

Pengaruh Adiksi *Gadget* Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen

Dwi Ningsih

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang
Email: dwiapril.5566@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh banyaknya siswa yang bermain *gadget* di lingkungan sekolah dan dicurigai memiliki kecenderungan adiksi *gadget* dan minat belajar yang cenderung rendah di lingkungan sekolah SMA Negeri 1 Ngawen, khususnya kelas XI IPS. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh adiksi *gadget* terhadap minat belajar siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 1 sampai dengan 4 dengan jumlah 132 siswa. Kelas XI IPS 2 adalah kelas yang dipergunakan untuk *try out* dengan jumlah 35 siswa. Sampel dalam penelitian ini yaitu 97 siswa yang diambil dengan teknik sampling jenuh. Alat pengumpulan data yang dipergunakan adalah skala adiksi *gadget* dan skala minat belajar. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh analisis uji regresi linier sederhana dengan nilai koefisien regresi variabel adiksi *gadget* (X) sebesar 0,341 (dengan tanda positif) menunjukkan jika setiap terjadi penambahan skor variabel adiksi *gadget* sebesar 0,341 maka dapat menurunkan variabel minat belajar sebesar 3,41% dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,172 yang artinya variabel adiksi *gadget* memberikan sumbangan pengaruh sebesar 17,2% untuk mempengaruhi minat belajar siswa, sedangkan 82,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Dengan demikian menunjukkan bahwa semakin tinggi adiksi *gadget* maka semakin rendah minat belajar siswa.

Kata Kunci: *Adiksi Gadget, Minat Belajar.*

Abstract

This research is motivated by the number of students who play gadgets in the school environment and are suspected of having a tendency to gadget addiction and low interest in learning in the SMA Negeri 1 Ngawen school environment, especially class XI IPS. The purpose of this study was to determine whether there is an effect of gadget addiction on students' interest in learning. This type of research is quantitative research with correlational method. The population in this study were students of class XI IPS 1 to 4 with a total of 132 students. Class XI IPS 2 is a class used for try out with a total of 35 students. The sample in this study were 97 students who were taken with a saturated sampling technique. Data collection tools used are gadget addiction scale and learning interest scale. Based on the results of the study, it was obtained a simple linear regression analysis with the value of the gadget addiction variable regression coefficient (X) of 0.341 (with a positive sign) indicating if every time there was an addition to the gadget addiction variable score of 0.341, it could reduce the learning interest variable by 3.41% with a value of 3.41%. the coefficient of determination is 0.172, which means that the gadget addiction variable contributes 17.2% to influence student learning interest, while 82.8% is influenced by other variables not examined. Thus, it shows that the higher the gadget addiction, the lower the student's interest in learning.

Keywords: *Gadget Addiction, Interest in Learning*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan peranan penting untuk meningkatkan sumber daya manusia dan kelangsungan hidup suatu bangsa, dimasa kini maupun dimasa yang akan datang. Oleh karena itu, peningkatan mutu pendidikan menjadi perhatian utama bagi guru, orang tua, masyarakat, pemerintah maupun siswa itu sendiri. Pendidikan merupakan tolak ukur untuk mencerdaskan bangsa dan menjadi cermin kepribadian masyarakatnya. Hal ini bertujuan untuk memperoleh bangsa yang maju, kreatif dan mandiri serta menyesuaikan kemajuan ilmu teknologi.

Pembahasan tentang pendidikan tidak terlepas dari kegiatan belajar mengajar. Proses belajar merupakan suatu kegiatan yang bernilai edukatif karena dalam proses belajar mengajar akan menghasilkan pengetahuan dan perkembangan perilaku sesuai dengan tingkatan pembelajaran yang ditempuh oleh peserta didik. Harapan yang tidak pernah sirna dari seorang guru adalah siswa berhasil dalam pembelajaran yang ditempuh. Keberhasilan tersebut selalu dibarengi dengan minat belajar dari peserta didik. Siswa yang memiliki minat terhadap suatu hal yaitu belajar, maka siswa akan berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai tujuan dari kegiatan belajarnya.

