

PENGARUH PENGGUNAAN GADGET TERHADAP PRESTASI BELAJAR PADA SISWA SMPN 1 KRONJO -TANGERANG TAHUN 2021

Mizwar Taufiq Pirmansyah^{1)*}, Dakiro²⁾

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Faathir Husada (S1 Ilmu Keperawatan), Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Faathir Husada, Kabupaten. Tangerang, Indonesia

² Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Faathir Husada (S1 Ilmu Keperawatan), Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Faathir Husada, Kabupaten. Tangerang, Indonesia
mizwartaufiq2@gmail.com

Abstrak

Gadget adalah telepon yang memiliki kemampuan seperti komputer, biasanya memiliki layar yang cukup besar dan system operasinya mampu menjalankan berbagai macam tujuan aplikasi-aplikasi yang umum. Prestasi belajar adalah hasil atau taraf kemampuan yang telah dicapai siswa setelah mengikuti proses belajar mengajar dalam waktu tertentu, baik berupa perubahan tingkah laku, keterampilan, dan pengetahuan. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh gadget terhadap prestasi belajar di SMP Negeri 1 Kronjo Tahun 2021. **Metode penelitian:** Penelitian ini bersifat Deskriptif dengan pendekatan Cross sectional. Dengan menggunakan korelasi pearson product moment. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa-siswi kelas XII, dengan metode pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu sebanyak 32 sampel, dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2021. **Hasil Penelitian:** Menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan prestasi belajar di SMP Negeri 1 Kronjo ditandai dengan nilai $p \text{ Value} = 0.0105 < 0.05$. **Kesimpulan:** Diharapkan bahwa penelitian ini akan digunakan sebagai referensi bagi sekolah terhadap dampak penggunaan gadget, sehingga penelitian ini nantinya dapat digunakan oleh siswa untuk meningkatkan prestasi belajar, dan dapat memberikan informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya dengan mengganti atau menambahkan variabel yang ada terkait dengan dengan deskripsi penggunaan gadget, belajar pada remaja.

Kata kunci : Penggunaan Gadget, Prestasi Belajar

Abstract

A gadget is a phone that has computer-like capabilities, usually has a large enough screen and its operating system is capable of running various general purpose applications. Learning achievement is the result or level of ability that has been achieved by students after participating in the teaching and learning process within a certain time, either in the form of changes in behavior, skills, and knowledge. **Purpose:** This study was to determine the effect of gadgets on learning achievement at SMP Negeri 1 Kronjo in 2021. **Research method:** This research is descriptive in nature with a cross-sectional approach. By using Pearson product moment correlation. The population in this study were all class XII students, with the sampling method using total sampling, namely 32 samples, held on August 25 2021. **Research Results:** Shows that there is a relationship between the use of gadgets and learning achievement at SMP Negeri 1 Kronjo marked with a $p \text{ value} = 0.0105 < 0.05$. **Conclusion:** It is hoped that this research will be used as a reference for schools on the impact of using gadgets, so that this research can later be used by students to improve learning achievement, and can provide additional information for future researchers by replacing or adding existing variables related to the description of use gadgets, learning in adolescents.

Keywords: Use of Gadgets, Learning Achievemen

PENDAHULUAN

Gadget dengan berbagai aplikasi dapat menyajikan berbagai macam media social, sehingga seringkali banyak disalahgunakan oleh para siswa yang dapat berdampak buruk bagi nilai akademik atau tingkat prestasi belajar mereka (Manumpil, 2015). Perkembangan teknologi pada zaman sekarang banyak mengalami kemajuan yang sangat pesat, ditandai dengan adanya kemajuan pada bidang informasi dan teknologi seperti *gadget* (Tania Clara Dewanti, 2016). *Gadget* merupakan suatu barang dengan banyaknya berbagai macam aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring *social*, hobi, bahkan hiburan (Arif Rifan, 2017). *Gadget* atau *handphone* (smartphone) bukan hanya sekedar alat komunikasi, jaman sekarang *gadget* sudah menjadi tren atau gaya hidup saat ini (Nurmalasari, 2018). *Gadget* merupakan suatu alat komunikasi seperti telepon yang memiliki kemampuan layaknya komputer, biasanya memiliki layar yang besar dan sistem operasinya mampu menjalankan tujuan aplikasi-aplikasi yang umum digunakan (Astusti, 2019). Di era globalisasi seperti saat ini alat komunikasi seperti *gadget* yang semakin canggih yaitu *gadget* memiliki beberapa manfaat bagi penggunaannya terhadap siswa (Kurniawati, 2020). Di tengah masyarakat sekarang, *gadget* yang paling populer yaitu smartphone (telepon pintar). Oleh karena itu tidak heran jika penyebutan *gadget* lebih merujuk pada smartphone, android, tablet, notebook, yang merupakan perangkat elektronik paling praktis saat ini (Subagijo, 2020).

