



Hubungan Penggunaan Gadget dengan Aktualisasi Diri pada Remaja Kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi

Nana Septiani¹, Badrul Munif^{2*}, Fajri Andri Rahmawan³

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Banyuwangi, Indonesia

^{2*,3}Dosen Program Studi Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Banyuwangi, Indonesia
Email: ¹nanaseptiani01@gmail.com, ^{2*}munifbadrul2@gmail.com

Abstract

A gadget has a big influence on the teenagers' live, where adolescents often use gadgets excessively so that they make teenagers less confident with psychological development in teenagers who do not have self-confidence, then self-actualization is very important for teenagers. This study aims to determine the relationship between gadget usage and self-actualization in 7th grade adolescents at Islamic Junior High School 2 Banyuwangi. The research used quantitative with a cross sectional research design. The samples were 165 respondents with total sampling technique. The data analysis used Chi-Square Test, SPSS 25 for windows. The instrument in this study used a questionnaire sheet on the use of gadgets and self-actualization. Most of the respondents experienced high gadget use, 94 respondents (57.0%) and most of the negative self-actualization were 88 respondents (53.3%). Statistical test results obtained $p\text{-value } 0.721 > 0.005$ then H_0 is rejected, H_a is accepted, meaning that there is no relationship between gadget use and self-actualization in 7th grade adolescents at Islamic Junior High School 2 Banyuwangi in 2022. The high use of gadgets will affect self-actualization. There is a need for supervision and improvement of the quality of education to avoid excessive use of gadgets and optimize individual potential in order to achieve optimal self-actualization.

Keywords: *Adolescents, The Use Of Gadget, Self-Actualization*

Abstrak

Gadget memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan remaja, dimana remaja sering menggunakan gadget secara berlebihan sehingga membuat remaja kurang percaya diri dengan perkembangan psikologi pada remaja yang belum memiliki rasa percaya diri, maka aktualisasi diri sangat penting dimiliki oleh remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTsN 2 Banyuwangi. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *Cross Sectional*. jumlah sampel 165 responden dengan teknik *Sampling jenuh*. Analisa data penelitian menggunakan *Chi-Square Test*, SPSS 25 for windows. Instrumen pada penelitian ini menggunakan lembar kuesioner penggunaan gadget dan aktualisasi diri. Sebagian besar responden mengalami penggunaan gadget tinggi, yaitu sejumlah 94 responden (57,0%) dan sebagian besar

Penulis Korespondensi:

Badrul Munif | munifbadrul2@gmail.com

aktualisasi diri negatif yaitu sejumlah 88 responden (53,3%). Hasil uji statistik diperoleh $p\text{-value } 0,721 > \alpha = 0,005$ maka H_0 ditolak, H_a diterima artinya tidak ada hubungan antara penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTS Negeri 2 Banyuwangi Tahun 2022. Penggunaan gadget yang tinggi akan berpengaruh pada aktualisasi diri. Perlu adanya pengawasan dan peningkatan kualitas pendidikan untuk menghindari penggunaan gadget yang berlebihan dan mengoptimalkan potensi individu agar tercapai aktualisasi diri yang optimal.

Kata kunci : Remaja, Penggunaan Gadget, Aktualisasi Diri

PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahapan hidup seseorang yang selalu dihadapkan dengan berbagai tantangan, pada tahapan perkembangan remaja menunjukkan kecenderungan terhadap penggunaan gadget secara berlebihan sehingga di masa ini dimana remaja mengalami krisis identitas yang membuat individu kurang percaya diri (Agustriyana, 2017). Seiring dengan pertambahan dan perkembangan psikologi pada remaja yang belum memiliki rasa percaya diri, maka kebutuhan aktualisasi diri menjadi salah satu faktor yang ingin dipenuhi oleh remaja.

Aktualisasi merupakan suatu proses menjadi diri sendiri dengan perkembangan sifat serta potensi individu sesuai dengan keunikannya yang ada untuk menjadi kepribadian yang utuh, juga bebas dari tekanan (Meilita, 2015).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan kuesioner pada siswa, sebagian besar responden mengalami penggunaan gadget tinggi yaitu sejumlah 95 responden (57,6%) dan sebagian besar aktualisasi diri negatif yaitu sejumlah 86 responden (52,1%) di MTs Negeri 2 banyuwangi.