Menurut Winkel (2009: 212) mengutarakan bahwa, "minat belajar sebagai kecenderungan yang menetap dalam subjek tertentu untuk merasa tertarik pada bidang atau hal tertentu dan merasa gembira pada saat berkecimpung dalam bidang itu". Rasa senang terhadap suatu bidang merupakan bagian dari minat. Siswa yang gembira terhadap materi pelajaran menandakan bahwa siswa memiliki minat belajar yang sangat tinggi (dalam Budiarti, 2020). Namun banyak faktor yang mempengaruhi minat belajar tersebut salah satu diantaranya yaitu penggunaan *gadget* (Rumengan, & Talakua, 2020; Musariffah, 2018) (dalam Bakar & Kaddas, 2021).

Menurut Kwon (2013) menyebutkan bahwa istilah adiksi atau kecanduan *gadget* adalah sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *gadget* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang (dalam Mumtaz, 2019). Penggunaan *gadget* yang digunakan secara terus menerus akan membuat siswa memiliki ketergantungan dan menjadi aktivitas yang dilakukan setiap hari. Berbagai kemudahan yang diberikan dari *gadget* membuat individu cenderung tidak dapat jauh dari kemudahan tersebut sehingga cenderung menimbulkan ketergantungan terhadap hal tersebut. (Majorsy, Kinarsih, Adnriani & Lisa, 2013). Young (2010) berpendapat bahwa kecanduan *gadget* merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menggunakan sejumlah waktu yang lebih banyak menggunakan internet dan kurang mampu mengontrol penggunaannya (dalam Siron et al., 2021).

Penggunaan *gadget* yang digunakan secara terus menerus akan membuat siswa memiliki ketergantungan dan menjadi aktivitas yang dilakukan setiap hari. Berbagai kemudahan yang diberikan dari *gadget* membuat individu cenderung tidak dapat jauh dari kemudahan tersebut sehingga cenderung menimbulkan ketergantungan terhadap hal tersebut. (Majorsy, Kinarsih, Adnriani & Lisa, 2013). Young (2010) berpendapat bahwa kecanduan *gadget* merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menggunakan sejumlah waktu yang lebih banyak menggunakan internet dan kurang mampu mengontrol penggunaannya (dalam Siron et al., 2021).

Penelitian ini didukung dengan wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri I Ngawen pada bulan Agustus 2021. Wawancara dilakukan bersama dengan 2 (dua) siswa dari kelas X IPS pada tanggal 26 Agustus 2021, dari hasil wawancara didapatkan beberapa informasi bahwa siswa mengaku sering membolos sekolah, siswa tidak mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas dan siswa tidak mengerjakan tugas mata pelajaran dari guru. Siswa mengaku bahwa kebiasaan bermain *gadget* membuat dirinya lupa dengan tanggung jawabnya sebagai siswa.

Selain itu diperkuat dengan hasil wawancara bersama dengan guru Bimbingan Konseling. Guru bimbingan konseling mengatakan bahwa memang seluruh siswa diperbolehkan membawa *gadget*nya di sekolah, namun penggunaan *gadget* hanya boleh digunakan pada saat jam istirahat saja. Guru juga sering menegur siswa yang bermain *gadget* diluar jam istirahat bahkan guru juga tidak segan-segan menyita *gadget* siswa, apabila siswa sudah diperingatkan namun masih mengulangi hal yang sama. Selain itu siswa juga kurang bisa memanfaatkan jam istirahatnya, siswa lebih memilih bermain *gadget* dari pada membaca buku di perpustakaan.

Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi pada tanggal 28 Agustus 2021. Peneliti melakukan observasi dengan memasuki setiap kelas khususnya kelas X pada saat proses pembelajaran berlangsung. Hasil observasi diperoleh beberapa permasalahan yaitu (1) antusias siswa pada saat mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas masih rendah, hal ini ditunjukkan adanya beberapa siswa yang tidak memperhatikan materi yang disampaikan oleh guru. (2) siswa selalu mencari kesempatan untuk menggunakan *gadgetnya*, siswa menyimpan *gadgetnya* di laci meja dan memainkannya ketika guru memberikan materi melalui papan tulis. (3) minat belajar siswa yang masih rendah, pada awal pembelajaran siswa terlihat sangat antusias dan memperhatikan penjelasan guru, namun selang beberapa menit kemudian siswa mulai tertarik dengan kegiatan lain seperti memainkan *gadgetnya* dan mengobrol bersama dengan teman.

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas, untuk mengetahui seberapa besar pengaruh adiksi *gadget* terhadap minat belajar siswa. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “pengaruh adiksi *gadget* terhadap minat belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen”.

METODE

Pendekatan penelitian yang digunakan peneliti yaitu pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel ini diukur (biasanya dengan instrument penelitian) sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan proses statistik. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasional. Penelitian kuantitatif korelasional adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan, atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada. Pada penelitian ini peneliti mencoba untuk meneliti pengaruh antar variabel, yaitu variabel adiksi *gadget* (X) terhadap minat belajar (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen tahun pelajaran 2022/2023 terdiri dari empat kelas yaitu XI IPS 1 – 4 dengan jumlah keseluruhan 132 siswa. Kemudian dari empat kelas tersebut, satu kelas dijadikan uji coba Try Out instrumen yaitu kelas XI IPS 2 yang berjumlah 35 siswa. Dalam penelitian ini sampel diambil secara keseluruhan yaitu kelas XI IPS 1, XI IPS 3 dan XI IPS 4 dengan jumlah 97 siswa.

Tabel 1. Populasi Penelitian

Kelas	Jumlah Siswa	Keterangan
X IPS 1	32	
X IPS 2	35	Kelas Try Out
X IPS 3	30	
X IPS 4	35	
Jumlah	132	

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan alat ukur skala psikologi yang berupa Skala *Likert*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala adiksi *gadget* dan skala minat belajar yang disusun dalam bentuk skala terstruktur, yaitu jawaban pernyataan yang diajukan sudah disediakan. Subyek diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan dirinya. Alternatif jawaban yang digunakan dalam *instrument* ini terdiri dari: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Teknik analisis data menggunakan uji normalitas dan linieritas yang dibantu dengan program SPSS 26. Uji hipotesis menggunakan uji regresi linier sederhana yang digunakan untuk mengetahui tingkat pengaruh variabel independent (X) terhadap variabel dependent (Y) yang dibantu dengan program SPSS 26.

Hipotesis untuk penelitian ini adalah:

Ha: Ada pengaruh adiksi gadget terhadap minat belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen.

Ho: tidak ada pengaruh adiksi gadget terhadap minat belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data

Tabel 2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N	97	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.27395593
Most Extreme Differences	Absolute	.065
	Positive	.065
	Negative	-.045
Test Statistic	.065	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}	
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai signifikan pada *Unstandardized Residual* sebesar 0,200. Karena nilai signifikan berada di atas 0,05 atau $0,200 > 0,05$ yang artinya data penelitian berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Minat belajar * Adiksi gadget	Between Groups	(Combined)	1159.535	22	52.706	1.464	.115
		Linearity	45.425	1	45.425	1.261	.265
		Deviation from Linearity	1114.111	21	53.053	1.473	.114
	Within Groups		2664.692	74	36.009		
	Total		3824.227	96			

Hasil uji linieritas tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikan pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,114. Karena nilai signifikan lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel berhubungan linier. Dengan demikian H_0 diterima atau ada hubungan linier antara kecenderungan adiksi *gadget* dengan minat belajar siswa.

