



## Optimalisasi Olahraga Voli untuk Mengurangi Kecanduan Anak Bermain Handphone di Desa Pinang Gading

Ary Dean Amri<sup>1</sup>, Citra Darminto<sup>2</sup>, Budi Ardianto<sup>3</sup>, Zidane Febri Kurniawan<sup>4\*</sup>, Anasrul<sup>5</sup>, Rahmat Firdaus<sup>6</sup>, Muhtarul An'am<sup>7</sup>, Faradiba Ranida Ali<sup>8</sup>  
<sup>1,2,3,4\*,5,6,7,8</sup>Universitas Jambi, Jambi, Indonesia  
Email\*: [zidanefebrikurniawan123@gmail.com](mailto:zidanefebrikurniawan123@gmail.com)  
DOI: <https://doi.org/10.22437/jppm.v3i1.30660>

Received : 21-12-2023

Revised : 26-04-2024

Accepted : 29-004-2024

### Kata Kunci:

aktivitas fisik anak, kecanduan handphone, kegiatan positif, olahraga voli, pengurangan screen time

### Keywords:

children's physical activity; mobile phone addiction; positive activities; screen time reduction; volleyball

### Abstrak

Gadget merupakan alat komunikasi yang umum digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, penggunaannya kini tidak terbatas pada orang dewasa saja, melainkan juga telah menjangkau anak-anak, bahkan yang berusia enam tahun atau di bawahnya. Fenomena ini semakin marak terjadi dan memunculkan kekhawatiran tersendiri, terutama terkait dengan potensi kecanduan yang dapat mengganggu tumbuh kembang anak, baik secara fisik maupun psikis. Sebagai bentuk antisipasi terhadap dampak negatif tersebut, tim pengabdian masyarakat di Desa Pinang Gading menawarkan olahraga voli sebagai alternatif kegiatan positif yang dapat menyalurkan energi anak-anak ke arah yang lebih sehat dan produktif. Selama pelaksanaan program, kegiatan berjalan dengan lancar dan mendapat respons yang sangat positif serta antusiasme tinggi dari peserta. Meskipun demikian, masih ditemukan beberapa kendala teknis dalam permainan, seperti pemain memukul bola dua kali secara berurutan, yang merupakan pelanggaran, serta keterlambatan dalam melakukan servis akibat terlalu lama mengambil ancang-ancang. Hal ini menjadi catatan penting untuk dilakukan pembinaan lebih lanjut dalam sesi latihan berikutnya agar pemahaman dan keterampilan teknis siswa-siswi dapat meningkat secara optimal.

### Abstract

Gadgets are common communication tools used in everyday life. However, their usage is no longer limited to adults; children as young as six years old—or even younger—are now frequently exposed to and using gadgets. This growing phenomenon has raised concerns, particularly regarding the potential for addiction that may negatively affect children's physical and psychological development. As a preventive measure against these negative impacts, the community service team in Pinang Gading Village introduced volleyball as an alternative positive activity to help children channel their energy in a healthier and more productive way. During the implementation of the program, activities ran smoothly and received a highly enthusiastic response from the participants. Nevertheless, several technical issues in the game were still observed, such as players hitting the ball twice consecutively—an action considered a fault—as well as delays in serving due to players taking too long to prepare. These issues are important notes for further coaching sessions so that the students' understanding and technical skills in volleyball can improve optimally.

Copyright (c) 2024 Ary Dean Amri, Citra Darminto, Budi Ardianto, Zidane Febri Kurniawan, Anasrul Anasrul, Rahmat Firdaus, Muhtarul An'am, Faradiba Ranida Ali



## PENDAHULUAN

Berbagai permasalahan sosial saat ini muncul lebih cepat dalam masyarakat sebagai akibat dari adanya globalisasi (Amadi, 2023; Aprianti, Dewi, & Furnamasari, 2022; Hermawan, 2019; Mutiani & Faisal, 2019). Kemampuan dan bakat yang dimiliki oleh tiap-tiap individu menjadi kebutuhan pokok dalam menghadapi persaingan yang semakin sengit.

