



Pengembangan Aplikasi Digital Productivity Assistant untuk Mengurangi Distraksi Digital Pengguna

Wan Abe Syukur¹, Trias Arya Dilah², Arlian Saputra³, Ghema Nusa Persada⁴

1,2,3,4 Universitas Pamulang, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

Email: ¹wanabesyukur@gmail.com, ²triasarya56@gmail.com, ³arliansaputra404@gmail.com,

⁴dosen02682@unpam.ac.id

Abstrak—Distraksi digital menjadi salah satu permasalahan utama di era teknologi informasi yang berdampak pada menurunnya fokus dan produktivitas individu, khususnya pada mahasiswa dan pekerja yang intens menggunakan perangkat digital. Notifikasi aplikasi, media sosial, serta kebiasaan multitasking menyebabkan pengguna sulit mempertahankan konsentrasi dalam aktivitas belajar maupun bekerja. Kondisi tersebut sering kali menurunkan efektivitas penyelesaian tugas dan memengaruhi kualitas hasil kerja pengguna. Penelitian ini bertujuan untuk merancang aplikasi Digital Productivity Assistant sebagai solusi pendukung dalam mengurangi distraksi digital dan meningkatkan fokus pengguna. Metodologi yang digunakan adalah Design Science Research (DSR), yang berfokus pada perancangan dan pengembangan artefak sistem informasi sebagai solusi terhadap permasalahan nyata. Aplikasi dirancang dengan fitur utama berupa *Focus Mode* untuk membatasi gangguan digital, *Task Management* untuk membantu pengelolaan aktivitas pengguna, serta *Productivity Report* sebagai media umpan balik terhadap kebiasaan fokus pengguna secara berkelanjutan. Evaluasi sistem dilakukan menggunakan pendekatan evaluasi konseptual dan analisis perbandingan dengan aplikasi produktivitas sejenis guna menilai kesesuaian desain dan kelayakan fungsional solusi yang diusulkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rancangan aplikasi memiliki struktur sistem yang jelas, alur penggunaan yang terintegrasi, serta potensi untuk membantu pengguna dalam mengurangi distraksi digital dan meningkatkan fokus apabila diimplementasikan secara nyata.

Keywords: *digital distraction; productivity; focus mode; digital productivity assistant; DSR*

Abstract—Digital distraction has become a significant issue in the information technology era, leading to decreased focus and productivity, particularly among students and workers who intensively use digital devices. Application notifications, social media, and multitasking habits often interrupt users' attention, making it difficult to maintain concentration during learning and working activities. These conditions frequently reduce task effectiveness and negatively affect the quality of work outcomes. This study aims to design a Digital Productivity Assistant application as a supporting solution to reduce digital distraction and improve user focus. The research employs the Design Science Research (DSR) methodology, which focuses on the design and development of information system artifacts as solutions to real-world problems. The application is designed with core features including Focus Mode to limit digital interruptions, Task Management to support activity organization, and Productivity Report to provide feedback on users' focus habits in a structured manner. System evaluation is conducted using a conceptual evaluation approach and comparative analysis with existing productivity applications to assess design suitability and functional feasibility. The results indicate that the proposed application design has a clear system structure, an integrated usage flow, and the potential to assist users in reducing digital distraction and improving focus if implemented in real-world conditions.

Keywords: *digital distraction; productivity; focus mode; digital productivity assistant; design science research*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat telah membawa perubahan signifikan dalam pola belajar, bekerja, dan berinteraksi di masyarakat. Perangkat digital seperti smartphone dan aplikasi berbasis internet kini menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas sehari-hari, baik dalam lingkungan pendidikan maupun dunia kerja. Kemudahan akses informasi dan



komunikasi yang ditawarkan oleh teknologi digital memberikan berbagai keuntungan, namun di sisi lain juga memunculkan tantangan baru berupa meningkatnya distraksi digital.

Distraksi digital merupakan kondisi di mana perhatian individu terganggu oleh berbagai stimulus digital, seperti notifikasi aplikasi, pesan instan, media sosial, dan kebiasaan multitasking. Berbagai studi menunjukkan bahwa gangguan tersebut dapat menurunkan kemampuan individu dalam mempertahankan fokus, memperpanjang waktu penyelesaian tugas, serta menurunkan kualitas hasil pekerjaan. Dalam konteks akademik, mahasiswa sering kali mengalami kesulitan mempertahankan konsentrasi saat belajar akibat gangguan dari perangkat digital. Hal serupa juga dialami oleh pekerja profesional yang dituntut untuk tetap produktif di tengah lingkungan kerja digital yang penuh distraksi.

Penggunaan smartphone yang semakin intensif turut memperparah permasalahan distraksi digital. Banyak pengguna secara tidak sadar sering berpindah dari satu aplikasi ke aplikasi lain dalam waktu singkat, sehingga pola kerja menjadi terfragmentasi. Kondisi ini menyebabkan menurunnya efektivitas kerja dan meningkatnya kelelahan kognitif. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada manajemen waktu, tetapi juga mampu mengendalikan sumber distraksi digital secara langsung.

