain kondisi fisik, kegiatan pembiasaan di awal pembelajaran menjadi faktor pendukung yang penting. Sekolah menerapkan aktivitas motorik seperti senam pagi dan permainan gerak sebelum anak memasuki kelas. Kegiatan ini membantu anak menyalurkan energi berlebih dan mempersiapkan mental anak untuk belajar. Setelah melakukan aktivitas motorik, anak terlihat lebih tenang dan lebih siap mengikuti kegiatan inti pembelajaran. Hasil observasi menunjukkan bahwa suasana kelas menjadi lebih kondusif setelah anak melakukan kegiatan fisik ringan tersebut.

Faktor pendukung berikutnya adalah penggunaan metode pembelajaran yang variatif dan menyenangkan. Guru tidak hanya mengandalkan satu metode, tetapi memadukannya dengan bernyanyi, bermain peran, tanya jawab, praktik langsung, serta permainan edukatif. Metode yang beragam membuat anak terlibat aktif dalam pembelajaran sehingga perhatian mereka lebih terpusat pada kegiatan yang dilakukan. Anak terlihat lebih antusias, tidak mudah bosan, serta mampu mempertahankan fokus lebih lama ketika kegiatan disajikan secara menarik dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini.

Pemanfaatan media pembelajaran juga menjadi faktor penting dalam mendukung konsentrasi belajar anak. Guru menggunakan media visual dan audiovisual seperti gambar, kartu huruf, video pembelajaran, serta tampilan materi melalui TV LED. Media ini membantu anak memahami materi secara konkret dan menarik perhatian mereka. Berdasarkan hasil pengamatan, anak lebih fokus melihat media yang ditampilkan dibandingkan hanya mendengarkan penjelasan guru secara lisan. Media visual membantu mengurangi distraksi karena perhatian anak terarah pada satu stimulus utama yang relevan dengan pembelajaran. Strategi ini dikonfirmasi efektivitasnya oleh guru kelas yang menyatakan: "Media pembelajaran yang paling efektif untuk melatih konsentrasi anak adalah dengan menggunakan video visual. Anak dapat mengikuti gerakan yang ada didalam video dan ikut menyanyikan lagu yang ada di video." (Wawancara Guru Kelas).

Dukungan ini juga sejalan dengan fasilitas yang disiapkan sekolah. Kepala Sekolah memaparkan: "Fasilitas yang disediakan khusus oleh sekolah untuk pembelajaran yaitu dengan menggunakan TIK berupa laptop, TV LED, dan

wireless loudspeaker yang dapat mendukung konsentrasi anak... Anak akan lebih berkonsentrasi terhadap materi yang sedang dijelaskan melalui alat bantu ini." (Wawancara Kepala Sekolah).

Lingkungan kelas yang nyaman dan kondusif turut menjadi faktor pendukung konsentrasi belajar. Kelas B2 ditata dengan rapi, pencahayaan cukup, serta sirkulasi udara yang baik. Penataan ruang yang tertib membantu anak merasa nyaman berada di dalam kelas. Selain itu, hubungan yang hangat antara guru dan anak juga mempengaruhi konsentrasi. Anak yang merasa dekat dan aman dengan guru cenderung lebih berani bertanya, lebih tenang, serta lebih mudah diarahkan ketika mengikuti kegiatan pembelajaran.

Faktor pendukung lainnya adalah pemberian penguatan positif oleh guru. Guru memberikan pujian, tepuk tangan, dan apresiasi sederhana kepada anak yang mampu fokus dan menyelesaikan tugas dengan baik. Penguatan ini menumbuhkan rasa percaya diri dan motivasi anak untuk mempertahankan perilaku positif, termasuk menjaga konsentrasi belajar. Anak terlihat senang ketika mendapatkan apresiasi sehingga berusaha kembali fokus pada kegiatan yang sedang berlangsung.

Dengan demikian, faktor pendukung konsentrasi belajar anak di kelas B2 TK Al-I'Dad An Nuur tidak hanya berasal dari diri anak, tetapi juga dari pengelolaan pembelajaran, penggunaan media, suasana kelas, serta hubungan interpersonal antara guru dan anak. Kombinasi faktor-faktor tersebut membantu anak mempertahankan perhatian dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran.