Ada dua faktor yang mempengaruhi aktualisasi diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari diri individu itu sendiri seperti perasaan ragu dan ketidaktahuan akan potensi yang dimiliki, sedangkan faktor eksternal yang berasal dari luar diri individu tersebut seperti budaya, lingkungan dan penggunaan gadget yang berlebihan (Agustriyana, 2017). *Gadget* yaitu barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan, tetapi pada faktanya *gadget* sering disalahgunakan, tak hanya digunakan oleh orang dewasa atau lanjut usia, remaja, tapi pada anak-anak, dan lebih ironisnya lagi *gadget* digunakan untuk anak usia (3-6 tahun), yang seharusnya belum layak untuk menggunakan *gadget* (Esthem,2017).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan aktualisasi diri pada remaja yaitu dengan mengurangi penggunaan gadget yang berlebihan dengan hal-hal positif seperti memberikan arahan kepada siswa tentang pentingnya aktualisasi diri untuk masa depan mereka, atau dengan hal lain seperti mereka bisa menggunakan waktu mereka untuk melakukan kegiatan ekstrakurikuler disekolah agar mereka dapat memperbanyak teman (Esthem,2017). Aktualisasi diri dapat dilakukan dengan gadget sebagai sarana untuk meningkatkan kehidupan orang yang mereka kenal untuk berkontribusi ke berbagai informasi, pengalaman, atau pemikiran. Mengaktualisasi dirinya juga dapat menggunakan gadget sebagai cara untuk menunjukkan identitas mereka kepada orang lain (Munakahat,2016). Penelitian yang membandingkan keduanya, terutama terkait dengan penggunaan gadget masih kurang. Perbandingan semacam itu dapat menjelaskan bagaimana penggunaan gadget menjadi mekanisme untuk perubahan yang positif bukan hanya alat untuk kepentingan diri sendiri. Hal ini diperlukan keberanian remaja

untuk bisa menyesuaikan diri dengan baik sehingga dapat mengaktualisasikan diri dengan penuh tanpa rasa takut.

Berdasarkan latar belakang diatas, Melihat dampak negatif yang ditimbulkan apabila aktualisasi diri rendah dan tidak tercapai, maka melalui penelitian ini, ingin diketahui sejauh mana para remaja berproses dalam beraktualiasi diri. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para remaja agar bisa menggunakan gadget sebagai proses untuk aktualisasi diri. Dan untuk mencegah terjadinya hal tersebut, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Kelas 7 Di MTs Negeri 2 Banyuwangi". Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penggunaan gadget terhadap proses aktualisasi diri remaja di MTs Negeri 2 Banyuwangi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian yang digunakan adalah korelasi. Dalam penelitian ini penulis menggunakan rancangan penelitian *crosssectional* yaitu jenis penelitian yang mengukur variabel *dependen* dan variabel *independen* secara bersamaan. Waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada saat itu (Nursalam, 2016). Penelitian ini menggunakan uji Chi-Square, Analisis uji chi-square ini didasarkan pada tingkat kemaknaan (*level of significance*) yang digunakan yaitu 5% ($\alpha = 0,05$), dengan nilai confidence interval 95%. Teknik sampling yang digunakan adalah *sampling jenuh* yang penetapan sampelnya dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya.

HASIL

A. Karakteristik Data Umum Responden

Gambaran umum responden pada penelitian ini berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan orang tua. Data yang telah dikumpulkan lalu diolah dan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 5.1 Distribusi responden berdasarkan usia

Variabel	Frekuensi	Presentase
12-13 tahun	135	81,8%
14-15 tahun	30	18,2%
Total	165	100,0%

Berdasarkan tabel 5.1 usia responden siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022, menunjukkan bahwa hampir seluruhnya yakni berusia 12-13 tahun dengan jumlah 135 responden (81,8%). Hasil tersebut didapatkan dari data demografi yang menunjukkan bahwa kebanyakan siswa berumur 13 tahun.

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5.2 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Frekuensi	Presentase
Perempuan	86	52,1%
Laki-Laki	79	47,9%
Total	165	100,0%

Berdasarkan tabel 5.2 jenis kelamin responden siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022, menunjukkan bahwa sebagian besar jenis kelamin responden yakni perempuan dengan jumlah 86 responden (52,1%). Hasil tersebut di dapat dari data demografi yang menunjukkan lebih banyak siswa perempuan dari pada laki-laki.