Namun, nampaknya hal ini merupakan tugas yang sangat sulit mengingat ketidaksiapan masyarakat menghadapi lingkungan kompetitif seperti yang terjadi saat ini, kendala infrastruktur dan ketersediaan informasi. Hal ini memberikan tantangan besar bagi Indonesia. Menanggapi persaingan sengit yang semakin meningkat, penting untuk mengadakan kegiatan yang terorganisir, metodis, relevan, dan kreatif yang tidak hanya dilakukan oleh pemerintah tetapi juga dimulai dengan kolaborasi dengan masyarakat dan mahasiswa (Bibi, Basit, & Hussain, 2023; Hite & Taylor, 2021; Muhammad & Nasir Kiazai, 2022; Singh, 2017).

Menurut Kurnia et al. (2020) untuk memaksimalkan nilai pendidikan tinggi, Kukerta memberikan mahasiswa pengalaman praktis dalam menavigasi masyarakat, mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan di masyarakat, serta berupaya meningkatkan cakupan dan kualitas pendidikan bagi mahasiswa. Bagi Perguruan Tinggi, melaksanakan Kukerta dapat meningkatkan persepsi mahasiswa terhadap relevansi materi kuliah kampus dengan realitas pembangunan masyarakat dan meningkatkan relevansi pendidikan tinggi terhadap tuntutan perekonomian sektor ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Seiring dengan berkembangnya jaman, gadget seolah menjadi hal yang tidak dapat terlepas dari kehidupan manusia. Gadget pada dasarnya merupakan alat komunikasi yang dapat dilakukan tanpa harus bertatap muka terlebih dahulu. Faktanya, gadget bukan hanya digunakan oleh orang dewasa saja, melainkan anak-anak seperti yang marak terjadi belakangan ini.

Hal tersebut selaras dengan kasus yang dikutip dari laman [news.detik.com/](https://news.detik.com/) yang ditulis oleh Solehudin (2019) dijelaskan bahwa terdapat satu siswa kelas 1 salah satu SMP di Subang, Jawa Barat yang mengalami kecanduan gadget (adiksi). Selain itu penggunaan gadget secara berlebihan dapat mengakibatkan gangguan syaraf (Anugrah et al., 2022; Chikmah & Fitriyaningsih, 2018; Damayanti, Ahmad, & Bara, 2020; Gulo, Zalukhu, & Saogo, 2022; Iftaql Janah & Diana, 2023; Sholeh, Rachmawati, & Andayati, 2022). Hal tersebut dibuktikan dengan jumlah peningkatan pasien yang diakibatkan oleh kecanduan gadget semakin meningkat setiap harinya.

Guna mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan, sudah seyogyanya anak-anak khususnya dengan rentang usia 6 hingga 10 tahun. Mengingat pada usia tersebut anak-anak mulai memasuki tahap perkembangan fisik, emosional, kognitif, dan sosial. Pada tahap ini, kemampuan dan pengetahuan anak terus berkembang. Umumnya, dalam tahap ini anak akan lebih senang dan sering beraktivitas diluar rumah (Kasriani, Marsono, & Ariani, 2022;

Pratiwi, 2023; Robingatin, Asiah, & Saputri, 2021).

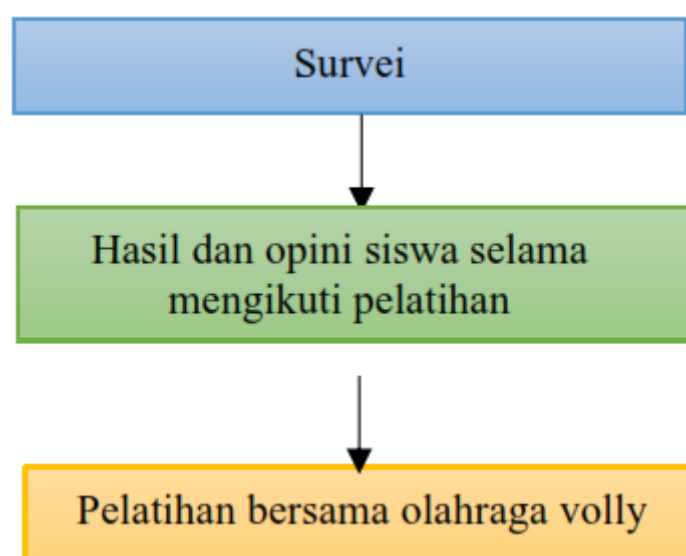
Namun sayangnya, mayoritas dari mereka lebih memilih untuk berdiam diri dirumah sembari bermain gadget. Oleh karenanya diperlukan sebuah opsi lain agar anak dapat mengalihkan focus pada hal lain demi mengurangi waktu dalam bermain gadget, salah satunya adalah dengan berolahraga volly. Selain dapat meminimalisir penggunaan gadget, olahraga juga dapat membantu meningkatkan kecerdasan, sebagai sarana bersosialisasi, membantu pertumbuhan otot dan tulang, serta dapat meningkatkan koordinasi dan fleksibilitas tubuh (Fajriah, 2020; Palar, Wongkar, & Ticoalu, 2015; Rumliah, 2022).