Hasil uji hipotesis

Tabel 4. Uji Regresi Linier Sederhana

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	37.900	5.058		7.493	.000
	adiksi gadget	.341	.077	.415	4.444	.000

a. Dependent Variable: minat belajar

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana diperoleh hasil sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 37,900 mengandung arti bahwa nilai konsistensi variabel adiksi *gadget* adalah sebesar 37,900.
- Nilai koefisien regresi variabel adiksi *gadget* (X) sebesar 0,341 (dengan tanda positif) menunjukkan jika setiap terjadi penambahan skor variabel adiksi *gadget* sebesar 0,341 maka dapat menurunkan variabel minat belajar sebesar 3,41%.

Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel diatas diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel adiksi *gadget* berpengaruh terhadap minat belajar siswa.

Selanjutnya untuk mengetahui besar kecilnya sumbangan atau kontribusi variabel X terhadap variabel Y dapat dilihat pada tabel koefisien determinasi dibawah ini:

Tabel 5. Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.415 ^a	.172	.163	4.734
a. Predictors: (Constant), adiksi gadget				

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa nilai korelasi $R = 0,415$. Nilai R Square disebut koefisien determinan yang dalam hal ini ini memberikan sumbangan sebesar R Square = $0,172$ atau $17,2\%$ dalam mempengaruhi minat belajar sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain sebesar $82,8\%$ yang tidak diteliti.

Berdasarkan hasil perhitungan diatas maka diperoleh hasil yaitu pada penelitian ini uji normalitas diperoleh nilai signifikan pada *Unstandardized Residual* sebesar $0,200$. Karena nilai signifikan berada di atas $0,05$ atau $0,200 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian variabel adiksi *gadget* dan minat belajar berdistribusi normal. Demikian pula dengan hasil analisis uji linieritas yang dibantu dengan program SPSS 26 menggunakan *test of linearity*. Pengambilan keputusan mengenai uji linieritas adalah dua variabel dapat dikatakan linier apabila nilai probabilitas $> 0,05$ dan sebaliknya apabila nilai probabilitas $< 0,05$ maka kedua variabel tidak linier. Pada penelitian ini diperoleh sebesar $0,114$. Karena nilai signifikan lebih besar dari $0,05$ atau $0,114 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa variabel adiksi *gadget* dan minat belajar berhubungan linier.