Berbagai aplikasi produktivitas telah dikembangkan sebagai upaya untuk membantu pengguna mengelola waktu dan tugas, seperti aplikasi *to-do list*, *calendar*, dan *pomodoro timer*. Meskipun aplikasi-aplikasi tersebut cukup membantu dalam perencanaan aktivitas, sebagian besar masih bersifat pasif dan belum memberikan intervensi langsung terhadap perilaku penggunaan perangkat digital. Aplikasi produktivitas umumnya hanya berfungsi sebagai alat pencatat dan pengingat tugas tanpa membatasi akses terhadap aplikasi atau notifikasi yang berpotensi mengganggu fokus pengguna.

Beberapa aplikasi telah mencoba mengatasi permasalahan distraksi dengan menyediakan fitur pemblokiran aplikasi dan website, seperti aplikasi ReFocus: Block Apps and Websites. Namun, aplikasi sejenis masih memiliki keterbatasan, antara lain kurangnya integrasi antara pembatasan distraksi, pengelolaan tugas, serta penyajian laporan produktivitas yang komprehensif. Selain itu, tidak semua aplikasi dirancang berdasarkan pendekatan ilmiah yang sistematis dalam proses pengembangannya, sehingga efektivitas solusi yang ditawarkan belum sepenuhnya terukur secara akademik.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan sebuah solusi berbasis sistem informasi yang mampu menggabungkan pembatasan distraksi digital, pengelolaan aktivitas, serta penyajian umpan balik produktivitas dalam satu aplikasi yang terintegrasi. Solusi ini diharapkan tidak hanya membantu pengguna mengatur waktu, tetapi juga mendorong perubahan perilaku penggunaan perangkat digital secara berkelanjutan. Pendekatan ini menuntut proses pengembangan sistem yang sistematis, terukur, dan berbasis pada permasalahan nyata yang dihadapi oleh pengguna.

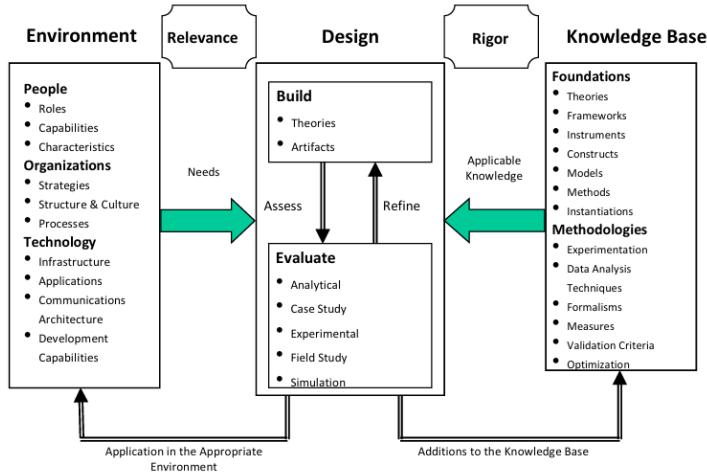
Penelitian ini mengusulkan pengembangan aplikasi Digital Productivity Assistant sebagai solusi untuk mengurangi distraksi digital dan meningkatkan fokus pengguna. Aplikasi ini dirancang untuk membantu pengguna membatasi gangguan digital melalui fitur Focus Mode, mengelola aktivitas melalui Task Management, serta mengevaluasi kinerja fokus melalui Productivity Report. Untuk memastikan bahwa solusi yang dikembangkan relevan dan efektif, penelitian ini menggunakan metodologi Design Science Research (DSR), yang berfokus pada perancangan dan evaluasi artefak sistem informasi sebagai solusi terhadap permasalahan nyata.

Melalui pendekatan Design Science Research, penelitian ini tidak hanya menghasilkan sebuah aplikasi, tetapi juga memberikan kontribusi dalam bentuk pemahaman mengenai bagaimana intervensi berbasis aplikasi digital dapat membantu mengurangi distraksi dan meningkatkan fokus pengguna. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi pengguna serta menjadi referensi bagi pengembangan aplikasi produktivitas berbasis sistem informasi di masa mendatang.

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Design Science Research (DSR), yaitu paradigma penelitian yang berfokus pada pengembangan dan evaluasi artefak untuk menyelesaikan permasalahan nyata. DSR bertujuan untuk menghasilkan solusi inovatif dalam bentuk artefak sistem informasi serta pengetahuan desain yang relevan.