Faktor-Faktor Penghambat Konsentrasi Belajar Anak

Selain faktor pendukung, hasil penelitian juga menemukan sejumlah faktor yang menjadi penghambat konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di kelas B2 TK Al-I'Dad An Nuur Sleman. Faktor penghambat ini muncul baik dari diri anak, lingkungan keluarga, maupun situasi pembelajaran di sekolah, yang secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi kemampuan anak dalam memusatkan perhatian selama kegiatan belajar berlangsung.

Salah satu faktor penghambat utama berasal dari kebiasaan anak di rumah, khususnya penggunaan *handphone* atau gawai secara berlebihan. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, beberapa anak terbiasa bermain game atau menonton video dalam waktu yang cukup lama di rumah. Kebiasaan ini membuat anak terbiasa dengan stimulus yang cepat dan instan, sehingga ketika berada di kelas anak menjadi kurang tertarik pada kegiatan belajar yang membutuhkan ketekunan. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak yang sering terpapar gawai cenderung mudah bosan, cepat mengalihkan perhatian, serta sulit duduk tenang ketika mengikuti pembelajaran di kelas. Keluhan terkait distraksi gawai ini diungkapkan secara langsung oleh Kepala Sekolah: "Anak zaman sekarang banyak yang menjadi korban *handphone*, yang menyebabkan anak tidak bisa berkonsentrasi dalam jangka waktu yang lama dan terkadang diajak berkomunikasi tidak nyambung." (Wawancara Kepala Sekolah).

Selain penggunaan gawai, pola asuh orang tua juga menjadi faktor penting yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak. Anak yang kurang mendapatkan perhatian, pendampingan, dan komunikasi yang baik di rumah cenderung menunjukkan kesiapan belajar yang rendah di sekolah. Guru menyampaikan bahwa beberapa anak datang ke sekolah tanpa kesiapan emosional yang baik, sehingga mudah rewel, kurang termotivasi, dan sulit diarahkan. Kurangnya keterlibatan orang tua dalam membangun kebiasaan belajar di rumah menyebabkan anak belum terbiasa mengatur fokus dan disiplin diri. Guru kelas juga menyoroti hal serupa dengan menjelaskan, "Faktor penghambat kemampuan konsentrasi anak adalah pola asuh anak di rumah. Aturan rumah yang tidak disiplin bisa membuat anak terhambat dalam konsentrasi. Misalkan jika di rumah, anak dibiarkan untuk melakukan semaunya sendiri." (Wawancara Guru Kelas).

Faktor penghambat berikutnya adalah kondisi fisik anak yang kurang optimal, seperti kelelahan atau kurang tidur. Anak yang tidur larut malam atau tidak memiliki jadwal istirahat yang teratur datang ke sekolah dalam kondisi mengantuk dan lesu. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak dengan kondisi tersebut cenderung kurang responsif terhadap instruksi guru, sering melamun, serta menunjukkan minat belajar yang rendah. Kondisi fisik yang tidak prima membuat anak sulit mempertahankan perhatian dalam jangka waktu lama.

Lingkungan kelas juga dapat menjadi faktor penghambat apabila terdapat banyak distraksi. Suara dari luar kelas, gerakan teman sebaya, atau posisi duduk yang kurang nyaman dapat mengalihkan perhatian anak. Dalam beberapa situasi, anak lebih tertarik memperhatikan aktivitas temannya dibandingkan materi pembelajaran yang sedang berlangsung. Hal ini menyebabkan fokus anak mudah terpecah, terutama pada anak yang memang memiliki kecenderungan aktif dan mudah terdistraksi.

Selain itu, bentuk kegiatan yang monoton juga menjadi penghambat konsentrasi belajar. Ketika kegiatan berlangsung terlalu lama tanpa variasi, beberapa anak mulai menunjukkan tanda-tanda kejenuhan, seperti gelisah, berbicara sendiri, atau tidak menyelesaikan tugas tepat waktu. Anak membutuhkan variasi aktivitas agar tetap tertarik dan terlibat dalam pembelajaran. Tanpa variasi, perhatian anak akan menurun seiring berjalannya waktu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor penghambat konsentrasi belajar anak tidak hanya berasal dari lingkungan sekolah, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kebiasaan dan pola pengasuhan di rumah. Oleh karena itu, upaya meningkatkan konsentrasi belajar anak perlu melibatkan kerja sama antara guru dan orang tua agar lingkungan belajar anak, baik di sekolah maupun di rumah, dapat saling mendukung.