Dalam melaksanakan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) peneliti tertarik untuk melakukan upaya preventif terhadap penggunaan gadget bagi anak-anak dengan usia 6 hingga 10 tahun dengan media olahraga voli di Desa Pinang Gading.

## **METODE PELAKSANAAN**

Dalam melaksanakan program pengabdian masyarakat yang berupa upaya peningkatan olahraga bola voli pada anak usia 6 sampai 10 tahun sebagai antisipasi kecanduan bermain handphone dilaksanakan pada Desa Pinang Gading. Desa Pinang Gading merupakan salah satu desa Kecamatan Merlung, Kabupaten Tanjung Jabung Barat, Provinsi Jambi, Indonesia.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berlangsung sejak tanggal 22 September hingga 11 November 2023. Kegiatan dilaksanakan dengan menggunakan tahapan seperti dibawah ini, tentunya dengan melibatkan peserta didik dan pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan belajar mengajar.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Keiatan

Kegiatan ini mencakup tiga tahapan, yakni survey, mencari olahraga yang digemari siswa, serta pelaksanaan upaya preventif kecanduan gadget. Pertama, mahasiswa melakukan survey terhadap siswa-siswi, selain itu mahasiswa juga melakukan survey

sejumlah data yang terjadi di Indonesia, seperti dengan mencari berita terkait kecanduan gadget dengan rentang usia 6 hingga 10 tahun. Selanjutnya, mahasiswa mencari tau hal-hal yang sekiranya dapat membantu mengurangi penggunaan gadget di kalangan anak-anak, yakni dengan melakukan olahraga voli baru setelah itu tim melakukan pelatihan bersama terkait upaya antisipasi. Langkah berikutnya yakni, hasil dan opini terkait penerapan dilapangan terkait solusi yang ditawarkan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Gadget merupakan alat komunikasi yang umum digunakan. Namun sayangnya, gadget bukan hanya digunakan oleh orang tua atau orang dewasa saja melainkan juga anak-anak dengan usia 6 tahun atau bahkan dibawah itu sebagaimana yang marak saat ini. Segala sesuatu jika digunakan secara terus menerus akan memberikan dampak yang kurang baik bagi penggunanya, begitu pula dengan penggunaan handphone atau gadget terutama pada usia yang belum waktunya (Hidayat & Maesyaroh, 2022; Maulana, Putra, & Ariska, 2021; Wahyuni, Siahaan, Arfa, Alona, & Nerdy, 2019; Yana, 2021). Olahraga voli menjadi opsi yang ditawarkan oleh tim pengabdian masyarakat di Desa Pinang Gading guna mengantisipasi permasalahan tersebut.

Maraknya media informasi dan teknologi telah dirasakan oleh seluruh lapisan masyarakat di Indonesia dan seluruh dunia pada era ini. Namun, bergantung pada cara penggunaannya, kemajuan ini mungkin mempunyai konsekuensi yang menguntungkan atau merugikan. Akses terhadap pengetahuan dan teknologi yang terjangkau telah tersedia secara luas bagi masyarakat dari segala usia dan latar belakang sosial ekonomi.

Sebagaimana yang telah dijabarkan diatas bahwa tahapan pelaksanaan kegiatan ini terdiri atas tiga hal. Dibawah ini merupakan hasil dari penerapan olahraga voli pada anak-anak dengan rentang usia 6 hingga 10 tahun guna mengantisipasi kecanduan bermain gadget,

### **Implementasi Olahraga Volly**

Tahapan bermain voli mencakup hal-hal dibawah ini sebagaimana yang dikutip dari Destriani, Yusfi, & Solahuddin (2021)

#### **a. Teknik Dasar Passing Atas**

Teknik ini dapat dilakukan sambil mempertahankan postur tubuh yang teratur dan setinggi wajah. Passing atas setinggi wajah dapat dilakukan bersamaan dengan sikap normal, berguling ke samping, melompat, atau setengah berguling ke belakang.