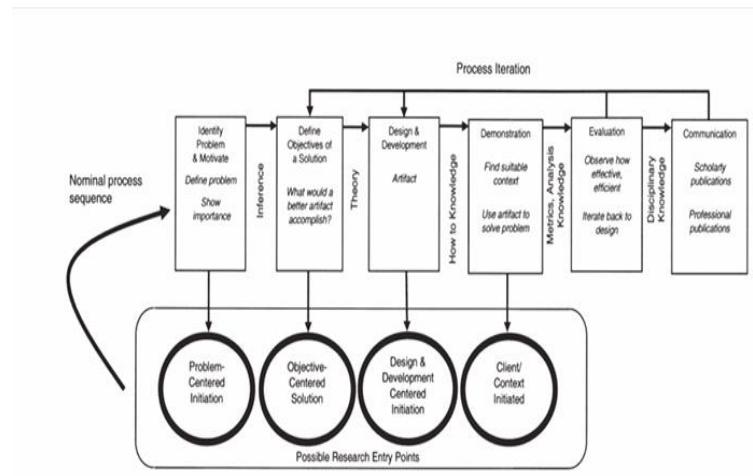
Metodologi DSR menekankan keseimbangan antara relevansi penelitian terhadap permasalahan nyata dan ketelitian ilmiah (rigor) melalui pemanfaatan basis pengetahuan yang telah ada. Kerangka konseptual DSR menggambarkan hubungan antara lingkungan permasalahan, basis pengetahuan, serta aktivitas pembangunan dan evaluasi artefak.



Gambar 1. Kerangka Design Science Research (Hevner et al., 2004)

Kerangka tersebut menunjukkan bahwa penelitian Design Science Research dilakukan dengan mengintegrasikan kebutuhan dari lingkungan nyata dengan pengetahuan ilmiah yang ada. Proses pembangunan dan evaluasi artefak dilakukan secara iteratif untuk memastikan bahwa solusi yang dihasilkan relevan, efektif, dan memiliki dasar ilmiah yang kuat.

Dalam penelitian ini, tahapan pelaksanaan DSR mengacu pada model proses yang dikemukakan oleh Peffers et al. (2008). Model ini terdiri dari enam tahapan utama yang sistematis, mulai dari identifikasi masalah hingga komunikasi hasil penelitian.



Gambar 2. Tahapan Design Science Research (Diadaptasi dari Peffers et al., 2008).

Tahapan penelitian yang dilakukan meliputi identifikasi dan motivasi masalah distraksi digital, penentuan tujuan solusi, perancangan dan pengembangan aplikasi Digital Productivity Assistant, demonstrasi penggunaan aplikasi, evaluasi efektivitas dan usability aplikasi, serta komunikasi hasil penelitian. Melalui tahapan tersebut, penelitian ini menghasilkan sebuah artefak berupa aplikasi yang dirancang untuk membantu pengguna mengurangi distraksi digital dan meningkatkan fokus secara efektif.

2.1 Perancangan Sistem

Perancangan sistem dilakukan untuk menggambarkan struktur, fungsi, dan alur kerja aplikasi Digital Productivity Assistant yang dikembangkan dalam penelitian ini. Tahap perancangan bertujuan untuk memastikan bahwa sistem yang dibangun sesuai dengan kebutuhan pengguna serta mampu mendukung tujuan utama penelitian, yaitu mengurangi distraksi digital dan meningkatkan fokus pengguna.

Perancangan sistem mencakup pemodelan fungsional dan alur proses aplikasi menggunakan beberapa diagram, yaitu Use Case Diagram, Activity Diagram, Sequence Diagram, serta Entity Relationship Diagram (ERD) sebagai gambaran struktur data sistem.

2.2 Use Case Diagram

Use Case Diagram digunakan untuk menggambarkan interaksi antara pengguna (*user*) dan sistem pada aplikasi Digital Productivity Assistant. Diagram ini menunjukkan fungsi-fungsi utama yang dapat diakses oleh pengguna dalam mendukung aktivitas fokus dan produktivitas.

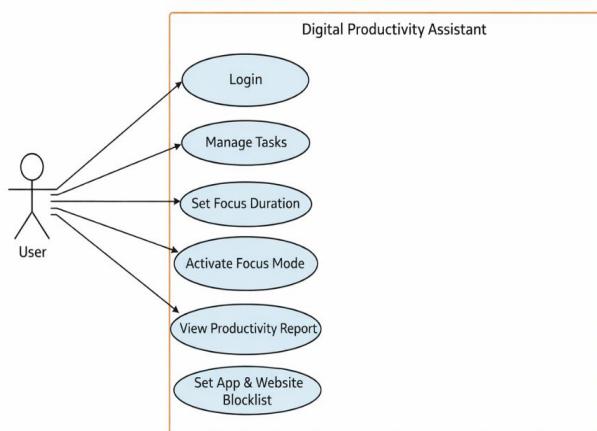
Pada sistem yang dikembangkan, pengguna (User) merupakan satu-satunya aktor yang berinteraksi langsung dengan sistem. Pengguna memiliki hak akses penuh terhadap seluruh fitur utama aplikasi, mulai dari proses autentikasi hingga pemantauan laporan produktivitas.

Berdasarkan Use Case Diagram yang ditunjukkan pada Gambar 3, terdapat beberapa use case utama yang dapat dilakukan oleh pengguna, yaitu Login, Manage Tasks, Set Focus Duration, Activate Focus Mode, View Productivity Report, serta Set App & Website Blocklist. Use case *Login* digunakan untuk melakukan autentikasi pengguna sebelum mengakses fitur aplikasi. Use case *Manage Tasks* memungkinkan pengguna untuk menambah, mengubah, dan menghapus daftar tugas yang akan dikerjakan.

