

**HUBUNGAN KETERGANTUNGAN *SMARTPHONE*
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA
SEKOLAH MENENGAH ATAS**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

DEDDY CERVIN JHONSON HUTAHAEAN

NIM. 41160014

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2020

HUBUNGAN KETERGANTUNGAN *SMARTPHONE* TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

KARYA TULIS ILMIAH

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran
Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun oleh :

DEDDY CERVIN JHONSON HUTAHAEAN

41160014

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA

2020

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana,
yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : **DEDDY CERVIN JHONSON HUTAHAEAN**

NIM : **41160014**

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada
Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive
Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN KETERGANTUNGAN *SMARTPHONE* TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan,
mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan
Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan
pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 23 September 2020

Yang menyatakan,



Deddy Cervin Jhonson Hutahaeen

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

HUBUNGAN KETERGANTUNGAN *SMARTPHONE* TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

DEDDY CERVIN JHONSON HUTAHAEAN

41160014

Dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter
Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana
dan dinyatakan DITERIMA
Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran pada tanggal 23 September 2020

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. DR. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A
(Dosen Pembimbing I/Ketua Tim/Penguji)
2. dr. Daniel Chriswinanto Adityo Nugroho, MPH
(Dosen Pembimbing II)
3. Prof. dr. Jonathan Willy Siagian, Sp.PA
(Dosen Penguji)

Yogyakarta, 23 September 2020

Disahkan oleh:



dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D

Wakil Dekan Bidang Akademik

dr. Christiane Marlene Sooi, M.Biomed.

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul:

HUBUNGAN KETERGANTUNGAN *SMARTPHONE* TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagai syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai yakni pencabutan gelar saya.



Yogyakarta, 23 September 2020

[Signature]
Deddy Cervin Jhonson Hutahaean

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Masalah Penelitian	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.3.1 Tujuan Umum	2
1.3.2 Tujuan Khusus	2
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Bagi Peneliti.....	3
1.4.2 Bagi Institusi	3
1.4.3 Bagi Masyarakat	3
1.5 Keaslian Penelitian.....	4
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1.1 <i>Smartphone</i>	6
2.1.2 Motivasi Belajar.....	10
2.1.3 Ringkasan Landasan Teori.....	19
2.1.4 Kerangka Teori	22
2.2 Kerangka Konseptual.....	23
2.3 Hipotesis	24

METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Rancangan Penelitian.....	24
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
3.2.1 Waktu Penelitian.....	24
3.2.2 Tempat Penelitian	24
3.3.1 Populasi Target	24
3.3.2 Populasi Terjangkau.....	24
3.3.3 Sampling	25
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	26
3.4.1 Variabel Penelitian.....	26
3.4.2 Definisi Operasional	26
3.5 Besar Sampel	27
3.6 Bahan dan Alat.....	28
3.7 Pelaksanaan Penelitian.....	31
3.8 Metode Analisis Data.....	31
3.9 Etika Penelitian	32
BAB IV	33
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Jalannya Penelitian.....	33
4.2 Hasil Penelitian	33
4.3 Pembahasan.....	36
4.4 Kekurangan Penelitian	44
BAB V	45
Kesimpulan dan Saran	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	4
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	26
Tabel 3. 2 Tabel yang memuat item-item <i>Smartphone Addiction Scale</i> (SAS)	29
Tabel 3. 3 Tabel yang memuat item-item <i>Smartphone Addiction Scale</i> (SAS) setelah lulus uji validitas dan reliabilitas	29
Tabel 4. 1 Distribusi subjek penelitian berdasarkan karakteristik demografi, gaya hidup, ketergantungan <i>smartphone</i> , dan motivasi belajar	34
Tabel 4. 2 Uji Analisis <i>Spearman Rank</i> Ketergantungan <i>Smartphone</i> dengan Motivasi Belajar	35
Tabel 4. 3 Uji analisis <i>chi square</i> dan <i>fisher</i> Gaya hidup dengan motivasi belajar	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	23

©UKPDW

ABSTRAK

Latar Belakang : *Smartphone* merupakan salah satu bentuk teknologi komunikasi yang diminati oleh seluruh lapisan masyarakat. Fitur-fitur yang disediakan oleh *smartphone* memberikan manfaat bagi kehidupan manusia salah satunya proses belajar siswa di sekolah. Pemakaian *smartphone* yang berlebihan akan mengakibatkan ketergantungan. Ketergantungan *smartphone* tersebut dapat memengaruhi kegiatan proses belajar.

Tujuan Penelitian : Mengetahui pengaruh hubungan ketergantungan *smartphone* terhadap motivasi belajar siswa SMA.