#### **b. Teknik Dasar Passing Bawah**

Passing bawah dapat dilakukan dengan satu atau dua tangan. Kedua teknik ini dapat digunakan bersamaan dengan sikap normal, berguling ke samping, terjun ke depan, atau setengah berguling ke belakang.

**c. Set Up**

Set up atau passing (memberikan bola kepada teman) dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain maju, mundur, dan ke samping (kanan atau kiri). Sedangkan bisa dilakukan secara biasa, sedang, atau rendah tergantung tinggi bola dari gawang.

**d. Teknik Dasar Smash**

Teknik yang sering disebut dengan spiking ini dibagi menjadi beberapa kelompok: smash terbuka, smash setengah, smash cepat, smash push, dan smash lurus pool didasarkan pada set up, sedangkan smash silang dan straight didasarkan pada pergerakan bola.

**e. Teknik Dasar Servis**

Ada strategi putaran atas, putaran belakang, putaran dalam, putaran luar, dan mengambang, tergantung ke arah mana bola berputar. Selanjutnya ada back spin, outside spin, inside spin, cutting underhand, dan floating overhead yang semuanya bergantung pada servis underhand.

**f. Teknik Dasar Block**

Tujuan dari tahap ini adalah untuk menghentikan serangan bola yang masuk. Blok aktif dan pasif dipisahkan berdasarkan cara perjalanannya. Sementara itu, mereka dibagi menjadi tiga kelompok: satu orang, dua orang, dan tiga orang.

### **Hasil Implementasi Olahraga Volley**

Berdasarkan program kerja yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat sebagaimana yang telah dijabarkan diatas, didapatkan hasil sebagaimana dibawah ini,

**a. Survey**

Dalam hal ini survey yang dilakukan mengarah pada pencarian sejumlah data yang berkenaan dengan kecanduan gadget, selain itu survey mengarah pada pengenalan olahraga voli pada anak-anak. Kegiatan ini berlangsung lancar, dan diikuti oleh seluruh siswa dengan penuh antusias. Mengingat, pada umumnya kegiatan olahraga terutama voli hanya diminati oleh siswa laki-laki saja.

**b. Pelatihan bersama olahraga Volley**

Setelah melewati tahap pertama yakni survey, langkah selanjutnya yang dilakukan oleh tim adalah dengan mengadakan pelatihan bersama yang dibimbing oleh para mahasiswa yang sedang melakukan program pengabdian masyarakat di Desa Pinang Gading. Sebagaimana tahapan sebelumnya, tahapan ini juga berjalan lancar, seluruh pihak yang terlibat didalamnya sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini.



Gambar 2 Dokumentasi Pelaksanaan Program

### c. Hasil dan Opini Siswa

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa selama kegiatan berlangsung segalanya berjalan lancar tanpa kendala apapun. Menurut sebagian siswa yang ditanyai mengenai opininya mayoritas dari mereka menjawab senang, selain itu olahraga voli merupakan olahraga yang mudah dilakukan, tidak memerlukan lapangan yang luas, serta media yang digunakan cukup mudah didapatkan yakni hanya menggunakan bola dan net (Buratehi, 2023; Sujarwo & Widayat, 2020).