Use case *Set Focus Duration* digunakan oleh pengguna untuk menentukan durasi waktu fokus sesuai dengan kebutuhan. Setelah durasi ditentukan, pengguna dapat menjalankan use case *Activate Focus Mode* untuk memulai sesi fokus. Pada saat Focus Mode aktif, sistem akan membatasi akses terhadap aplikasi dan website yang telah ditentukan pada use case *Set App & Website Blocklist* guna mengurangi distraksi digital selama sesi fokus berlangsung.

Selama dan setelah sesi fokus selesai, pengguna dapat mengakses use case *View Productivity Report* untuk melihat ringkasan aktivitas fokus yang telah dilakukan. Laporan produktivitas tersebut menyajikan informasi terkait durasi fokus dan digunakan sebagai umpan balik untuk membantu pengguna meningkatkan konsistensi dan efektivitas fokus.

Use Case Diagram Digital Productivity Assistant



Gambar 3. Use Case Diagram Digital Productivity Assistant

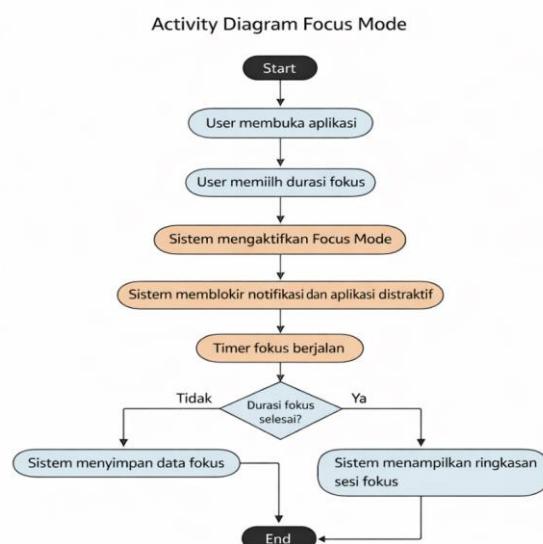
2.3 Activity Diagram Focus Mode

Activity Diagram Focus Mode digunakan untuk menggambarkan alur aktivitas pengguna dan sistem saat menjalankan fitur Focus Mode pada aplikasi Digital Productivity Assistant. Diagram ini menunjukkan tahapan proses secara berurutan, mulai dari pengguna memulai sesi fokus hingga sistem menampilkan ringkasan hasil sesi fokus.

Berdasarkan Activity Diagram yang ditunjukkan pada **Gambar 4**, proses dimulai ketika pengguna membuka aplikasi dan memilih durasi fokus yang diinginkan. Setelah durasi fokus ditentukan, pengguna mengaktifkan fitur Focus Mode melalui aplikasi. Sistem kemudian menjalankan proses pembatasan distraksi dengan memblokir notifikasi serta aplikasi dan website yang telah ditentukan sebelumnya.

Setelah Focus Mode aktif, sistem menjalankan timer fokus sesuai dengan durasi yang telah ditetapkan. Selama timer berjalan, sistem terus memantau status sesi fokus. Pada tahap ini terdapat keputusan apakah durasi fokus telah selesai atau belum. Jika durasi fokus belum selesai, sistem akan kembali melanjutkan proses pemantauan timer hingga waktu fokus berakhir.

Apabila durasi fokus telah selesai, sistem akan menghentikan sesi Focus Mode dan melanjutkan proses penyimpanan data aktivitas fokus ke dalam basis data. Selanjutnya, sistem menampilkan ringkasan sesi fokus kepada pengguna, yang mencakup informasi durasi fokus yang telah dilakukan. Proses kemudian berakhir setelah ringkasan sesi fokus ditampilkan.



Gambar 4. Activity Diagram Focus Mode

2.4 Sequence Diagram Focus Mode

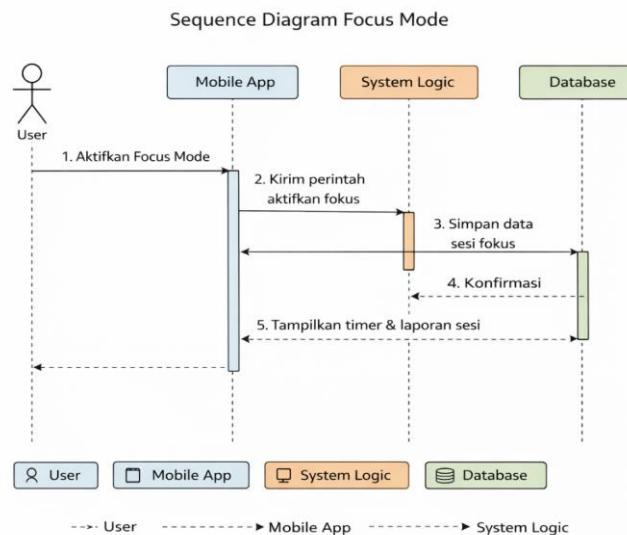
Sequence Diagram Focus Mode digunakan untuk menggambarkan urutan interaksi dan alur komunikasi antara pengguna, aplikasi mobile, logika sistem, dan basis data dalam menjalankan fitur Focus Mode pada aplikasi Digital Productivity Assistant. Diagram ini menampilkan bagaimana setiap komponen saling berinteraksi secara berurutan sejak Focus Mode diaktifkan hingga sesi fokus selesai.