Metode dan Subyek Penelitian : Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif menggunakan potong lintang (*cross sectional*). Sampel penelitian sebanyak 130 siswa kelas X SMA Frater Don Bosco Banjarmasin yang telah memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner *smartphone addiction scale* dan *motivated strategies for learning questionnaire (MSLQ)*.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian ini menunjukkan ditemukannya hubungan antara variabel ketergantungan *smartphone* dengan variabel motivasi belajar ($P: 0,000$). Sedangkan variabel jenis kelamin dan gaya hidup (merokok, alkohol, aktivitas fisik, dan tidur) tidak memiliki hubungan yang signifikan ($p: >0,05$).

Kesimpulan : Terdapat hubungan negatif moderat yang signifikan antara ketergantungan *smartphone* dengan motivasi belajar

Kata Kunci : ketergantungan *smartphone*, motivasi belajar, remaja, siswa SMA

ABSTRACT

Background : Smartphones are one of the communication technology forms that are in demand by all levels of society. The features provided by smartphones provide benefits to human life, one of which is students learning process at school. Excessive use of smartphones will result in dependency. This smartphone dependency can affect the learning process activities.

Objective : This study aims to determine the relationship between smartphone addiction on high school student learning motivation.

Method : This research method is descriptive-analytic with a quantitative approach using cross-sectional. The research subjects were 130 tenth grade students of SMA Frater Don Bosco Banjarmasin, who had met the inclusion criteria. Data collection used a *smartphone addiction scale* and a *motivated strategies for learning questionnaire (MSLQ)* questionnaire.

Result : The results of this study showed that there was a significant relationship between smartphone addiction and learning motivation ($p = 0.000$). There was no significant relationship between gender and lifestyle (smoking, alcohol, physical activity, and sleep) with learning motivation ($p \Rightarrow 0,05$).

Conclusion : there is a significant moderate negative relationship between smartphone addiction and learning motivation.

Keyword: smartphone addiction, study motivation, teenagers, high school students

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Teknologi yang berkembang sangat cepat bermunculan sangat beragam khususnya dibidang teknologi komunikasi. Teknologi komunikasi menjadi kebutuhan yang sangat diminati bagi pengguna teknologi maupun penghasil teknologi komunikasi tersebut. Teknologi komunikasi terus berkembang setiap harinya, hingga sekarang ada alat yang dinamakan handphone pintar atau *smartphone* yang memiliki banyak fitur dan bisa terhubung dengan koneksi internet dengan mudah (Bahrin *et al.*, 2016).

Pengguna *smartphone* yang meningkat tentu akan didampingi juga dengan peningkatan pengguna internet, khususnya di Indonesia. Di Indonesia sendiri menurut survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet di Indonesia (APJII) pada tahun 2018 mendapatkan hasil 64,8% dari 264,16 Juta orang yang ada di Indonesia, yaitu sekitar 171,17 Juta jiwa aktif menggunakan internet. Angka ini meningkat setelah survei yang dilakukan APJII pada tahun 2017 mendapatkan hasil 54,68% dari 262 Juta orang yang ada di Indonesia, yaitu sekitar 143,26 Juta jiwa aktif menggunakan internet.

Banyaknya fitur-fitur yang diberikan oleh *smartphone* tentu saja sangat bermanfaat bagi kehidupan manusia. Hampir diseluruh lapisan masyarakat memanfaatkan *smartphone* dengan tujuan mereka masing-masing yang tentu bisa berbeda atau sama. Dalam hal pemanfaatan *smartphone* tentu saja ada yang berdampak positif atau negatif, dampak negatif *smartphone* berhubungan dengan bagaimana *smartphone* digunakan, khususnya dikalangan remaja (Rabiu *et al.*, 2016).

Remaja yang duduk dibangku sekolah memerlukan situasi atau lingkungan yang mendukung untuk proses belajar, dengan pemakaian *smartphone* yang berlebihan maka akan memengaruhi proses tersebut. Situasi yang tidak kondusif untuk belajar mengakibatkan siswa mudah terganggu konsentrasi dan suasana

belajarnya, selain itu juga dapat menurunkan minat siswa untuk belajar. Proses belajar yang terganggu mengakibatkan siswa kurang memahami materi yang diberikan oleh gurunya, serta mengakibatkan penurunan prestasi dalam belajar (Suryabrata, 2019).