Prestasi belajar adalah hasil atau taraf kemampuan yang telah dicapai oleh siswa setelah mengikuti proses belajar mengajar dalam waktu tertentu, baik berupa perubahan tingkah laku, keterampilan dan pengetahuan (Arif Rifan, 2017). Menurut hasil penelitian Febrian (2014) Hubungan Antara Konsep diri dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XII IPA 2 Tahun Ajaran 2013/2014 di SMA Dharma Putra Tangerang dimana prestasi belajar merupakan hasil dari suatu proses yang dinyatakan dalam bentuk angka sebagai suatu bentuk evaluasi yang diberikan pada akhir semester dalam bentuk rapor dalam kutipan (Astusti, 2019).

Data dari World Health Organization (WHO) terdapat 76,9 miliar penggunaan gadget. Pengguna gadget di Indonesia sebanyak 1,3 Juta pada tahun 2009 dan akan bertambah mencapai 18,7 juta pada tahun 2015. Menurut Market penggunaan gadget pada tahun 2016 mencapai 65,52 juta, tahun 2017 74,9 juta dan Tahun 2018 dan 2019 akan terus berkembang (Astusti, 2019). Pengguna internet di Indonesia hingga akhir tahun 2013 mencapai 71,19 juta orang, survei ini dilakukan pada 78 kabupaten/kota dan 33 provinsi dan mengalami kenaikan. Menurut survei, di Sulawesi utara sudah mencapai 100% menggunakan Komputer dan Internet (Manumpil, 2015). Saat ini kurang lebih 45 juta menggunakan internet, dimana 9 juta diantaranya menggunakan ponsel untuk mengakses internet. Pada tahun 2001, jumlah pengguna internet di Indonesia hanya setengah juta penduduk. Jumlah ini semakin bertambah karena semakin mudah di dapat serta terjangkau harga dari ponsel cerdas (Arif Rifan, 2017). Memberikan informasi atau konseling kepada siswa untuk penggunaan *gadget* yang baik serta

memberikan informasi kepada para orang tua untuk bias mengawasi penggunaan *gadget* yang berlebihan (Manumpil, 2015).

Tujuan utama pembelajaran yaitu menciptakan suatu kondisi agar siswa dapat belajar. Belajar merupakan suatu proses perubahan perilaku yang terjadi pada diri siswa. Proses perubahan ini terjadi karena adanya interaksi antara kekuatan internal (kesadaran atau kognisi) dengan kekuatan eksternal (lingkungan, tantangan dan kesempatan). Proses perubahan ini meliputi: struktur perseptual kognitif, struktur penilaian moral dan kemauan serta pola motorik untuk menghadapi kondisi obyektif. (Ibnu Hadjar, 2003). Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru oleh dengan usahanya dalam suatu rangka mengaktualisasikan dan mempotensikan diri lewat belajar. (Anton Sukarno 2004). Jika kita melakukan serangkaian kegiatan suatu pembelajaran, hasil akhir merupakan suatu tujuan yang ingin di capai. (Siti Pratini, 2005).

Prestasi belajar merupakan perubahan tingkah laku yang dianggap penting dan diharapkan dapat mencerminkan suatu perubahan yang terjadi sebagai hasil belajar siswa, baik yang berdimensi cipta, dan rasa maupun yang berdimensi karsa (Syah M, 2006). Prestasi belajar yaitu salah satu sumber informasi yang terpenting dalam pengambilan suatu keputusan pendidikan, pengukurannya diperoleh dari sebuah tes prestasi belajar, yang biasanya dinyatakan dalam bentuk nilai-nilai akademik individu siswa. (Aswar, 2007). Dalam sebuah proses pendidikan prestasi dapat diartikan sebagai hasil dari proses belajar mengajar, yaitu dengan penguasaan, perubahan emosional, atau perubahan tingkah laku yang dapat diukur dengan tes tertentu (Abu Muhammad, 2008).

Belajar merupakan proses mental yang terjadi di dalam diri seseorang, yang dapat menyebabkan munculnya perubahan perilaku. Aktivitas mental ini terjadi karena adanya interaksi individu dengan lingkungan yang disadari (Sanjaya Wina, 2009). Prestasi dapat diartikan sebagai suatu hasil yang telah diperoleh karena adanya suatu aktivitas belajar yang telah dilakukan (Moh.Zaiful Rosyid, 2019). Belajar merupakan suatu proses yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil suatu pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010).

