

Volume 4, No. 3
Desember, 2021

e-ISSN : 2685-1997
p-ISSN : 2685-9068

REAL in Nursing Journal (RNJ)

Research of Education and Art Link in Nursing Journal

<https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

Tingkat Ketergantungan Gadget Pada Anak Usia Sekolah di Kota Bukittinggi

Cory Febrina, Sandra Dewi, Rina Mariyana & Wiwit Febrina



**UNIVERSITAS
FORT DE KOCK
BUKITTINGGI**

Program Studi Keperawatan dan Pendidikan Ners
Universitas Fort de Kock Bukittinggi, Indonesia

Tingkat Ketergantungan Gadget Pada Anak Usia Sekolah di Kota Bukittinggi

REAL in
Nursing
Journal (RNJ)

<https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>

Cory Febrina, Sandra Dewi, Rina Mariyana & Wiwit Febrina

ABSTRACT

Background: The use of gadgets is one of the shortcuts for parents in accompanying their children as caregivers. At the age of adolescence in the pandemic era, it becomes a primary need to use gadgets in the online learning process, but the health impacts, including anemia, decreased role functions, decreased behavioral control, and sexual behavior deviations need to be a concern. **Purpose:** This study aims to determine the distribution of gadget addiction. **Methods:** This uses descriptive analytic. The research sample was teenagers who were taken by multistage random sampling and who met the inclusion criteria were 50 respondents. Data collection in this study used an instrument using the Smartphone Addiction Scale (SAS) questionnaire. **Results:** results showed most gadget addiction is dependence level Low (46%), the level of dependence moderate (34%), very low level of dependence (18%), high dependency level (2%). **Conclusion:** There is a need for holistic nursing interventions for individuals and families with gadget addiction based on the level of dependence, it takes the participation of schools and the community in providing education on the negative impact of gadget addiction.

Keywords:

Addiction, Gadget, Adolescents

Korespondensi:

Cory Febrina
cfebrina6@gmail.com

Prodi Keperawatan &
Pendidikan Ners,
Fakultas Kesehatan,
Universitas Fort De Kock

ABSTRAK

Latar Belakang- Pemanfaatan gadget menjadi salah satu jalan pintas orang tua dalam pendamping sebagai pengasuh anaknya. Pada usia remaja di era pandemi, menjadi kebutuhan primer untuk menggunakan gadget dalam proses pembelajaran dalam jaringan, namun dampak kesehatan, diantaranya anemia, Penurunan fungsi peran, penurunan kontrol perilaku, hingga penyimpangan perilaku seksual perlu menjadi perhatian. Tujuan- Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui distribusi tingkat kecanduan gadget. Desain/ Metodologi/ pendekatan Penelitian- ini menggunakan deskriptif analitik. Sampel penelitian adalah remaja yang diambil dengan multistage random sampling dan yang memenuhi kriteria inklusi adalah 50 orang responden. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen menggunakan kuesioner Smartphone Addiction Scale (SAS). Temuan- Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecanduan gadget paling banyak adalah tingkat ketergantungan Rendah (46%), tingkat ketergantungan sedang (34%), tingkat ketergantungan sangat rendah (18%), tingkat ketergantungan tinggi (2%). Kesimpulan- Perlu adanya intervensi holistik keperawatan untuk individu dan keluarga dengan kecanduan gadget berdasarkan tingkat ketergantungan, dibutuhkan peran serta sekolah dan masyarakat dalam memberikan edukasi dampak negatif kecanduan gadget.

Kata Kunci: Addiksi, gadget, remaja

PENDAHULUAN

Kecanduan gadget berdampak negatif pada kehidupan remaja, baik dalam kesehatan, akademik, sosial, maupun keluarga (Febrina & Mariyana, 2021). Penggunaan gadget secara berlebihan, pada masa pandemi covid-19, metode pembelajaran dalam jaringan, serta kebutuhan manusia akan informasi yang membuat penggunaan *gadget* seperti pisau bermata dua, selain dampak negatif terdapat pula dampak positif yang tidak bisa dihindari, dan akan terus berkembang dimasa yang akan datang (APJII, 2020). Sebanyak (49,52%) anak menggunakan media gawai dalam mengikuti perkembangan zaman, gaya hidup, menjadi youtuber (Haryani, 2019).