Pada saat kegiatan belajar siswa-siswi di Sekolah, ada faktor-faktor yang dapat memengaruhi belajar siswa. Faktor-faktor itu dapat bersifat sosial (faktor manusia) dan nonsosial (keadaan udara, suhu udara, cuaca, waktu, tempat, alat-alat yang dipakai untuk belajar) (Suryabrata, 2019). Faktor-faktor ini memerlukan pengawasan dari pihak guru, karena *outcome* dari beberapa faktor tersebut bisa bersifat positif maupun negatif. Berdasarkan permasalahan yang ada diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang dimuat kedalam sebuah skripsi yang berjudul “Hubungan ketergantungan *smartphone* terhadap motivasi belajar siswa SMA”.

1.2 Masalah Penelitian

1. Bagaimana tingkat ketergantungan *smartphone* siswa SMA.
2. Bagaimana tingkat motivasi belajar siswa SMA.
3. Apakah terdapat hubungan antara tingkat ketergantungan *smartphone* dengan tingkat motivasi belajar pada siswa SMA.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh ketergantungan *smartphone* terhadap motivasi belajar siswa SMA.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat ketergantungan *smartphone* siswa SMA.
2. Mengetahui tingkat motivasi belajar siswa SMA.
3. Mengetahui faktor-faktor yang dapat memengaruhi motivasi belajar siswa SMA.

4. Mengetahui hubungan usia, jenis kelamin, dan gaya hidup yang dapat memengaruhi motivasi belajar siswa SMA.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

1. Menambah pengetahuan peneliti dan dapat menjadi sumber informasi untuk peneliti selanjutnya.

1.4.2 Bagi Institusi

1. Memberi informasi tentang hubungan antara ketergantungan *smartphone* dengan motivasi belajar siswa SMA.

1.4.3 Bagi Masyarakat

1. Menambah pengetahuan dan informasi bagi masyarakat tentang hubungan antara ketergantungan *smartphone* dengan motivasi belajar siswa SMA.
2. Memberi gambaran ketergantungan *smartphone* siswa SMA.
3. Memberi gambaran motivasi belajar siswa SMA.

1.5 Keaslian Penelitian

Peneliti dan Tahun	Tempat	Judul	Kesimpulan
Kim et al, 2013	Kangwon, South Korea	<i>The Smartphone Addiction Scale : Development and Validation of a Short Version for Adolescents</i>	SAS-SV menunjukkan keandalan dan validitas yang baik untuk penilaian kecanduan <i>smartphone</i> . Versi singkat skala kecanduan <i>smartphone</i> , yang dikembangkan dan divalidasi dalam penelitian ini, dapat digunakan secara efisien untuk evaluasi kecanduan <i>smartphone</i> di komunitas dan area penelitian. Konsistensi internal dan validitas konkuren dengan nilai cronbach alpha 0.911. Skor SAS-SV gender ($p < 0,001$) dan nilai evaluasi diri dari kecanduan <i>smartphone</i> ($p < 0,001$) menunjukkan perbedaan yang signifikan.
Aljomaa et al, 2016	King Saud University, Saudia Arabia	<i>Smartphone addiction among university students in the light of some variables</i>	Hasil mengungkapkan tingkat kecanduan <i>smartphone</i> sebesar 48%. Urutan indeks kecanduan <i>smartphone</i> adalah sebagai berikut : Terlalu sering menggunakan <i>smartphone</i> , dimensi teknologi, dimensi psikologis-sosial, keasyikan dengan <i>smartphone</i> , dan dimensi kesehatan. Ditemukan juga adanya hubungan terhadap gender, status sosial, tingkat pendidikan, penggunaan harian, dimensi pendapatan bulanan terhadap ketergantungan <i>smartphone</i> .

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti dan Tahun	Tempat	Judul	Kesimpulan
Boumosleh et al, 2017	Zouk Mosbeh, Lebanon	<i>Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A crosssectional study</i>	Beberapa prediktor positif independen kecanduan <i>smartphone</i> muncul termasuk depresi dan kecemasan. Bisa jadi orang dewasa muda dengan tipe kepribadian A (agresif, kompetitif, marah, sinis, tidak percaya) yang mengalami tingkat stress tinggi dan suasana hati yang rendah mungkin kekurangan mekanisme penanganan stress positif dan suatu teknik untuk mengatur suasana hati dan karenanya sangat rentan terhadap kecanduan <i>smartphone</i>

Beda penelitian di atas dengan penelitian ini berada pada letak variabel terikat yang akan diteliti, lokasi penelitian, dan jumlah sampel yang akan diteliti. Penelitian di atas berfokus terhadap tingkat ketergantungan *smartphone* disertai dengan faktor-faktor apa saja yang dapat memengaruhi individu ketergantungan terhadap *smartphone*, satu dari tiga penelitian di atas juga melibatkan hubungan ketergantungan *smartphone* dengan kecemasan dan juga depresi, sedangkan penelitian ini berfokus pada hubungan ketergantungan *smartphone* dengan motivasi belajar. Lokasi penelitian yang akan diteliti juga berbeda, penelitian di atas dilakukan di luar Indonesia, sedangkan penelitian ini dilakukan di Indonesia tepatnya berlokasi di Banjarmasin. Jumlah sampel yang diteliti juga berbeda, jumlah orang yang akan menjadi sampel penelitian ini adalah 131 siswa.