## KESIMPULAN

Gadget merupakan alat komunikasi yang umum digunakan, namun sayangnya tidak hanya orang dewasa yang memakai, melainkan juga anak-anak usia enam tahun ke bawah. Penggunaan gadget secara terus-menerus, terutama pada usia dini, dapat berdampak negatif. Untuk mengatasi hal ini, tim pengabdian masyarakat di Desa Pinang Gading menawarkan olahraga voli sebagai alternatif kegiatan. Program berjalan lancar dengan antusiasme tinggi dari peserta, meskipun terdapat beberapa kendala seperti pemain memukul bola dua kali berturut-turut dan mengulur waktu saat servis. Meski ada tantangan dan keterbatasan waktu, tim tetap fokus pada tujuan utama yaitu mengalihkan perhatian anak-anak dari gadget ke permainan voli. Tingginya semangat dan rasa ingin tahu peserta dalam belajar dan berpartisipasi dalam olahraga mendukung keberhasilan program ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim peneliti menyadari bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini masih menghadapi berbagai kendala dan belum sempurna, namun berharap hasilnya dapat bermanfaat bagi seluruh masyarakat. Tim berterima kasih atas masukan dan dukungan dari instruktur, siswa, serta anggota komunitas. Apresiasi khusus disampaikan kepada Kepala Desa Pinang Gading dan aparat desa, siswi yang terlibat, serta seluruh mahasiswa yang berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan program ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amadi, A. S. M. (2023). Pendidikan di Era Global: Persiapan Siswa untuk Menghadapi Dunia yang Semakin Kompetitif. *Educatio*, 17(2), 153–164. <https://doi.org/10.29408/edc.v17i2.9439>
- Anugrah, A., Abbas, M. H., Rusdi Untung, A., Supriadi, A., Tokang, M., & Azizah Azka, N. (2022). Sosialisasi Dampak Negatif Gadget pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JurDikMas) Sosiosaintifik*, 4(1), 40–42. <https://doi.org/10.54339/jurdikmas.v4i1.416>
- Aprianti, M., Dewi, D. A., & Furnamasari, Y. F. (2022). Kebudayaan Indonesia di Era Globalisasi Terhadap Identitas Nasional Indonesia. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 996–998. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.2294>
- Bibi, S., Basit, A., & Hussain, M. (2023). The Effects of Co-Curricular Activities Upon Students' Academic Achievements in Pakistan. *Journal of Social Research Development*, 4(4), 712–718. <https://doi.org/10.53664/JSRD/04-04-2023-05-712-718>
- Buratehi, B. M. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olah Raga Dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Besar dengan Gerakan Bermain Sepak Bola dan Bola Voli Siswa Kelas IX A SMP Negeri 1 Kota Sorong. *Jurnal Pendidikan*, 11(1), 110–119. <https://doi.org/10.36232/pendidikan.v11i1.3344>
- Chikmah, A. M., & Fitrianiingsih, D. (2018). Pengaruh Durasi Penggunaan Gadget Terhadap Masalah Mental Emosional Anak Pra Sekolah Di TK Pembina Kota Tegal. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(2), 295. <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i2.896>
- Damayanti, E., Ahmad, A., & Bara, A. (2020). Dampak Negatif Penggunaan Gadget Berdasarkan Aspek Perkembangan Anak di Sorowako. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, 4(1), 1–22. <https://doi.org/10.21274/martabat.2020.4.1.1-22>
- Destriani, Yusfi, H., & Solahuddin, S. (2021). Sosialisasi dan Pendampingan Hasil Pengembangan Teknik Pembelajaran Permainan Bola Voli Bagi Guru Penjaskes. *Jurnal Dharma Pendidikan Dan Keolahragaan*, 1(2), 1–8. Retrieved from <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/dharmapendidikan>
- Fajriah, W. (2020). *Olahraga Cegah Kecanduan Anak Terhadap Gadget*. Retrieved from <https://health.okezone.com/read/2020/04/14/481/2199145/olahraga-cegah-kecanduan-anak-terhadap-gadget>
- Gulo, Y. K., Zalukhu, N., & Saogo, S. N. (2022). Sosialisasi Dampak Negatif Gadget Terhadap Kehidupan Rohani Anak Dusun Payok Desa Lamoanak Kecamatan Menjalin. *Jurnal PKM Setiadharna*, 3(3), 147–156. <https://doi.org/10.47457/jps.v3i3.297>
- Hermawan, D. (2019). Dampak Globalisasi Terhadap Moralitas Remaja (Studi SMK Swasta Putra Bunda Tanjung Pura) Tahun Pelajaran 2018/2019. *Jurnal Serunai Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 8(1), 88–93. <https://doi.org/10.37755/jspk.v8i1.136>
- Hidayat, A., & Maesyarah, S. S. (2022). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356. <https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i5.159>
- Hite, R., & Taylor, D. (2021). Fostering Interest in and Motivation for STEM: An Illustrative Case Study of Middle Grade Students' Experiences in Out of School (OST) STEM Activities. *Journal of Interdisciplinary Teacher Leadership*, 5(1). <https://doi.org/10.46767/kfp.2016-0035>
- Iftaqul Janah, A., & Diana, R. (2023). Dampak Negatif Gadget pada Perilaku Agresif Anak