METODE

Desain penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik korelasi, dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui, Pengaruh Penggunaan *Gadget* Terhadap Prestasi Belajar Pada Siswa SMPN 1 Kronjo Tangerang Tahun 2021 variabel bebas (penggunaan gadget) dan terikat (prestasi belajar) diobservasi dan diukur dalam waktu yang bersamaan.

1. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Nursalam (2016) berpendapat bahwa populasi penelitian ini adalah subjek (manusia: klien) yang memenuhi kriteria yang ditetapkan. Penelitian ini adalah penelitian yang melihat

hubungan antara penggunaan smartphone/gadget dengan prestasi belajar. Dimana penggunaan smartphone dilakukan oleh siswa. Subjek pada penelitian ini adalah seluruh Siswa SMPN 1 Kronjo Tangerang kelas IX sebanyak 32 siswa.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini sampel yang digunakan seluruh Siswa SMPN 1 Kronjo Tangerang kelas IX sebanyak siswa. Jumlah ini dihitung dengan menggunakan total sampling, sehingga dalam penelitian ini sampelnya adalah seluruh siswa SMPN 1 kronjo Tangerang sebanyak 32 responden.

1) Kriteria Inklusi

- a) Siswa yang memiliki *Handphone* (Hp)/*Gadget*
- b) Siswa yang tidak sedang cuti/izin/sakit
- c) Siswa yang bersedia menjadi responden

2) Kriteria Eksklusi

- a) Siswa yang tidak memiliki *Handphone* (HP)/*Gadget*
- b) Siswa yang sedang cuti/izin/sakit
- c) Siswa yang tidak bersedia menjadi responden

HASIL

1. Jenis Kelamin

Tabel 4.1

**Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa-siswi SMP Negeri 1
Kronjo Tahun 2021**

No	Jenis Kelamin	Sampel (N)	Percent (%)
1	Laki-Laki	10	31.3%
2	Perempuan	22	68.8%
Total		32	100.0

Sumber: Data Primer, September 2021

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 22 responden (68.8%), dan sebagian kecil berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 responden (31.3%).

2. Umur

Tabel 4.2

**Distribusi Responden Berdasarkan Usia Siswa-siswi
SMP Negeri 1 Kronjo Tahun 2021**

No	Jenis Kelamin	Sampel (N)	Usia		Percent
			15 Tahun	16 Tahun	
1	Laki-laki	10	4	6	31.3%
2	Perempuan	22	15	7	68.8%
Total		32	19	13	100.0

Sumber : Data Primer, September 2021.

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa rata-rata umur responden di SMP Negeri 1 Kronjo adalah 15 tahun, dan usia tertua responden adalah 16 tahun.

3. Prestasi Belajar

Tabel 4.3

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Prestasi Belajar
Siswa-siswi SMP Negeri 1 Kronjo**

Prestasi Belajar	Frequency	Percent
Baik	26	81.3
Cukup	6	18.8
Total	32	100.0

Sumber: Data Primer, September 2021.

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa-siswi yang berprestasi baik sebanyak 26 responden (81.3%) sedangkan sebagian kecil siswa-siswi yang berprestasi cukup sebanyak 6 responden (18.8%).

4. Pengaruh Gadget terhadap Prestasi Belajar

Tabel 4.4

**Tabulasi Silang Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Belajar
Siswa-siswi SMP Negeri 1 Kronjo**

Tahun 2021

Penggunaan Gadget	Prestasi Belajar		Total	p Value	A
	Baik	Cukup			
Selalu	8 25%	4 12.5%	12 37.5%	0.0105	0.05
Sering	16 50%	2 6.25%	18 56.25%		
Kadang-kadang	2 6.25%	0 0%	2 6.25%		
Total	26 81.25%	6 18.75%	32 100%		

Sumber : Olah Data SPSS, 2021

Berdasarkan table 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar yang sering menggunakan gadget dengan prestasi belajar baik sebanyak 16 responden (50%), sedangkan sebagian kecil yang sering menggunakan gadget dengan prestasi belajar cukup sebanyak 2 responden (6.25%), dengan p Value = 0.0105 < 0.05, dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan gadget dengan prestasi belajar.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Penggunaan Gadget