Mempersingkat jarak, pertukaran informasi yang sangat cepat serta banyak hal menjadi mudah dengan memanfaatkan gawai, namun yang membuat hal ini sangat mengkhawatirkan adalah kebutuhan manusia di era globalisasi membuat pengguna gawai semakin tak terkendali sehingga dampak negatif mengemuka dan tak jarang mengalahkan dampak positif dari gawai tersebut menemukan bahwa penggunaan teknologi seperti gadget dapat memprediksi penurunan aktivitas fisik, pola makan yang buruk, dan peningkatan kemungkinan obesitas pada remaja (Chusna, 2017).

Belum adanya data terkait ketergantungan gadget, seperti fenomena gunung es, terlihat kecil di permukaan namun angka kecanduan dan dampak negatif justru tersimpan dan banyak masyarakat, yang tidak menyadari kecanduan gadget adalah sebuah kelainan dan bukan masalah fisik yang muncul dampaknya dalam waktu dekat (Febrina, Cory ; Rina, 2020). Hal yang paling ditakutkan adalah dampak yang masif dan tidak terduga justru terjadi pada anak usia remaja yang masih produktif, memiliki rasa ingin tau, menjadi individu yang Kecanduan gadget berdampak negatif pada fungsi keluarga di mana risiko kecanduan gadget yang lebih tinggi menyebabkan fungsi keluarga yang lebih buruk. Kecanduan gadget juga memiliki pengaruh besar pada semua dimensi fungsi keluarga. Pengaruh terbesar terdapat pada dimensi peran, respon afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku dan yang paling kecil terdapat pada dimensi pemecahan masalah. Fungsi keluarga berjalan dengan baik jika keluarga dapat memenuhi dan memelihara kebutuhan biologis, sosial, dan psikologis anggotanya (Epstein et al., 1976).

Berdasarkan model ini, fungsi keluarga yang sehat adalah keluarga yang masih dapat berfungsi (menurut enam dimensi yang termasuk

dalam model ini), meskipun dihadapkan pada kebutuhan untuk memenuhi tugas pokok dan mengatasi tantangan keluarga. Ada enam dimensi fungsi keluarga berdasarkan pendekatan MMFF. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti merasa perlu melakukan penelitian yang akan berguna untuk mengetahui tingkat ketergantungan gawai pada anak sehingga dapat dilakukan tindak lanjut dalam memberikan intervensi. Dari data survey APJII (Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia) tahun 2017 dapat diketahui pertumbuhan jumlah pengguna Internet di Indonesia terus meningkat (APJII, 2017). Pada tahun 2017, pertumbuhan pengguna Internet mencapai 143,26 juta jiwa. Rentang usia anak-anak sampai remaja (13-18 tahun) yang menggunakan Internet sebesar 16,68% dalam komposisi pengguna Internet di Indonesia berdasarkan usia. Mereka menggunakan gadget sebagai perangkat yang digunakan untuk mengakses Internet. Smartphone, tablet, komputer, kamera, laptop merupakan jenis-jenis gadget yang banyak digunakan.

Dengan berbagai fitur unggulan yang dimiliki, gadget tidak hanya digunakan oleh orang kantoran untuk menyelesaikan pekerjaan, hampir setiap orang sekarang menggunakan gadget baik tua, muda bahkan anak-anak. Dengan gadget, kita bisa melakukan berbagai kegiatan, dimana saja dan kapan saja. Hampir 90 % siswa