Berdasarkan Sequence Diagram yang ditunjukkan pada **Gambar 5**, proses dimulai ketika pengguna mengaktifkan fitur Focus Mode melalui aplikasi. Aplikasi kemudian meneruskan perintah tersebut ke bagian **System Logic** untuk memproses permintaan dan memvalidasi durasi fokus yang telah ditentukan oleh pengguna. Setelah validasi berhasil, sistem menjalankan Focus Mode dengan membatasi notifikasi serta aplikasi dan website yang bersifat distraktif.

Selanjutnya, **System Logic** menyimpan data awal sesi fokus ke dalam Database sebagai catatan aktivitas pengguna. Setelah data berhasil disimpan, sistem mengirimkan status sesi fokus

kembali ke aplikasi. Aplikasi kemudian menampilkan timer fokus kepada pengguna sebagai indikator bahwa Focus Mode sedang aktif.

Ketika durasi fokus telah selesai, sistem memperbarui data sesi fokus dan kembali menyimpannya ke dalam basis data. Informasi hasil sesi fokus kemudian dikirimkan kembali ke aplikasi untuk ditampilkan kepada pengguna dalam bentuk ringkasan aktivitas. Proses interaksi berakhir setelah aplikasi menampilkan hasil sesi fokus kepada pengguna.



Gambar 5. Sequence Diagram Focus Mode

2.5 Entity Relationship Diagram (ERD)

Entity Relationship Diagram (ERD) digunakan untuk menggambarkan struktur data dan hubungan antar entitas yang digunakan dalam aplikasi Digital Productivity Assistant. ERD ini berfungsi sebagai dasar perancangan basis data untuk mendukung penyimpanan dan pengelolaan data aktivitas pengguna, khususnya terkait pengelolaan tugas, sesi fokus, dan laporan produktivitas.

Berdasarkan ERD yang ditunjukkan pada **Gambar 6**, terdapat empat entitas utama yang saling berhubungan, yaitu User, Task, FocusSession, dan ProductivityReport. Entitas User merupakan entitas utama yang menyimpan data pengguna aplikasi. Setiap pengguna dapat memiliki lebih dari satu tugas, sesi fokus, dan laporan produktivitas.

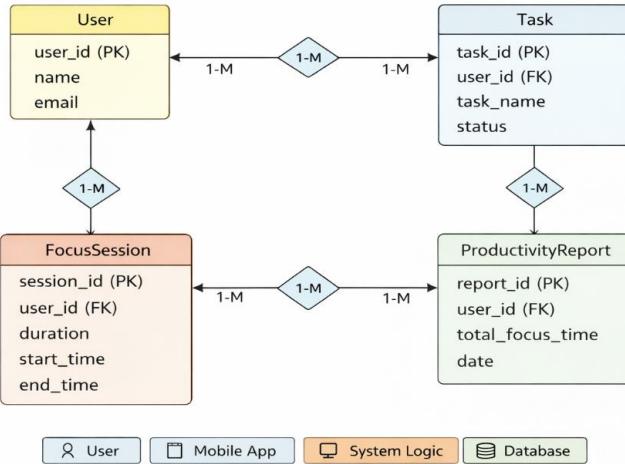
Entitas Task digunakan untuk menyimpan informasi terkait tugas yang dikelola oleh pengguna, termasuk nama tugas dan status penyelesaiannya. Relasi antara entitas User dan Task bersifat satu ke banyak (one-to-many), di mana satu pengguna dapat memiliki banyak tugas.

Entitas FocusSession digunakan untuk mencatat aktivitas sesi fokus yang dilakukan oleh pengguna. Setiap sesi fokus menyimpan informasi durasi, waktu mulai, dan waktu selesai. Relasi antara entitas User dan FocusSession juga bersifat satu ke banyak, karena seorang pengguna dapat melakukan beberapa sesi fokus dalam periode tertentu.

Entitas ProductivityReport digunakan untuk menyimpan ringkasan aktivitas fokus pengguna dalam periode waktu tertentu. Laporan produktivitas ini dihasilkan berdasarkan data dari sesi fokus yang telah dilakukan. Relasi antara entitas User dan ProductivityReport bersifat satu ke banyak, di mana setiap pengguna dapat memiliki beberapa laporan produktivitas.

Struktur ERD yang dirancang ini memungkinkan sistem untuk menyimpan dan mengelola data produktivitas pengguna secara terstruktur, konsisten, dan terintegrasi dengan fitur Focus Mode dan laporan produktivitas pada aplikasi.