PEMBAHASAN

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan individu untuk memusatkan perhatian pada suatu objek atau aktivitas dengan mengesampingkan stimulus lain

yang tidak relevan. Pada anak usia dini, konsentrasi belum berkembang secara stabil karena masih berada pada tahap perkembangan regulasi diri, emosi, dan kontrol motorik (Santrock, 2018). Oleh karena itu, kemampuan fokus anak sangat dipengaruhi oleh kondisi internal anak dan lingkungan eksternal tempat anak belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsentrasi belajar anak di kelas B2 bersifat bervariasi. Sebagian anak mampu mempertahankan perhatian dengan baik, sedangkan sebagian lainnya mudah terdistraksi. Temuan ini sejalan dengan pendapat Slameto (2015) yang menyatakan bahwa konsentrasi belajar dipengaruhi oleh kesiapan fisik, minat, motivasi, serta situasi lingkungan belajar. Anak usia 5–6 tahun memiliki rentang perhatian yang relatif pendek, sehingga ketika stimulus pembelajaran kurang menarik atau kondisi anak kurang siap, fokus belajar akan cepat menurun.

Perbedaan tingkat konsentrasi antara anak laki-laki dan perempuan yang ditemukan dalam penelitian ini juga relevan dengan teori perkembangan. Santrock (2018) menjelaskan bahwa anak perempuan pada usia dini umumnya lebih cepat berkembang dalam aspek regulasi emosi dan kontrol diri dibandingkan anak laki-laki. Regulasi diri ini berfungsi mengendalikan impuls motorik sehingga anak mampu duduk tenang dan memusatkan perhatian. Dengan demikian, anak perempuan cenderung lebih stabil dalam mempertahankan konsentrasi dibandingkan anak laki-laki yang masih dominan pada aktivitas motorik.

Jenis kegiatan pembelajaran juga berpengaruh terhadap konsentrasi anak. Anak terlihat lebih fokus ketika kegiatan disajikan secara aktif, menyenangkan, dan melibatkan pengalaman langsung. Hal ini sejalan dengan teori konstruktivisme Piaget yang menyatakan bahwa anak membangun pengetahuan melalui aktivitas nyata dan interaksi dengan lingkungan (Sujiono, 2013). Ketika anak terlibat secara fisik dan kognitif, perhatian mereka akan terpusat pada aktivitas yang sedang dilakukan. Pembelajaran yang hanya bersifat pasif cenderung menurunkan konsentrasi karena anak tidak dilibatkan secara optimal.

Strategi guru yang ditemukan dalam penelitian, seperti pembiasaan aturan kelas, kegiatan motorik awal, variasi metode, dan penguatan positif, berkontribusi dalam menjaga fokus anak. Mulyasa (2017) menyatakan bahwa pengelolaan kelas yang efektif bertujuan menciptakan iklim belajar yang aman, nyaman, dan menantang bagi anak. Iklim psikologis yang positif membuat anak merasa dihargai sehingga lebih mudah memusatkan perhatian. Penguatan positif juga berfungsi meningkatkan motivasi intrinsik anak untuk mempertahankan perilaku fokus dalam kegiatan belajar.

Penggunaan media visual dan audiovisual yang dilakukan guru juga berkaitan erat dengan teori belajar anak usia dini. Arsyad (2016) menjelaskan bahwa media pembelajaran mampu menarik perhatian, memperjelas pesan, dan mengurangi kejenuhan belajar. Anak usia dini masih berada pada tahap operasional konkret, sehingga membutuhkan rangsangan visual agar konsep yang dipelajari

lebih mudah dipahami. Dalam penelitian ini, media membantu anak memusatkan perhatian pada satu stimulus utama sehingga distraksi dari lingkungan sekitar dapat diminimalkan.