memakai *gadget* dalam keseharian mereka, setelah dilakukan survey awal pada tahun 2020 pada 10 siswa menjelaskan bahwa mayoritas pemanfaatan gadget untuk bermain game online, dengan durasi waktu lebih dari 3 jam sehari dan keluhan yang sering dirasakan adalah kepala sering pusing serta terasa berat pada bagian leher (Febrina & Mariyana, 2021). Berdasarkan latar belakang diatas peneliti merasa perlu melakukan penelitian yang menggali lebih lengkap lagi data terkait ketergantungan gadget pada pelajar di kota bukittinggi. Tujuan penelitian untuk mengetahui disstribusi frekuensi tingkat kecanduan *gadget* pada anak remaja di Kota Bukittinggi.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian analitik dengan Pengumpulan data kuantitatif menggunakan kuesioner dalam menggali tingkat ketergantungan siswa terhadap *gadget*, menggunakan menggunakan Alat ukur *Smart Phone Addiction Scale* pada anak remaja di kota bukittinggi. Kuesioner di adaptasi dari penelitian kurnia tahun 2017 (SAS_SV) dimana kuesioner terdiri dari 33 pertanyaan. Populasi adalah siswa SMP N7 Kota Bukittinggi dengan metode pengambilan sampel stratified random sampling sebanyak 50 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

HASIL PENELITIAN

Penelitian tentang tingkat ketergantungan *gadget* pada Remaja di SMP Negeri 7 Kota

Bukittinggi tahun 2021 telah dilakukan terhadap 50 responden dengan gambaran karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	F	%
1.	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	23	46
	b. Perempuan	27	54
3.	Kepemilikan Gadget		
	a. Tidak Punya	1	2
	b. Punya	49	98
4.	Lama telah menggunakan gadget		
	a. < 1 tahun	7	14
	b. 2 tahun	14	28
	c. 3 tahun	17	34
	d. 4 tahun	7	14
	e. 5 tahun	3	7
		2	3
5.	Penggunaan Paket Internet Rata-rata per bulan		
	a. < 5 Gb	20	40
	b. \geq 5 Gb	30	60
6.	Sumber Biaya pembelian Paket Internet		
	a. Orang Tua	28	56
	b. Biaya Sendiri	22	44
	c. Orang Lain selain orang tua	0	0

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini lebih dari separuh (54%) responden adalah remaja perempuan dan (46%) responden adalah remaja laki-laki. Dari segi kepemilikan gadget, diketahui bahwa mayoritas (98%) responden adalah remaja yang memiliki *gadget* secara pribadi dan untuk lama penggunaan gadget tertinggi adalah remaja yang telah menggunakan gadget selama 2 tahun yaitu (34%) responden. Dari segi penggunaan paket

internet rata dalam satu bulan diketahui bahwa lebih dari separuh (60%) responden menggunakan \geq 5 Gb paket internet setiap bulan dan lebih dari separuh (56%) responden menggunakan biaya orang tua.

Tingkat Ketergantungan Gadget Remaja

Tingkat ketergantungan *gadget* pada remaja dikategorikan menjadi sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecanduan Gadget pada Remaja

No	Karakteristik Responden	F	%
1.	Sangat rendah	9	18
2.	Rendah	23	46
3.	Sedang	17	34
4.	Tinggi	1	2
5.	Sangat tinggi	0	0
Jumlah		86	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 50 orang responden, kategori tingkat ketergantungan *gadget* terbanyak adalah remaja dengan tingkat ketergantungan rendah, yaitu sebanyak 23 orang (46%) remaja dengan ketergantungan *gadget* yang rendah, kemudian diikuti dengan tingkat ketergantungan sedang yaitu sebanyak 17 orang (34%) responden.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa kategori tingkat ketergantungan *gadget* pada remaja di SMP Negeri 7 Kota Bukittinggi paling banyak adalah ketergantungan rendah yaitu sebanyak 23 orang (46%) kemudian diikuti dengan tingkat ketergantungan sedang yaitu sebanyak 17 orang (34%) serta responden kategori tingkat kecanduan tinggi 1 orang(2%) dan tidak terdapat anak dengan tingkat kecanduan sangat tinggi. Gejala tingkat ketergantungan yang paling tinggi berdasarkan hasil pengolahan data adalah dengan tingkat ketergantungan rendah. Secara statistik angka menunjukkan ketergantungan ini sebanyak 23

orang namun sangat perlu diperhatikan keluaran yang dialami responden yaitu, kepala sering pusing dan berat pada pundak.