- Usia Dini. *Generasi Emas*, 6(1), 21–28.  
[https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2023.vol6\(1\).9365](https://doi.org/10.25299/ge:jpiaud.2023.vol6(1).9365)
- Kasriani, N. W., Marsono, M., & Ariani, N. W. T. (2022). Model Parenting dalam Mengembangkan Aspek Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. (*JAPRA*) *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA)*, 5(2), 25–38.  
<https://doi.org/10.15575/japra.v5i2.19682>
- Kurnia, M., Jaya, I., Jalil, A. R., Arya, N., Samsuddin, S., Ilham, M., ... A, R. (2020). KKN Tematik Pemberdayaan Masyarakat melalui Penerapan Teknologi Untuk Peningkatan Taraf Hidup Masyarakat Di Kecamatan Pulau Sembilan Kabupaten Sinjai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Hasanuddin (JPMH)*, 1(1), 1–9. Retrieved from <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jpmh/article/view/9579>
- Maulana, A. N., Putra, D. . A., & Ariska, I. D. (2021). Dampak Teknologi Gadget terhadap Perilaku Komunikasi Anak di Desa Tegal Arum. *JOSTECH: Journal of Science and Technology*, 1(2), 149–156. <https://doi.org/10.15548/jostech.v1i2.3047>
- Muhammad, S., & Nasir Kiazai, D. A. (2022). A Study on Effects of Co-Curricular Activities on Academic Achievements of Public Secondary School Students of Zarghoon Town Quetta. *International Research Journal of Education and Innovation*, 3(1), 318–325. [https://doi.org/10.53575/irjei.v3.01.28\(22\)318-325](https://doi.org/10.53575/irjei.v3.01.28(22)318-325)
- Mutiani, M., & Faisal, M. (2019). Urgency of The 21st Century Skills and Social Capital in Social Studies. *The Innovation of Social Studies Journal*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.20527/iis.v1i1.1256>
- Palar, C. M., Wongkar, D., & Ticoalu, S. H. R. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.7127>
- Pratiwi, R. (2023). *Tahap-Tahap Perkembangan Anak Usia 6-9 Tahun*. Retrieved from [https://hellosehat.com/parenting/anak-6- sampai-9-tahun/perkembangan-anak-usia-6-9-tahun/](https://hellosehat.com/parenting/anak-6-sampai-9-tahun/perkembangan-anak-usia-6-9-tahun/)
- Robingatin, Asiah, S. N., & Saputri, E. M. (2021). Penerapan Metode Bermain Peran dalam Meningkatkan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *Borneo Jurnal of Primary Education*, 1, 93–101.
- Rumlah, S. (2022). Budaya Olahraga di Masyarakat Sebagai Fenomena Sosial Terhadap Kesehatan Jiwa dan Kebugaran Jasmani Lansia. *JEJAK: Jurnal Pendidikan Sejarah & Sejarah*, 2(1), 94–100. <https://doi.org/10.22437/jejak.v2i1.20481>
- Sholeh, M., Rachmawati, R. Y., & Andayati, D. (2022). Edukasi Dampak Negatif Penggunaan Gadget dan Media Internet yang Berlebihan Bagi Anak-Anak. *Jurnal Pengabdian Pendidikan Masyarakat (JPPM)*, 3(1), 69–77. <https://doi.org/10.52060/jppm.v3i1.670>
- Singh, A. (2017). Effect of Co-Curricular Activities on Academic Achievement of Students. *IRA International Journal of Education and Multidisciplinary Studies (ISSN 2455-2526)*, 6(3), 241. <https://doi.org/10.21013/jems.v6.n3.p4>
- Solehudin, M. (2019). Kasus Anak Kecanduan Gadget di Jabar, Belasan Rawat Jalan-Ada yang Meninggal. *12 Februari 2019 14.40 Wib*. Retrieved from <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5501680 /kasus-anak-kecanduan-gadget-di-jabar-belasan-rawat-jalan-ada-yang-meninggal>
- Sujarwo, S., & Widayat, W. (2020). Survei Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Materi Bola Voli Mini di Sekolah Dasar. *Physical Activity Journal*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.2.1.2604>

- Wahyuni, A. S., Siahaan, F. B., Arfa, M., Alona, I., & Nerdy, N. (2019). The Relationship between the Duration of Playing Gadget and Mental Emotional State of Elementary School Students. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(1), 148–151. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.037>
- Yana, M. (2021). Dampak Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini (Studi Kasus di TK Elekrina Kertapati Palembang). *PERNIK: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 78–93. <https://doi.org/10.31851/pernik.v2i2.3840>