Selain faktor pembelajaran, kondisi fisik anak menjadi dasar penting dalam konsentrasi belajar. Anak yang cukup tidur, sehat, dan sarapan menunjukkan kesiapan belajar yang lebih baik. Slameto (2015) menegaskan bahwa kesiapan belajar dipengaruhi oleh kondisi jasmani dan rohani individu. Anak yang lelah atau lapar akan mengalami penurunan energi dan motivasi, sehingga sulit mempertahankan perhatian. Temuan ini menguatkan bahwa konsentrasi tidak hanya persoalan metode belajar, juga pemenuhan kebutuhan dasar anak.

Lingkungan keluarga juga berperan signifikan terhadap konsentrasi belajar anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gawai berlebihan menjadi penghambat fokus anak. Hidayati (2020) menjelaskan bahwa paparan gadget yang terlalu intens pada anak usia dini dapat mempengaruhi kemampuan regulasi perhatian karena anak terbiasa dengan stimulus cepat dan instan. Akibatnya, ketika dihadapkan pada kegiatan belajar yang membutuhkan proses, anak menjadi mudah bosan dan kehilangan fokus.

Selain itu, pola asuh orang tua menentukan pembentukan kebiasaan konsentrasi anak. Santrock (2018) menyatakan bahwa lingkungan keluarga merupakan fondasi utama dalam perkembangan kontrol diri dan perhatian. Anak yang memiliki rutinitas tidur, bermain, dan belajar yang teratur akan lebih siap mengikuti pembelajaran di sekolah. Sebaliknya, anak yang tidak memiliki pembiasaan disiplin di rumah cenderung datang ke sekolah tanpa kesiapan mental sehingga mudah terdistraksi selama pembelajaran berlangsung.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa konsentrasi belajar anak usia dini merupakan hasil interaksi antara perkembangan individu, strategi guru, serta dukungan keluarga. Konsentrasi bukan kemampuan yang muncul secara otomatis, tetapi perlu dilatih melalui lingkungan yang konsisten dan stimulatif. Oleh karena itu, peningkatan konsentrasi belajar anak perlu dilakukan secara komprehensif melalui pembelajaran yang aktif dan menyenangkan di sekolah serta pembiasaan positif di rumah.

Secara implikatif, guru perlu terus mengembangkan metode pembelajaran yang variatif, kontekstual, dan sesuai karakteristik anak usia dini. Sekolah juga perlu memperkuat komunikasi dengan orang tua agar kebiasaan belajar anak di rumah sejalan dengan pembiasaan di sekolah. Dengan kolaborasi tersebut, perkembangan konsentrasi belajar anak usia dini dapat ditingkatkan secara berkelanjutan dan optimal.

SIMPULAN

Konsentrasi belajar anak usia 5–6 tahun di kelas B2 TK Al-I’Dad An Nuur Sleman masih bervariasi antar individu dan dipengaruhi oleh kesiapan fisik, karakteristik perkembangan, serta bentuk kegiatan pembelajaran. Anak lebih

mampu mempertahankan perhatian ketika pembelajaran disajikan secara aktif, menyenangkan, dan menggunakan media yang menarik, sementara kegiatan yang monoton cenderung menurunkan konsentrasi belajar anak.