3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua

Tabel 5.3 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan orang tua

Variabel	Frekuensi	Presentase
PNS,TNI,POLRI	13	7,9%
Swasta	105	63,7%
Petani	45	27,3%
Perawat	2	1,2%
Total	165	100,0%

Berdasarkan tabel 5.3 pekerjaan orang tua siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022, menunjukkan bahwa sebagian besar bekerja di instansi swasta sebanyak 105 responden (63,7%). Hasil ini didapatkan dari data demografi bahwa kebanyakan orang tua siswa memiliki pekerjaan swasta.

B. Karakteristik Data Khusus Responden

1. Karakteristik responden berdasarkan penggunaan gadget

Tabel 5.4 Distribusi responden berdasarkan penggunaan gadget

Persepsi	Frekuensi	Presentase
Tinggi	94	57,0%
Rendah	71	43,0%
Total	165	100,0%

Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan hasil penelitian sebagian besar siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022 dengan penggunaan gadget kategori tinggi sebanyak 94 responden (57,0%).

2. Karakteristik responden berdasarkan aktualisasi diri

Tabel 5.5 Distribusi responden berdasarkan aktualisasi diri

Kecemasan	Frekuensi	Presentase
Positif	77	46,7%
Negatif	88	53,3%
Total	165	100,0%

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil penelitian sebagian besar siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022 dengan aktualisasi diri pada kategori negatif sebanyak 88 responden (53,3%).

3. Hubungan penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTS Negeri 2 Banyuwangi

Tabel 5.6 Tabulasi Silang : Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi Tahun 2022.

Aktualisasi diri	Positif	Negatif	Total	p value
Penggunaan	n (%)	n (%)	n (%)	

gadget				,721
Tinggi	45 (27,3%)	49(29,7%)	94 (57,0%)	
Rendah	32 (19,4%)	39(23,6%)	71 (43,0%)	
Total	77 (46,7%)	88(53,3%)	165(100,0%)	

Berdasarkan tabel crosstab chi square diatas menunjukkan bahwa didapatkan hampir setengahnya siswa yang menggunakan gadget tinggi dan aktualisasi diri negatif sebanyak 49 responden (29,7%) atau artinya penggunaan gadget tinggi dan aktualisasi diri rendah. Hasil analisis uji *Chi-square test* dengan menggunakan SPSS 25 for Windows, diperoleh nilai signifikan *Chi-square test* penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada siswa kelas 7 adalah diperoleh 0,721 ($p\ value > 0,005$) maka H_0 ditolak, H_1 diterima artinya tidak ada hubungan antara tidak ada hubungan antara penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Penggunaan Gadget Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022

Berdasarkan hasil dari penelitian didapatkan uji statistik menggunakan *Chi-square test* hubungan penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi didapatkan nilai signifikan 0,721 ($p\ value > 0,05$) yang berarti data dinyatakan H_0 diterima, artinya tidak terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi. Berdasarkan tabel *crosstab chi square* diatas menunjukkan bahwa didapatkan hampir setengahnya siswa yang menggunakan gadget tinggi dan aktualisasi diri negatif sebanyak 49 responden (29,7%). Siswa kelas 7 adalah remaja yang termasuk dalam kategori remaja awal dan pertengahan. Remaja awal yang berusia 10- 13 tahun, pada tahap ini ialah awal pubertas remaja. Sedangkan Remaja pertengahan berusia 14-17 tahun, Remaja lebih mampu berpikir abstrak dan mempertimbangkan gambaran besar tetapi mereka mungkin masih kurang mampu menerapkan (Dwidiyanti & Munif, 2022).

Pada penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya (Salma L et al,2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan aktualisasi diri. Hal ini kemungkinan terjadi karena perbedaan sampel/subjek, jenis dan metode pendekatan pada penelitian sebelumnya. Remaja yang mengalami aktualisasi diri negatif lebih sering menggunakan gadget secara berlebihan. Gadget seharusnya sebagai alat untuk aktualisasi diri bagi remaja. Fahdian (2018) gadget merupakan teknologi yang banyak digemari remaja bahkan seluruh kalangan. Adanya gadget semakin mempermudah kegiatan komunikasi manusia sehingga banyak remaja yang terfokus pada gadget. Hal tersebut mengancam proses aktualisasi diri remaja.