Entity Relationship Diagram Digital Productivity Assistant



Gambar 6. Entity Relationship Diagram Digital Productivity Assistant

3. ANALISA DAN PEMBAHASAN

Bagian ini membahas hasil perancangan dan evaluasi konseptual aplikasi Digital Productivity Assistant sebagai solusi untuk membantu mengurangi distraksi digital dan meningkatkan fokus pengguna. Pembahasan difokuskan pada implementasi fitur utama aplikasi, analisis kesesuaian desain sistem dengan kebutuhan pengguna, serta potensi manfaat aplikasi apabila diimplementasikan secara nyata dalam aktivitas belajar dan bekerja.

Aplikasi Digital Productivity Assistant dirancang sebagai aplikasi berbasis mobile yang berfungsi sebagai pendukung produktivitas pengguna di lingkungan digital. Pada tampilan utama aplikasi, pengguna disajikan informasi ringkas mengenai aktivitas penggunaan perangkat, status pemblokiran aplikasi, serta akses cepat ke fitur Focus Mode. Tampilan ini berfungsi sebagai dashboard utama yang membantu pengguna memantau tingkat distraksi dan mengontrol aktivitas fokus secara langsung.

Fitur Focus Mode merupakan fitur inti yang dirancang untuk membatasi gangguan digital selama pengguna menjalankan aktivitas produktif. Melalui fitur ini, pengguna dapat menentukan durasi fokus serta memilih aplikasi atau notifikasi yang perlu dibatasi. Selama Focus Mode aktif, sistem akan meminimalkan gangguan digital sehingga pengguna dapat mempertahankan konsentrasi. Konsep ini mengadopsi pendekatan pembatasan distraksi yang umum digunakan pada aplikasi produktivitas sejenis, namun dikombinasikan dengan pencatatan sesi fokus dan pengelolaan aktivitas pengguna.

Selain Focus Mode, aplikasi juga menyediakan fitur Task Management yang memungkinkan pengguna mengelola daftar tugas secara terstruktur. Fitur ini membantu pengguna merencanakan aktivitas yang akan dilakukan selama sesi fokus, sehingga penggunaan Focus Mode menjadi lebih terarah. Integrasi antara Task Management dan Focus Mode dirancang untuk mendorong pengguna menyelesaikan tugas secara lebih efektif.

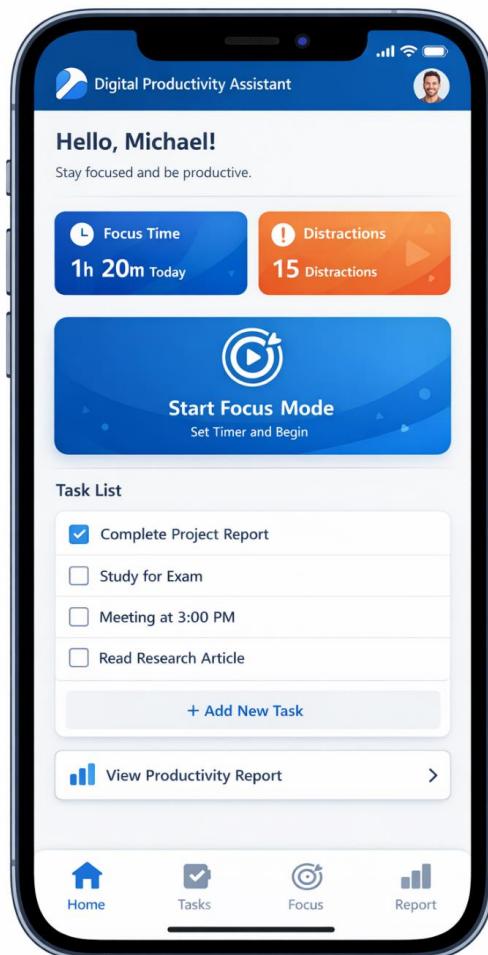
Aplikasi ini juga dilengkapi dengan fitur Productivity Report yang berfungsi sebagai media umpan balik terhadap aktivitas fokus pengguna. Laporan produktivitas menampilkan ringkasan durasi fokus dan aktivitas yang telah dilakukan dalam periode tertentu. Informasi tersebut dapat digunakan oleh pengguna untuk mengevaluasi kebiasaan fokus dan mengidentifikasi pola distraksi yang masih sering terjadi.

Evaluasi sistem dilakukan menggunakan pendekatan evaluasi konseptual dan analisis perbandingan dengan aplikasi produktivitas sejenis. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa rancangan aplikasi memiliki struktur sistem yang jelas, alur penggunaan yang terintegrasi, serta kesesuaian

fungsi dengan kebutuhan pengguna dalam mengurangi distraksi digital. Secara konseptual, aplikasi ini memiliki potensi untuk membantu pengguna meningkatkan fokus dan produktivitas apabila diimplementasikan dan digunakan secara berkelanjutan.