Kondisi gangguan ini akan berkaitan dengan banyak hal akan mengganggu aktifitas individu, interaksi sosial bahkan komunikasi dengan keluarga serta kemampuan pemecahan masalah. Gejala tingkat ketergantungan rendah yang menjadi temuan pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak memiliki permasalahan tingkat ketergantungan terhadap *gadget*. Meskipun demikian pada penelitian ini juga ditemukan sebagian remaja dengan tingkat ketergantungan sedang, sebagian kecil ketergantungan tinggi dan ketergantungan sangat tinggi yang patut menjadi perhatian bagi semua pihak. Dalam penelitian terdahulu, juga disebutkan bahwa seseorang yang terkena dampak negatif secara psikis dapat terkena sebuah sindrom berupa sindrom kecemasan atau bisa disebut *Anxiety Syndrome* juga gangguan yang lain seperti *Impuls Control Disorder* (Asyhabuddin, 2012).

Gangguan sindrom kecemasan terjadi dikarenakan keadaan seseorang yang cenderung terus menggunakan piranti ponsel pintar secara terus menerus sehingga ada perasaan cemas dan takut bila ada notifikasi yang masuk ke ponsel seseorang. Sementara Impuls Control Disorder menunjukkan kecenderungan gangguan seseorang yang ingin terus-menerus menggunakan ponselnya setiap ia melakukan kegiatan apapun. (Yahya & Egalia, 2017) Karena dengan hal tersebut, ia dapat mengatasi kecenderungan gelisah ketika tidak menggunakan ponsel, syaraf-syaraf di otak menjadi rileks dan ada kepuasan tersendiri seperti sensasi, kecanduan yang membuat seseorang tidak ingin lepas menggunakan ponselnya. (Desa et al., 2018) Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari. Gejala lain yang paling sering ditemukan terkait ketergantungan *gadget* adalah ketertarikan penggunaan *gadget* untuk bersosialisasi di dunia maya atau lebih dikenal dengan silensi, yaitu kegiatan dimana seseorang tidak terlibat secara real atau nyata terhadap kegiatan sesungguhnya (Brown, 1991 dalam Putri, 2018 dalam Setianingsih) (Setianingsih, Eka, 2019).

Fungsi kehadiran *gadget* dalam kehidupan masyarakat terutama remaja memiliki nilai-nilai positif untuk membantu aktifitas sehari-hari maupun aktifitas belajar pada remaja. Namun

dibalik dampak positif, *gadget* juga memiliki sisi negatif yang dapat memberikan dampak tidak baik bagi seseorang, terutama remaja. Salah satu dampak negatif dari penggunaan *gadget* tanpa pengontrolan dan pengawasan adalah ketergantungan atau kecanduan *gadget* yang cenderung terjadi pada kelompok remaja (Chusna, 2017). Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Depresi dan Kecemasan dengan Smartphone Addiction” yang dilakukan terhadap 100 orang Coass Program Studi Pendidikan Dokter di Bali maka didapatkan adanya hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan hubungan sedang antara depresi dan kecemasan dengan smartphone addiction. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat depresi dan kecemasan maka semakin tinggi tingkat smartphone addiction-nya dan sebaliknya (Kurniawan, 2016).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti penglihatan kabur dan nyeri pada pergelangan tangan atau leher (Kwon dkk, dalam kurniawan, 2013). Selain itu juga, penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan mental dan perilaku. Hal ini juga bisa menyebabkan masalah perilaku maladaptif, mengganggu sekolah atau pekerjaan, mengurangi interaksi sosial pada kehidupan nyata, dan dapat menyebabkan gangguan