Menurut peneliti,dari hasil yang di dapatkan bahwa hampir setengahnya siswa yang menggunakan gadget tinggi dan aktualisasi diri negatif sebanyak 49 responden (29,7%). Hal ini disebabkan karena tingginya penggunaan gadget yang menyebabkan siswa di MTs Negeri 2 Banyuwangi mengalami aktualisasi negatif, karena siswa yang menggunakan gadget tinggi berusia 12-13 tahun dengan sebagian besar perempuan yang sering menggunakan gadget. Penggunaan media sosial dikalangan remaja tidak lepas karena di dalam media sosial banyak fitur menarik untuk digunakan. Selain itu banyak dijumpai penelitian bahwa usia remaja merupakan usia yang paling besar sebagai pengguna internet yang di dalamnya mencakup penggunaan media sosial. Fakta tersebut

menunjukkan betapa pentingnya internet di kehidupan remaja (Faturachman dkk, 2012). Gambaran penggunaan gadget di MTs Negeri 2 Banyuwangi didapatkan 94 responden (57,0%) mengalami penggunaan gadget tinggi, hal ini dikaitkan dengan penggunaan gadget pada remaja usia 12-13 tahun dimana pada masa ini disebut dengan remaja awal, dimana pada masa remaja awal ini sering didapatkan bahwa remaja cenderung kurang percaya diri hal ini menyebabkan remaja malu untuk membuat mereka percaya diri. Siswa yang mengalami penggunaan gadget terlalu tinggi biasanya cenderung lebih fokus bermain gadget dan bisa juga tidak peduli dengan lingkungan sekitar. Hal ini menyebabkan terhambatnya proses aktualisasi diri pada remaja.

Abraham Maslow mempopulerkan konsep aktualisasi diri sebagai sebuah proses yang seorang individu alami selama kehidupannya. Maslow percaya bahwa kebanyakan orang yang sehat secara mental akan mengikuti alur yang disebut sebagai motivasi pertumbuhan (*growth motivation*) yang memungkinkan individu untuk mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi sejati mereka seiring mereka tumbuh dewasa dan matang (Santoso A dkk,2022). Gambaran hasil penelitian pada siswa kelas 7 di MTsN 2 Banyuwangi dengan Aktualisasi diri pada kategori negatif sebanyak 88 responden (53,3%). Dari jumlah responden tersebut didapatkan bahwa aktualisasi diri pada siswa sebagian besar mengalami aktualisasi diri negatif. Hal ini di pengaruhi karena adanya 2 faktor yaitu internal dan eksternal. Faktor internal merupakan hambatan yang berasal dari dalam diri seseorang seperti perasaan ragu dan takut mengungkapkan potensi diri, sehingga potensinya terus terpendam. Selain itu faktor eksternal dari aktualisasi diri yaitu hambatan yang berasal dari luar diri seseorang, budaya, faktor lingkungan, pola asuh, perkembangan teknologi. Pengaruh keluarga dalam pembentukan aktualisasi diri anak sangatlah besar artinya banyak faktor dalam keluarga yang ikut berpengaruh dalam proses perkembangan anak didik salah satu faktor dalam keluarga yang mempunyai peranan penting dalam mengaktualisasikan diri adalah praktik pengasuhan anak dukungan terhadap anaknya untuk mencapai aktualisasi diri.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian penggunaan gadget pada siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022 sebagian besar dengan penggunaan gadget kategori tinggi sebanyak 95 responden (57,6%). Aktualisasi diri pada siswa MTs Negeri 2 Banyuwangi tahun 2022 sebagian besar dengan aktualisasi diri pada kategori negatif sebanyak 85 responden (52,1%). Hasil analisis dengan menggunakan SPSS 25 for Windows, diperoleh nilai signifikan *Chi-square test* penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada siswa kelas 7 adalah diperoleh 0,409 (p value $>0,005$) maka H_0 ditolak, H_a diterima artinya tidak ada hubungan antara tidak ada hubungan antara penggunaan gadget dengan aktualisasi diri pada remaja kelas 7 di MTs Negeri 2 Banyuwangi Tahun 2022.

SARAN

Menambah pengetahuan, pengalaman dan keterampilan bagi peneliti yaitu dengan judul Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Kelas 7 Di MTs Negeri 2 Banyuwangi. Memberikan manfaat serta hal positif kepada responden tentang Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Kelas 7 Di MTs Negeri 2 Banyuwangi. Peneliti mampu memberikan masukan kepada institusi kesehatan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan ilmu pengetahuan, dan bermanfaat bagi semua mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi dan dijadikan sumber bacaan mahasiswa di perpustakaan. Peneliti selanjutnya disarankan

mampu mengeksplorasi dampak yang ditimbulkan oleh aktualisasi diri yang rendah baik pada pra remaja sampai remaja dewasa, serta dapat mencari faktor lain yang mempengaruhi proses aktualisasi diri selain yang diteliti di penelitian ini (Adisty A dkk, 2021).