Pembahasan ini menunjukkan bahwa solusi yang dirancang tidak hanya berfokus pada aspek teknis sistem, tetapi juga pada manfaat praktis bagi pengguna. Dengan demikian, aplikasi Digital Productivity Assistant dapat dipandang sebagai solusi pendukung yang relevan dalam menghadapi permasalahan distraksi digital di era teknologi informasi.

3.1 Desain Halaman Utama Aplikasi



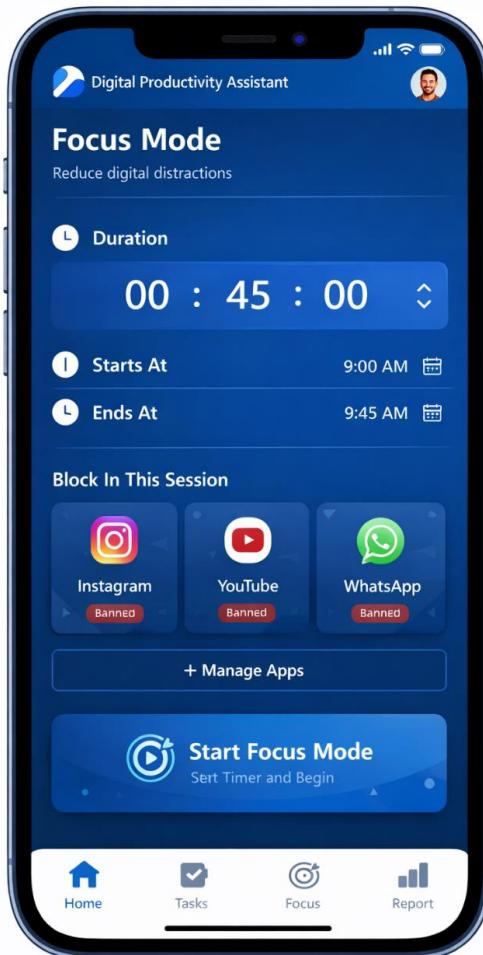
Gambar 7. Contoh Tampilan Halaman Utama Aplikasi

Menu Home pada aplikasi Digital Productivity Assistant berfungsi sebagai halaman utama yang menyajikan ringkasan aktivitas dan kondisi fokus pengguna. Pada tampilan ini, pengguna dapat melihat informasi durasi fokus yang telah dicapai, jumlah distraksi yang terjadi, serta status aktivitas fokus secara real time. Menu Home juga menyediakan akses langsung untuk mengaktifkan Focus Mode, sehingga pengguna dapat segera memulai sesi fokus sesuai dengan kebutuhan.

Selain itu, Menu Home dilengkapi dengan fitur Task List yang membantu pengguna dalam mengelola dan memantau tugas yang sedang dikerjakan. Integrasi antara ringkasan fokus, pengelolaan tugas, dan akses ke laporan produktivitas dirancang untuk memberikan kemudahan dalam memantau kebiasaan kerja dan belajar pengguna. Dengan demikian, Menu Home berperan sebagai dashboard utama yang mendukung pengelolaan fokus dan produktivitas pengguna secara terstruktur.



3.2 Desain Tampilan Focus Mode



Gambar 8. Tampilan Focus Mode Aplikasi

Tampilan Focus Mode pada aplikasi Digital Productivity Assistant dirancang dengan gaya antarmuka yang konsisten dengan Menu Home, baik dari segi warna, tipografi, maupun tata letak elemen. Konsistensi desain ini bertujuan untuk menjaga kenyamanan visual dan memudahkan pengguna dalam berpindah antar menu tanpa mengalami kebingungan antarmuka.

Pada tampilan Focus Mode, pengguna dapat mengatur durasi sesi fokus, menentukan waktu pelaksanaan, serta memilih aplikasi atau notifikasi yang akan dibatasi selama sesi berlangsung. Informasi status Focus Mode ditampilkan secara ringkas dan jelas, sehingga pengguna dapat dengan mudah mengetahui apakah sesi fokus sedang aktif atau tidak. Tombol aksi utama ditempatkan secara strategis agar pengguna dapat memulai atau menghentikan Focus Mode dengan cepat.

Integrasi desain antara Menu Home dan Focus Mode menjadikan Focus Mode sebagai bagian dari dashboard produktivitas yang saling terhubung. Dengan pendekatan ini, Focus Mode tidak hanya berfungsi sebagai fitur pemblokiran distraksi, tetapi juga sebagai komponen pendukung pengelolaan fokus yang terstruktur dalam keseluruhan sistem aplikasi.



3.3 Desain Tampilan Productivity Report



Gambar 9. Tampilan Productivity Report

Tampilan Productivity Report pada aplikasi Digital Productivity Assistant berfungsi sebagai media visualisasi aktivitas fokus dan tingkat distraksi pengguna dalam periode tertentu. Pada halaman ini, pengguna dapat melihat ringkasan durasi fokus yang telah dicapai, jumlah distraksi yang terjadi, serta perbandingan aktivitas fokus antar waktu, seperti harian atau mingguan. Informasi tersebut disajikan dalam bentuk grafik batang dan indikator numerik untuk memudahkan pemahaman terhadap pola penggunaan perangkat.