hubungan atau interaksi kedepannya (Kuss & Griffiths, 2011). Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Alrasyed (2018) tentang hubungan antara kecanduan *gadget* dengan kecerdasan emosi pada remaja (studi pada siswa SMP di Kecamatan Setiabudi Jakarta Selatan). Hasil penelitian ini menyatakan mayoritas responden mengalami kecanduan *gadget* rendah (27,7%) dan kecanduan sedang (49,9%). Penelitian juga menjelaskan bahwa rendahnya intensitas penggunaan *gadget* pada remaja tidak terlepas dari kebijakan sekolah yang memberikan batasan dan aturan terhadap penggunaan *gadget* pada remaja.(Hambali, 2016).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Muflih, dkk (2017) tentang Penggunaan *Smartphone* dan interaksi sosial pada remaja di SMA Negeri 1 Kalasan Sleman Yogyakarta. Hasil penelitian ini juga menyatakan bahwa tingkat ketergantungan *gadget* terbanyak pada remaja dalam kategori ketergantungan rendah yaitu sebesar 54,1%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Asif & Rahmadi (2017) tentang hubungan tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku remaja usia 11-12 tahun, menunjukkan hasil yang berbeda, dimana pada penelitian ini ditemukan lebih dari separuh (52%) remaja menunjukkan gejala tingkat kecanduan *gadget* yang tinggi. Penelitian ini

juga menyatakan adanya dugaan peran orang tua yang mempengaruhi tingginya tingkat penggunaan *gadget* pada remaja, dimana pada penelitian ini ditemukan lebih dari separuh (56%) remaja dengan kedua orang tua bekerja yaitu ibu dan ayah dengan status bekerja sehingga kurangnya waktu orang tua untuk mengontrol dan mengawasi penggunaan *gadget* pada remaja (Ramadhani et al., 2019).

Tingkat ketergantungan rendah pada penelitian ini mengindikasikan resiko gangguan akan semakin buruk bila tidak dilakukan intervensi pada kecanduan *gadget* tersebut, mengingat dampak *gadget* bukanlah penyakit yang akan muncul dalam hitungan hari, namun beberapa gangguan akan terjadi baik fisik maupun psikologis. Gangguan individu serta keluarga bahkan resiko kenakalan remaja, seks bebas dan pernikahan dini menjadi masalah kesehatan komunitas (Desa et al., 2018) Akan membutuhkan waktu yang lama dalam memberikan intervensi komunitas, hingga kondisi gangguan kesehatan komunitas tersebut dapat diatasi. Kondisi gangguan kesehatan yang dapat terjadi dan memberikan dampak jangka panjang nantinya salah satunya adalah anemia pada remaja yang nantinya dapat mempengaruhi status kesehatan pada generasi berikutnya. Hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya dengan hasil dari 40 orang remaja putri 55,6% remaja

yang menggunakan gadget 4-5 jam sehari mengalami anemia (Nisa et al., 2020).

Tingkat ketergantungan sedang terhadap *gadget* dapat menumbuhkan efek terhadap lingkungan. Hal ini disebabkan karakteristik remaja yang memiliki kecenderungan melepaskan diri dengan lingkungan sosial, terutama dengan lingkungan keluarganya sendiri. Remaja laki-laki dengan perempuan juga terdapat perbedaan-perbedaan dalam perilakunya. Remaja perempuan cenderung memiliki tingkat keintiman yang dalam dengan orang-orang sekitarnya dibanding dengan remaja laki-laki (Haryani, 2019). Hal ini dikarenakan remaja laki-laki ingin menunjukkan kemandirian yang lebih dan adanya jarak dengan sekitarnya. Selain itu secara spesifik remaja putri lebih banyak membutuhkan sejumlah barang-barang baru yang perlu dibeli dan juga barang-barang baru yang disesuaikan dengan kebutuhannya. Pengarahan yang baik kontroling sosial yang holistik dapat menjadi pagar utama pertahanan menghindari kecenderungan kecanduan yang lebih tinggi terhadap remaja (Aziz, 2016).