Berdasarkan pada penelitian di SMP Negeri 1 Kronjo dari 32 responden yang diteliti, didapatkan hasil penggunaan penggunaan Gadget yang selalu sebanyak 12 responden (37.5%), sering sebanyak 18 responden (56.3%), kadang-kadang sebanyak 2 responden (6.3%). Gadget dengan berbagai aplikasi dapat menyajikan berbagai macam media sosial, sehingga seringkali banyak disalahgunakan oleh para siswa yang dapat berdampak buruk bagi nilai akademik atau tingkat prestasi belajar mereka (Manumpil, 2015). Gadget adalah telephone yang mempunyai kemampuan seperti komputer, biasanya memiliki layar yang cukup besar serta sistem operasinya mampu untuk menjalankan tujuan aplikasi-aplikasi yang umum (Alexander, 2017). Gadget merupakan suatu barang dengan banyaknya berbagai macam aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring social, hobi, bahkan hiburan (Arif Rifan, 2017).

Di tengah masyarakat sekarang, gadget yang paling populer yaitu smartphone (telepon pintar). Oleh karena itu tidak heran jika penyebutan gadget lebih merujuk pada smartphone, android, tablet, notebook, yang merupakan perangkat elektronik paling praktis saat ini (Subagijo, 2020). Menurut Tubbs & Moss (1983) menerangkan bahwa intensitas gadget atau smartphone merupakan suatu momentum yang dipengaruhi oleh waktu. Dalam kutipan (Oktario, 2017). Menurut Depdiknas (2011), Frekuensi merupakan keseringan atau jumlah pemakaian suatu unsur penggunaan dalam jangka waktu tertentu. Durasi nampak pada seberapa lama seorang dalam melakukan penggunaan gadget atau smartphonenya. Dalam kutipan (Oktario, 2017).

Intensitas penggunaan smartphone merupakan bentuk dari kuantitas penggunaan smartphone berdasarkan tingkatan frekuensi dan durasi penggunaannya (Oktario, 2017). Perkembangan teknologi pada zaman sekarang banyak mengalami kemajuan yang sangat pesat, ditandai dengan adanya kemajuan pada bidang informasi dan teknologi seperti gadget.

Berdasarkan beberapa pengertian mengenai intensitas yang tertera di atas, dapat disimpulkan bahwa intensitas merupakan suatu bentuk kuantitas yang muncul pada sebuah

energi yang muncul berdasarkan tingkatan frekuensi serta durasi penggunaan gadget atau smartphone pada stimulus fisik yang diterima.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Prestasi Belajar

Berdasarkan pada penelitian di SMP Negeri 1 Kronjo dari 32 responden yang diteliti, didapatkan hasil siswa-siswi yang berprestasi baik sebanyak 26 responden (81.3%) dan yang berprestasi cukup sebanyak 6 responden (18.8%).

Prestasi belajar merupakan hasil belajar yang dicapai setelah melalui proses kegiatan belajar mengajar. Prestasi belajar dapat ditunjukkan melalui nilai yang diberikan oleh seorang guru dari jumlah bidang studi yang telah dipelajari oleh peserta didik. Setiap kegiatan pembelajaran tentunya selalu mengharapkan akan menghasilkan pembelajaran yang maksimal.

Prestasi belajar merupakan hasil atau taraf kemampuan yang telah dicapai oleh siswa setelah mengikuti proses belajar mengajar dalam waktu tertentu, baik berupa perubahan tingkah laku, keterampilan dan pengetahuan (Arif Rifan, 2017). Tujuan utama pembelajaran adalah menciptakan kondisi agar siswa dapat belajar. Belajar merupakan suatu proses perubahan perilaku yang terjadi pada diri siswa. Proses perubahan tersebut terjadi karena adanya interaksi antara kekuatan internal (kesadaran atau kognisi) dan kekuatan eksternal (berupa lingkungan, tantangan, kesempatan). Proses perubahan tersebut meliputi : struktur perseptual kognitif, struktur penilaian moral dan kemauan serta pola motorik untuk menghadapi kondisi obyektif (Ibnu Hadjar, 2003). Menurut hasil penelitian Febrian (2014) Hubungan Antara Konsep diri dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XII IPA 2 Tahun Ajaran 2013/2014 di SMA Dharma Putra Tangerang dimana prestasi belajar merupakan hasil dari suatu proses yang dinyatakan dalam bentuk angka sebagai suatu bentuk evaluasi yang diberikan pada akhir semester dalam bentuk rapor. dalam kutipan(Astusti, 2019).