Pengujian data yang terakhir yaitu uji regresi linier sederhana yang dibantu dengan program SPSS 26. Nilai koefisien regresi variabel adiksi *gadget* (X) sebesar $0,341$ (dengan tanda positif) menunjukkan jika setiap terjadi penambahan skor variabel adiksi *gadget* sebesar $0,341$ maka dapat menurunkan variabel minat belajar sebesar $3,41\%$ dengan nilai koefisien determinasi sebesar $0,172$ atau $17,2\%$ berpengaruh negatif, artinya jika semakin tinggi tingkat adiksi *gadget* maka minat belajar siswa akan menurun. Besar sumbangan $17,2\%$ merupakan faktor X yang mempengaruhi variabel Y, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain sebesar $82,8\%$ yang tidak diteliti.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya mengenai pengaruh adiksi *gadget* terhadap minat belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara adiksi *gadget* terhadap minat belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen. Hasil ini dibuktikan dengan uji regresi linier sederhana dengan nilai koefisien regresi variabel adiksi *gadget* (X) sebesar $0,341$ (dengan tanda positif) menunjukkan jika setiap terjadi penambahan skor variabel adiksi *gadget* sebesar $0,341$ maka dapat menurunkan variabel minat belajar sebesar $3,41\%$ dengan nilai koefisien determinasi sebesar $0,172$ yang artinya variabel adiksi *gadget* memberikan sumbangan pengaruh sebesar $17,2\%$ untuk mempengaruhi minat belajar siswa, sedangkan $82,8\%$ dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Sehingga dapat dikatakan bahwa “terdapat pengaruh adiksi *gadget* terhadap minat belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Ngawen”. Dengan demikian menunjukkan bahwa jika semakin tinggi pengaruh adiksi *gadget* maka semakin rendah minat belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Aswandi S, 2020. "Pengaruh *Gadget* terhadap Minat dan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester II Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Cokroaminoto Palopo". Skripsi. Sulawesi Selatan: Universitas Cokroaminoto Palopo
- Bakar, I. P. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas V Di Sd Inpres Tamalan li Makassar. *International Journal of Educational Research*, 39-46.
- Chusna Oktia R. 2017. "Pengaruh Penggunaan *Gadget* dan Lingkungan Belajar terhadap Minat Belajar Siswa Kelas XI Kompetensi Keahlian Administrasi Perkantoran SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta". Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Djamarah, S. B. (2008). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hidayat, A. R. 2017. Pengaruh Gadget terhadap Prestasi Siswa SMK Yayasan Islam Tasikmalaya dengan Metode TAM. *Jurnal. Informatika* Vol. 4. Nomor 2.
- Hudaya, A. (2018). Pengaruh Gadget Terhadap Sikap Disiplin Dan Minat Belajar Peserta Didik. *Research and Development Journal Of Education*, 86-97.
- Ince Prabu Setiawan Bakar, B. K. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Minat Belajar Siswa Kelas V MIN 1 Kota Makassar. *Jurnal Kajian Keislaman*, 57 – 66.
- ilrva Nuril F. 2021. " Pengaruh Penggunaan *Gadget* terhadap Minat Belajar Peserta Didik pada Pembelajaran Daring Pendidikan Agama Islam kelas VII di SMPN 2 Sumbergempol Tulungagung". Skripsi. Tulungagung: IAIN Tulungagung.
- Ismanto, Y. 2015. Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat Prestasi Siswa Di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal. Keperawatan* Vol. 3. Diakses pada tanggal 2 Februari 2018.
- Kurniawati, D. (2020). Pengaruh penggunaan gadget terhadap prestasi siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 78-84.
- Kwon, Min., Kim, Dai-Jin., Cho, Hyun., dan Yang, Soo. 2013. The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *Journal PLOS One*. 8 (12). Hal: 1-7.
- Maidatul Khusna. 2019. "Pengaruh Penggunaan *Gadget* terhadap Minat Belajar dan Perilaku Peserta Didik kelas VI MI Roudlotut Tholibin Banjarejo Rejotangan". Skripsi. Tulungagung: IAIN Tulungagung.
- Makmum Khairani. (2014). *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Muhibbin Syah. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nana Sudjana. (2004). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo
- Putra, Chandra Anugrah. "Pemanfaatan Teknologi Gadget Sebagai Media Pembelajaran." *Bitnet: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi* 2.2 (2017): 1-10.
- Rumengan, Y., & Talakua, C. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Mobile Learning berbasis Smartphone terhadap Minat Belajar Siswa SMA Negeri 1 Seram Utara Barat. *Jurnal BIOEDUIN: Program Studi Pendidikan Biologi*, 10(2), 33-40.
- Rozalia, M. F. 2017. Hubungan Intensitas Pemanfaatan Gadget dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal. Pemikiran dan Pengembangan SD* Vol. 5. Nomor 2.
- Sardiman. (2001). *Interaksi dan Motivasi belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Simolon, Naeklan. "Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar peserta didik." *Elementary School Journal Pgsd Fip Unimed* 1.2 (2014).
- Sirait, E. D. (2016). Pengaruh minat belajar terhadap prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 6(1).
- Sugiyono, 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&B*, Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2016. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sumanto, 2014. *Psikologi Umum*. Yogyakarta: Center of Academic Publishing Service.
- Slameto. 2010. *Belajar & Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Tery, A., Szabo, A., & Griffiths, M. (2004). The exercise addiction inventory: a new brief screening tool. *Addiction Research and Theory*, 12(5) 489-499.
- Winkel. (2009). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.