Strategi guru dan dukungan lingkungan keluarga menjadi faktor kunci dalam meningkatkan konsentrasi belajar. Pembiasaan aturan kelas, kegiatan motorik awal, variasi metode, serta penguatan positif membantu anak lebih fokus dalam pembelajaran. Di sisi lain, penggunaan gawai berlebihan, kurangnya pendampingan orang tua, dan rendahnya pembiasaan disiplin di rumah menjadi penghambat konsentrasi. Oleh karena itu, peningkatan konsentrasi belajar anak usia dini memerlukan kolaborasi antara guru dan orang tua dalam menciptakan lingkungan belajar yang konsisten dan kondusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. (2019). Peran Konsentrasi Belajar dalam Proses Pembelajaran Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 528–534.
- Amin, M. N. K. A., Imroatun, Santoso, F. S., Rahayu, S. H., & Chemo, S. (2025). Parenting Styles for Urban Married Couples Who Married Under Age. *Proceeding of International Conference on Islamic Education and Science Development*, 3(1), Article 1.
- Aunurrahman. (2014). Belajar dan Pembelajaran. Bandung: Alfabeta.
- Bahri, S. (2011). Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bastian, A. B. F. M., Sajid, D. I. B., & Febriana, R. (2026). Pemaknaan Struktur Penalaran Moral Anak pada Hikayat Kalilah dan Dimnah. *Asas Wa Tandhim: Jurnal Hukum, Pendidikan Dan Sosial Keagamaan*, 5(1), 327–344. <https://doi.org/10.47200/awtjhpsa.v5i1.3327>
- Cecep, C., Waskita, D. T., & Sabilah, N. (2022). Upaya meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini melalui metode demonstrasi. *Jurnal Tahsinia*, 3(1), 63–70. <https://doi.org/10.57171/jt.v3i1.313>
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135–168.
- Dimiyati & Mudjiono. (2009). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.
- Falahudin, I. (2014). Pemanfaatan Media dalam Pembelajaran. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 2(1), 53–65.
- Fauzi, A. N. (2023). Konsentrasi belajar dan faktor-faktornya dalam proses pembelajaran [Skripsi sarjana, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah]. Repository UIN Syarif Hidayatullah.
- Fauziddin, M. (2016). Perkembangan Anak Usia Dini. Jakarta: Kencana.
- Handayani, D. S., & Septiadi, W. (2026). Efektivitas metode ice breaking terhadap peningkatan konsentrasi belajar anak usia 5-6 tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(2). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v10i2.8208>
- Hasnawati. (2017). Metode Pembelajaran dan Konsentrasi Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 1(2), 118–126.

- Hidayati, S. R. S. W. (2020). Meningkatkan kemampuan mengenal warna melalui kegiatan mencampur warna di TK Kehidupan Elfhalyu Tenggara. *Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1).
- Hita, G., dkk. (2021). Pengaruh Konsentrasi terhadap Hasil Belajar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 3(1), 86–92.
- Hurlock, E. (2012). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Ifana, F., Rahmawati, Y., & Supena, A. (2025). Executive Function In Early Childhood: What Do Teachers Know And Do In The Classroom? *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(2), 169–180. <https://doi.org/10.32678/assibyan.v10i2.11163>
- Imroatun, I., Utami, S. Y., & Inayah, A. (2024). Kemitraan Guru Dan Orang Tua Dalam Pembelajaran Quran Awal Bagi Anak Usia Dini. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 9(2), 657–668. <https://doi.org/10.47200/jnajpm.v9i2.3221>
- Intisari, I., Hasmawaty, H., & Hasbur, H. S. (2025). The Effect of 3D-Based Educational Games on Literacy Skills in Group B Children. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(1), 103–112. <https://doi.org/10.32678/ASSIBYAN.V10I2.11228>
- Khairi, H. (2018). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Latif, M., dkk. (2013). *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Kencana.
- Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019). Association between screen time and children's performance on developmental screening tests. *JAMA Pediatrics*, 173(3), 244–250.
- Munandar, A., Gundara, A., Solihutauha, E., Widianingsih, N., & Suryani, Y. (2025). Efektivitas integrasi media audiovisual tematik “Keluargaku” dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 205–215. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i2.1526>
- Mutiah, D. (2010). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Pratiwi, S., & Asi'ah, Y. N. (2022). Meningkatkan konsentrasi belajar anak usia dini melalui kegiatan menjahit. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(3), 15. <https://doi.org/10.47134/paud.v1i3.406>
- Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood development and behavior. *Pediatrics*, 138(5), 1–8.
- Ramdani, C., Basyiroh, I., Hikmah, D., & Monalisa, M. (2026). Konstruksi Kepercayaan Diri Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Intervensi Pedagogis Guru. *Nuansa Akademik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 11(1), 213–226. <https://doi.org/10.47200/jnajpm.v11i1.3539>
- Riyanto, Y. (2004). *Paradigma Baru Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Sanjaya, W. (2008). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- Sheridan, S. M., Knoche, L. L., Kupzyk, K. A., Edwards, C. P., & Marvin, C. A. (2019). A randomized trial examining the effects of parent engagement on early language and literacy. *Early Childhood Research Quarterly*, 26(1), 1–14.
- Slameto. (2010). Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Warni, R. (2016). Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Guru PAUD*, 5(1), 11–17.
- Yusuf, S., dkk. (2017). Konsentrasi Belajar dan Prestasi Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*, 2(3), 484–490.