DAFTAR PUSTAKA

- Adhani. A . (2013). Pengaruh Kebutuhan Aktualisasi Diri Dan Beban Kerja Terhadap Prestasi Kerja. *Jurnal Ilmu Manajemen*, Vol. 01, No.04.
- Adisty Archi Artamevia Putri, Badrul Munif, Fransiska Erna D, Aulia Amalia, Ayu Ratna Ningrum, Arum Fatmawati, Ajeng Sri Rejeki, Clarisa Artiga Wardani, Awaliah Tri W, Derisca Tiara Patricia, & Al Waridlatul Na'imah. (2021). Pengalaman Orang Tua dalam Merawat Anak Berkebutuhan Khusus : Literature Review. *PROFESSIONAL HEALTH JOURNAL*, 3(1), 19-25. <https://doi.org/10.54832/phj.v3i1.171>
- Agustriyana, d. (2017). Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 2 (1): 9.
- Dwidiyanti, M., & Munif, B. (2022). *Panduan Praktis Happy Spirirual* (M. Dwidiyanti (ed.). Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Habibi Alfiesyahrianta., Nandy Agustin .S., & Zainul Anwar. (2019). Peran religiusitas terhadap Quarter Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, Volume 5 No.2.
- Jahid Syaifullah, M.I.Kom., Drs. Sudarmaji, M.M. (2018). Hubungan Aktualisasi Diri Terhadap Keaktifan Penggunaan Media Sosial Instagram Pada Remaja Kota Surakarta. *Jurnal Aktualisasi Diri*, Vol. 4 No. 2 .
- Jahid Syaifullah, M.I.Kom., Drs. Sudarmaji,S. (2018). Hubungan Aktualisasi Diri Terhadap Keaktifan Penggunaan Media Sosial. *Jurnal Aktualisasi Diri*, Vol. 4 No. 2 .
- Listyowati, A., Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2012). Hubungan antara Kebutuhan Aktualisasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Karir pada Siswa Kelas XII SMA N 2 Klaten. In *Jurnal Wacana* (pp. 122-124 & 141). Klaten.
- Nursalam. (2013). *Manajemen Keperawatan. Aplikasi dalam praktik keperawatan professional, edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prihastuti, A. &. (2014). Perbedaan Self Esteem Remaja Panti Asuhan di Surabaya Ditinjau dari Persepsinya terhadap Pola Asuh. *Jurnal: Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Putri, Rizki Amelia. Erlyani, Neka. Mayangsari, M. D. (2016). *Penggunaan Media Sosial Path Pada Remaja Di Sekoah Menengah Atas Negeri 2 Banjarbaru*. Banjarbaru: Psikologi.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, Vol. 17, No. 1, 1-8.
- Ria sabekti, Ah yusuf, Retnayu pradanie . (2019). Aktualisasi Diri dan kecederunaan narsisme pada remaja akhir pengguna media sosial. *Jurnal edukasi*, Vol. 1,no. 1 .

- Rifauddin, M. (2016). Fenomena Cyberbullying Pada Remaja. In *Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khizanah Al-Hikmah* (pp. 4(1) 35-44).
- Robbins, Stephen P. dan Coulter, Mary. (2010). *Manajemen Edisi Kesepuluh*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan ,edisi 2*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Santoso, A., Dwidiyanti, M., Wijayanti, D., Ulliya, S., Munif, B., Karota, E., & Tanjung, D. (2022). Online Nurse: Incorporating Islamic Spiritual Mindfulness to Decrease Anxiety during Online Learning among Nursing Students. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(3), 883-888. doi:<https://doi.org/10.30604/jika.v7i3.1278>
- Tanotoa. (2018). Hubungan Minat Swafoto Dengan Harga Diri Pengguna Media Sosial Pada Remaja Akhir. *Jurnal edukasi*.
- Umi Khasanah, Anggi Saputra, Nurul Iklima . (2020). Hubungan Harga Diri Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Yang Mengalami Overweight. *Jurnal ilmiah*, Vol. VIII No. 1 .
- WHO. (2018). Deafness and hearing loss. In W. H. Organization. cited: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs300/en/>.