Selain ringkasan durasi fokus, Productivity Report juga menampilkan rata-rata durasi sesi fokus serta daftar aplikasi yang paling sering menimbulkan distraksi. Penyajian data ini bertujuan untuk membantu pengguna mengenali kebiasaan digital yang berpotensi mengganggu konsentrasi. Antarmuka laporan dirancang konsisten dengan Menu Home dan Focus Mode, sehingga pengguna dapat dengan mudah menghubungkan aktivitas fokus yang telah dilakukan dengan hasil laporan yang ditampilkan.

Secara konseptual, Productivity Report berperan sebagai fitur umpan balik yang mendukung kesadaran pengguna terhadap perilaku digital mereka. Dengan adanya laporan ini, pengguna diharapkan dapat melakukan evaluasi mandiri dan merencanakan strategi peningkatan fokus secara lebih terstruktur pada penggunaan aplikasi selanjutnya.



4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil perancangan dan evaluasi konseptual yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa aplikasi Digital Productivity Assistant berhasil dirancang sebagai solusi berbasis sistem informasi untuk membantu mengurangi distraksi digital dan mendukung peningkatan fokus pengguna. Perancangan aplikasi dilakukan dengan pendekatan Design Science Research (DSR) yang menekankan pengembangan artefak sebagai jawaban atas permasalahan distraksi digital yang banyak dialami oleh pengguna perangkat digital.

Aplikasi ini dirancang dengan fitur utama berupa Focus Mode, Task Management, dan Productivity Report yang saling terintegrasi. Focus Mode berfungsi untuk membatasi gangguan digital selama aktivitas produktif, Task Management membantu pengguna dalam mengelola aktivitas secara terstruktur, sedangkan Productivity Report memberikan umpan balik terhadap kebiasaan fokus pengguna. Integrasi ketiga fitur tersebut dirancang untuk mendukung pengelolaan fokus secara lebih sistematis dan berkelanjutan.

Hasil evaluasi konseptual menunjukkan bahwa rancangan sistem memiliki alur penggunaan yang jelas, struktur antarmuka yang konsisten, serta kesesuaian fungsi dengan kebutuhan pengguna dalam mengelola distraksi digital. Meskipun aplikasi belum diuji secara empiris terhadap pengguna, rancangan yang diusulkan memiliki potensi untuk dikembangkan dan diimplementasikan sebagai alat bantu produktivitas dalam aktivitas belajar maupun bekerja.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan lebih lanjut, khususnya pada tahap implementasi dan pengujian empiris untuk mengukur tingkat efektivitas, usability, serta dampak penggunaan aplikasi terhadap peningkatan fokus dan produktivitas pengguna.

REFERENCES

- Bailey, B. P., & Konstan, J. A. (2006). On the need for attention-aware systems: Measuring effects of interruption on task performance. *Computers in Human Behavior*, 22(4), 685–708.
- Calvo, R. A., D'Mello, S., Gratch, J., & Kappas, A. (2015). *The Oxford handbook of affective computing*. Oxford: Oxford University Press.
- Duke, É., & Montag, C. (2017). Smartphone addiction and beyond: Initial insights on an emerging research topic. *Addictive Behaviors Reports*, 6, 1–4.
- Hevner, A. R., March, S. T., Park, J., & Ram, S. (2004). Design science in information systems research. *MIS Quarterly*, 28(1), 75–105.
- ISO 9241-210. (2019). Ergonomics of human-system interaction — Human-centred design for interactive systems. International Organization for Standardization.
- Jarrahi, M. H. (2023). Redressing digital distraction in knowledge work. *International Journal of Information Management*, 68, 102623.
- Koessmeier, C., Büttner, O. B., & al. (2021). Why are we distracted by social media? *International Journal of Human–Computer Interaction*, 37(9), 1–15.
- Kushlev, K., Proulx, J., & Dunn, E. W. (2017). Digitally connected, socially disconnected: The effects of relying on technology rather than other people. *Computers in Human Behavior*, 76, 68–74.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2015). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*, 31, 343–350.
- Mark, G., Gudith, D., & Klocke, U. (2008). The cost of interrupted work: More speed and stress. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 107–110.
- Newport, C. (2016). *Deep work: Rules for focused success in a distracted world*. New York: Grand Central Publishing.
- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L., & Raita, E. (2012). Habits make smartphone use more pervasive. *Personal and Ubiquitous Computing*, 16(1), 105–114.
- Peffers, K., Tuunanen, T., Rothenberger, M. A., & Chatterjee, S. (2008). A design science research methodology for information systems research. *Journal of Management Information Systems*, 24(3), 45–77.
- Rosen, L. D., Lim, A. F., Smith, J., & Barak, R. (2011). The distracted student: Impact of multitasking on learning. *Psychology of Education Review*, 35(1), 23–29.
- Van der Aalst, W. M. P. (2016). *Process mining: Data science in action*. Berlin: Springer.