BAB V

Kesimpulan dan Saran

5.1 Kesimpulan

1. Terdapat hubungan negatif moderat yang signifikan antara ketergantungan *smartphone* dengan motivasi belajar.
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan motivasi belajar.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup (merokok, konsumsi alkohol, aktivitas fisik, dan tidur) dengan motivasi belajar.

5.2 Saran

1. Kepada pihak sekolah yang diteliti, siswa diberikan edukasi pola penggunaan *smartphone* yang baik dan benar.
2. Kepada orang tua agar lebih memberikan perhatian yang lebih terhadap anaknya yang berkaitan dengan pola penggunaan *smartphone* yang baik guna mendukung kegiatan belajar.
3. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai dasar dan mengembangkan ruang lingkup yang lebih luas yaitu penelitian juga dilakukan terhadap siswa kelas XI dan XII.
4. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode penentuan sample yang lain agar sample yang didapatkan lebih bervariasi.
5. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang berkaitan dengan ketergantungan *smartphone* dan faktor-faktor yang dapat memengaruhi kegiatan belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander Oktario (2017) *Hubungan antara Intensitas Penggunaan Smartphone dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa*.
- Aljomaa, S. S., Mohammad, M. F., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F. and Abduljabbar, A. S. (2016) 'Smartphone addiction among university students in the light of some variables', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 61, pp. 155–164. doi: 10.1016/j.chb.2016.03.041.
- Augusta, G. (2018) 'Pengaruh penggunaan smartphone terhadap prestasi belajar mahasiswa melalui motivasi belajar', p. 109.
- Bahrin, M. A. K., Othman, M. F., Azli, N. H. N. and Talib, M. F. (2016) 'Industry 4.0: A review on industrial automation and robotic', *Jurnal Teknologi*. doi: 10.11113/jt.v78.9285.
- Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D. J. and Griffiths, M. D. (2015) 'Can Disordered Mobile Phone Use Be Considered a Behavioral Addiction? An Update on Current Evidence and a Comprehensive Model for Future Research', *Current Addiction Reports*. doi: 10.1007/s40429-015-0054-y.
- Caturia Sasti Sulistyana (2019) 'HUBUNGAN KUANTITAS TIDUR DENGAN MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA DI KELAS', *Ners LENTERA*, 7, pp. 53–61.
- Cha, S. S. and Seo, B. K. (2018) 'Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use', *Health Psychology Open*. doi: 10.1177/2055102918755046.
- Van Deursen, A. J. A. M., Bolle, C. L., Hegner, S. M. and Kommers, P. A. M. (2015) 'Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender', *Computers in Human Behavior*. doi: 10.1016/j.chb.2014.12.039.
- Horwood, S. and Anglim, J. (2018) 'Personality and problematic smartphone use: A facet-level analysis using the Five Factor Model and HEXACO frameworks', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 85, pp. 349–359. doi: 10.1016/j.chb.2018.04.013.
- Khoirunnisa, N. (2016) 'Pengaruh Urutan Kelahiran dan Jenis Kelamin terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMP An-Nur Bululawang', p. 86. Available at: <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/4940>.
- Kim, H. (2013) 'Exercise rehabilitation for smartphone addiction', *Journal of Exercise Rehabilitation*. doi: 10.12965/jer.130080.
- Kim, Y., Jeong, J. E., Cho, H., Jung, D. J., Kwak, M., Rho, M. J., Yu, H., Kim, D. J. and Choi, I. Y. (2016) 'Personality factors predicting smartphone addiction predisposition: Behavioral Inhibition and Activation Systems, Impulsivity, and Self-Control', *PLoS ONE*. doi: 10.1371/journal.pone.0159788.
- Kurniawan, I. G. Y. (2017) *Hubungan Depresi dan Kecemasan dengan Smartphone Addiction pada COASS Program Studi Pendidikan Dokter di Provinsi Bali*. Universitas Udayana.
- Kuss, D. J. and Griffiths, M. D. (2011) 'Online social networking and addiction-A review of the psychological literature', *International Journal of Environmental Research and Public*

Health. doi: 10.3390/ijerph8093528.

Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H. and Yang, S. (2013) 'The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents', *PLoS ONE*. doi: 10.1371/journal.pone.0083558.

Leonid, M. (2014) 'The Impact Of Smartphones And Mobile Devices On Human Health And Life', *The Impact Of Smartphones And Mobile Devices On Human Health And Life*.

Lisiswanti, R. (2013) *HUBUNGAN SKOR MIND MAP RUBRIC (MMR) DAN HASIL BELAJAR MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG*. Universitas Gadjah Mada.

McIsaac, J. L. D., Kirk, S. F. L. and Kuhle, S. (2015) 'The association between health behaviours and academic performance in Canadian elementary school students: A cross-sectional study', *International Journal of Environmental Research and Public Health*. doi: 10.3390/ijerph121114857.

Meda, S. A., Gueorguieva, R. V., Pittman, B., Rosen, R. R., Aslanzadeh, F., Tennen, H., Leen, S., Hawkins, K., Raskin, S., Wood, R. M., Austad, C. S., Dager, A., Fallahi, C. and Pearlson, G. D. (2017) 'Longitudinal influence of alcohol and marijuana use on academic performance in college students', *PLoS ONE*. doi: 10.1371/journal.pone.0172213.

Meririanto, M. T. (2018) *HUBUNGAN KECANDUAN SMARTPHONE DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA*. Universitas Islam Indonesia.

Nguyen, T. C. (2019) *The Brief History of Smartphone*, ThoughtCo. Available at: <https://www.thoughtco.com/history-of-smartphones-4096585> (Accessed: 5 October 2019).

Nilifda, H., Nadjmir, N. and Hardisman, H. (2016) 'Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas', *Jurnal Kesehatan Andalas*. doi: 10.25077/jka.v5i1.477.

Panova, T. and Carbonell, X. (2018) 'Is smartphone addiction really an addiction?', *Journal of Behavioral Addictions*. doi: 10.1556/2006.7.2018.49.

Pebriani, S. H. (2019) 'Hubungan Penggunaan Smartphone dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa DIII Keperawatan', 10(2), pp. 1–12.

Rabiu, H., Muhammed, A. I., Umaru, Y. and Ahmed, H. T. (2016) 'Impact Of Mobile Phone Usage On Academic Performance Among Secondary School Students In Taraba State, Nigeria', *European Scientific Journal, ESJ*, 12(1), p. 466. doi: 10.19044/esj.2016.v12n1p466.

Raman, A. and Halim Mohamed, A. (2013) 'Issues of ICT usage among Malaysian secondary school English teachers', *English Language Teaching*. doi: 10.5539/elt.v6n9p74.

Reid, A. J. and Reid, A. J. (2018) 'A Brief History of the Smartphone', in *The Smartphone Paradox*. doi: 10.1007/978-3-319-94319-0_2.

Rinawati, F. and Sucipto, S. (2019) 'Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Dan Motivasi Belajar Mahasiswa', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), p. 95. doi: 10.26714/jkj.7.1.2019.95-100.

Santrock, J. W. (2019) *Psikologi Pendidikan: Educational Psychology*. 2nd edn. Edited by H. Bhimasena. Jakarta: Salemba Humanika.

- Sardiman, A. . (2014) *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sarwono, J. (2006) *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sunarsih (2016) 'Hubungan Perilaku Merokok Dengan Prestai Belajar Pada Remaja Putra di SMA Persada Bandar Lampung', *Jurnal Kesehatan Holistik*, 10(1), pp. 20–22.
- Suryabrata, S. (2019) *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Suryanto, E. (2012) 'Peranan pola hidup sehat terhadap kebugaran jasmani', *Fik Uny*.
- Twenge, J. M., Krizan, Z. and Hisler, G. (2017) 'Decreases in self-reported sleep duration among U.S. adolescents 2009–2015 and association with new media screen time', *Sleep Medicine*. Elsevier B.V., 39, pp. 47–53. doi: 10.1016/j.sleep.2017.08.013.
- Uno, H. B. (2011) *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- WHO (2018) 'Healthy-lifestyle counselling', pp. 9–16. Available at: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260422/WHO-NMH-NVI-18.1-eng.pdf;jsessionid=ECCEF776CFE66C36CD814A9F0C7AE682?sequence=1>.
- Woodcock, B., Middleton, A. and Nortcliffe, A. (2012) 'Considering the Smartphone Learner: an investigation into student interest in the use of personal technology to enhance their learning', *Student Engagement and Experience Journal*. doi: 10.7190/seej.v1i1.38.