KESIMPULAN

Persentase tingkat ketergantungan gadget tertinggi pada kelompok remaja di SMP Negeri 7 Kota Bukittinggi adalah remaja dengan tingkat ketergantungan rendah yaitu sebesar 46% dan

diikuti oleh remaja dengan tingkat ketergantungan sedang yaitu sebesar 34% dan hanya sebagian kecil remaja yang menunjukkan gejala tingkat ketergantungan tinggi yaitu sebesar 2% dan tidak terdapat tingkat

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis ucapkan untuk seluruh pihak yang terkait dalam penelitian ini, rektor universitas fort de kock, Ka.prodi Keperawatan, kepala sekolah SMP N 7 Bukittinggi seluruh teman dan mahasiswa yang sudah membantu jalannya proses penelitian hingga tahap akhir.

REFERENSI

- Apjii. (2020). *Laporan Survei Internet*.
- Asyhabuddin, A. (2012). Harmonisasi Keluarga Melalui Komunikasi Setara: Model Terapi Keluarga Virginia Satir. *Komunika: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 6(1). <https://doi.org/10.24090/komunika.v6i1.335>
- Aziz, A. (2016). Handphone Mempengaruhi Terhadap Perilaku Remaja Usia Sltip (13-15 Tahun) Di Dusun Tegalpare Kecamatan Muncar Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Hukum Islam Vol.Vii, No2:352-377, April 2016 Issn:1978-4767*, Vii.
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315–330.
- Desa, D. I., Barat, K., Palar, J. E., & Oroh, W. (2018). Hubungan Peran Keluarga Dalam Menghindari Dampak Negatif Penggunaan

- Gadget Pada Anak Dengan Perilaku Anak Dalam Penggunaan Gadget Di Desa Kiawa 2 Barat Kecamatan Kawangkoan Utara. *Jurnal Keperawatan*, 6(2).
- Febrina, Cory ; Rina, M. (2020). Hubungan Karakteristik Remaja Dengan Tingkat Ketergantungan Gadget Di Kota Bukittinggi. *Real In Nursing Journal(Rnj)*, 3(May).
- Febrina, C., & Mariyana, R. (2021). *Jurnal Kesehatan Gawai Anak : Mixed Methods Research*. 2, 160–166.
- Hambali, I. (2016). Perspektif “Family System Intervency” Untuk Proteksi Karakter Kebajikan Siswa Sma. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 12–18. <https://doi.org/10.17977/Um001v1i12016p012>
- Haryani, P. (2019). Sosialisasi E-Safety Parenting Sebagai Smart Solution Dalam Pendampingan Penggunaan Gadget Pada Anak. *Jurnal Abdinus : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 3(1), 83. <https://doi.org/10.29407/Ja.V3i1.13480>
- Kurniawan, I. G. Y. (2016). *Hubungan Depresi Dan Kecemasan Dengan Smartphone Addiction Pada Coass Program Studi Pendidikan Dokter Di Provinsi Bali*. Universitas Udayana.
- Nisa, J., Chikmah, A., & Harnawati, R. (2020). The Effects Of Gadgets On The Occurrence Of Anemia In Teenage Girls. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 9(1), 54–59. <https://doi.org/10.30591/Siklus.V9i1.1653>
- Ramadhani, R. F., Iswinarti, I., & Zulfiana, U. (2019). Pelatihan Kontrol Diri Untuk Mengurangi Kecenderungan Internet Gaming Disorder Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 81. <https://doi.org/10.22219/Jipt.V7i1.7837>
- Setianingsih, Eka, N. (2019). Gadget “Pisau Bermata Dua” Bagi Anak? *Seminar Pendidikan Nasional*, 1(1), 397–405. <https://journal.lpb.ac.id>
- Yahya, & Egalia. (2017). *Pengaruh Konseling Cognitif Behavior Therapy (Cbt) Dengan Teknik Self Control Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Peserta Didik Kelas Viii Di Smpn 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017* Yahya Ad, Egalia. 03(2), 133–146.