Dalam proses belajar mengajar dikelas untuk mengetahui berhasil atau tidaknya pembelajaran yang dicapai siswa harus dilakukan evaluasi yang hasilnya berupa prestasi belajar siswa. Prestasi belajar merupakan penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, umumnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan uraian di atas yang dimaksud dengan prestasi belajar adalah keberhasilan yang dicapai seseorang dari proses belajar yang ditandai dalam bentuk berupa simbol, angka, huruf maupun kalimat sebagai salah satu bukti aktualisasi diri dari belajar. Prestasi

belajar dapat dicapai dengan usaha maksimal, baik melalui latihan maupun pengalamannya dalam belajar.

3. Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Belajar

Sebagian besar yang sering menggunakan gadget sebanyak 18 responden (56.3%) sedangkan sebagian kecil yang kadang-kadang menggunakan gadget sebanyak 2 responden (6.3%).

Gadget dengan berbagai aplikasi dapat menyajikan berbagai macam media social, sehingga seringkali banyak disalahgunakan oleh para siswa yang dapat berdampak buruk bagi nilai akademik atau tingkat prestasi belajar mereka (Manumpil, 2015). Lingkungan akademis seseorang yang menggunakan gadget memang dapat dimudahkan dalam beraktifitas, tetapi juga dapat memberikan dampak tidak baik (72%) pada remaja diketahui bahwa media massa atau dalam hal ini yaitu internet dapat memberikan dampak yang besar terhadap perubahan perilaku dan persepsi penggunaannya suatu faktor terbesar remaja melakukan perilaku seksual adalah melihat konten porno di internet terutama video.

Perkembangan teknologi pada zaman sekarang banyak mengalami kemajuan yang sangat pesat, ditandai dengan adanya kemajuan pada bidang informasi dan teknologi seperti gadget. Sedangkan prestasi belajar adalah keberhasilan yang dicapai seseorang dari proses belajar yang ditandai dalam bentuk berupa simbol, angka, huruf maupun kalimat sebagai salah satu bukti aktualisasi diri dari belajar. Prestasi belajar dapat dicapai dengan usaha maksimal, baik melalui latihan maupun pengalamannya dalam belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Belajar Siswa-siswi SMP Negeri 1 Kronjo Tangerang Tahun 2021, maka peneliti menyimpulkan:

- a. Sebagian besar responden sering menggunakan gadget sebanyak 18 responden (56.3%).
- b. Sebagian besar responden memiliki prestasi belajar yang baik sebanyak 26 responden (81.3%).
- c. Terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan prestasi belajar ditandai dengan nilai ρ Value = 0.0105 < 0.05.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif Rifan, E. J. (2017). Pengaruh Gadget Terhadap Prestasi Siswa SMK Yayasan Islam Tasikmalaya Dengan Metode TAM. *Jurnal Informatika*, 163-173.
- Arif Rifan, E. J. (2017). Pengaruh Gadget Terhadap Prestasi Siswa SMK Yayasan Islam Tasikmalaya Dengan Metode TAM. *Jurnal Informatika*, 163-173.

- Astuti, H. (2019). Pengaruh Penggunaan Gadget Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa/Siswi SMAN 2 Tembilahan. *Selodang Mayang*, 157-163.
- Astuti, H. (2019). Pengaruh Penggunaan Gadget Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa/Siswi SMAN 2 Tembilahan. *Selodang Mayang*, 157-163.
- Hilgard, B. (1975). *Theoris of Learning*.
- Kurniawati, D. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 79-84.
- Kurniawati, D. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 79-84.
- Manumpil, B. (2015). Hubungan Pengaruh Gadget Dengan Tingkat Prestasi Siswa Di SMA Negeri 9 Manado. *e-journal Keperawatan*, 1-6.
- Moh.Zaiful Rosyid, M. A. (2019). *Prestasi Belajar*. Malang: Literasi Nusantara.
- Nurmalasari, D. W. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Tingkat Prestasi Siswa SMPN Satu Atap Pakis Jaya Karawang. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Komputer*, 211-218.
- Nurmalasari, D. W. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Tingkat Prestasi Siswa SMPN Satu Atap Pakisjaya Karawang. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Komputer*, 211-218.
- Oktario, A. (2017). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Gadget Dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa. *Skripsi Penelitian*, 1-144.
- Oktario, A. (2017). Hubungan Antara Intensitas Penggunan Smartphone dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa. *Jurnal Skripsi*, 1-144.
- Subagijo, A. (2020). *Diet dan Detoks Gadget*. Jakarta Selatan: Noura Books.
- Tania Clara Dewanti, W. T. (2016). Hubungan Keterampilan Sosial Dan Penggunaan Gadget Smartphone Dengan Prestasi Belajar Siswa SMA Negeri 9 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 126-131.