

UPAYA MENURUNKAN DAMPAK NEGATIF GADGET MELALUI MEDIA PROMOSI KESEHATAN PADA SISWA SDN 01 SAWAHAN KOTA PADANG

Syafrawati ^{*)}, Dien Gusta Anggraini Nursal, Rayunda Chikita dan Nugroho Tundun
Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

^{*)}Email : Syafrawati@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan teknologi dan informasi semakin berkembang pesat sesuai dengan perkembangan zaman. Teknologi muncul dari masa ke masa dengan berbagai macam jenis dan fitur yang selalu baru dari hari ke hari. Salah satu teknologi yang populer adalah gadget. Gadget tidak selalu memiliki dampak positif saja tetapi juga dampak negatif. Menurut hasil observasi yang dilakukan oleh Dewi (2013) kepada beberapa keluarga di salah satu daerah wilayah Yogyakarta pada tahun 2013, menunjukkan sejak menggunakan gadget, ketika di rumah anak menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan kurang respon pada saat orang tua mengajak nya berbicara. Selain itu gadget juga dapat merusak kesehatan seperti sakit kepala, penglihatan kabur, susah melihat objek yang jauh, dan sering menyipitkan mata ketika melihat objek yang jauh dan tidak nyaman di mata. Melihat kondisi tersebut dikhawatirkan anak-anak sudah terpapar oleh dampak negatif gadget. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini antara lain untuk menghindari dampak negatif gadget melalui media promosi kesehatan yaitu media permainan ular tangga. Sekolah Dasar yang menjadi mitra pengabdian masyarakat ini adalah SDN 01 Sawahan Kota Padang. Pengabdian diawali dengan pengenalan dan dilanjutkan dengan pra-tes. Kegiatan selanjutnya adalah pemberian informasi dengan media permainan ular tangga, pos-tes, dan tanya jawab berhadiah dengan peserta pengabdian masyarakat. Peserta antusias dalam mengikuti kegiatan. Dari hasil pra-tes dan pos-tes disimpulkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi kesehatan dengan media permainan ular tangga.

Kata Kunci: *dampak gadget, media promosi kesehatan, permainan ular tangga*

Efforts to Reduce the Negative Impacts of Gadget Through Health Promotion Media In Students of Public Elementary School 01 Sawahan Padang City

ABSTRACT

Along with the development of the times, the development of technology and information is also growing rapidly. Technology has emerged from time to time with various types and features that are always new from day to day. One of the popular technologies is gadget. Gadget does not always have positive impacts, but also has negative ones. The observation results of Anggrahini Dewi (2013) on several families in the Yogyakarta region show changes in behavior of children at home since using gadgets, children become difficult to communicate with, lack of caring and lack of response when parents talk with them. In addition, gadget can also affect health, such as giving headaches, difficulty seeing distant objects, often squinting at distant objects, blurred vision and uncomfortable eyes. Based on these conditions, it is feared that children have been exposed to the negative effects of gadgets. The purpose of this community service is to avoid the negative impact of gadgets through health promotion media, such as the media of snake ladder game. The elementary school which the community service work with is Elementary School No. 01 Sawahan, Padang City. Dedication begins with an introduction and is followed by a pre test. The next activity is giving information through snake ladder game media, post test, and question and answer with community service participants. The participants were enthusiastic in participating the activity. It can be seen from the results of the pre-test and post-test that there was a significant difference between the level of knowledge before and after health education with

the media playing snakes and ladders were given.

Keywords: *gadget impact, health promotion media, snake and ladders game.*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dan informasi semakin berkembang pesat sesuai dengan perkembangan zaman. Salah satu teknologi yang populer adalah gadget. Gadget adalah alat elektronik berukuran kecil yang memiliki fungsi khusus dan praktis. (Gayatri, 2011); (Kurniawati, 2011).

Menurut Presiden Direktur Ericsson Indonesia, Thomas Jul, Indonesia memiliki jumlah langganan smart phone tertinggi di Asia Tenggara dan Oceania, tercatat dengan hampir 100 juta di tahun 2015 dan diprediksi tumbuh menjadi 250 juta langganan smart phone di akhir 2021. (Daily, 2015) Survei yang dilakukan sepanjang 2016 itu menemukan bahwa 132,7 juta orang Indonesia telah terhubung ke internet dari total penduduk 256,2 juta orang. Hal ini mengindikasikan kenaikan 51,8 persen dibandingkan jumlah pengguna internet pada 2014 lalu (Yoga, 2016).

Dahulu, gadget seperti hand phone dan PC tablet hanya digunakan di kalangan usia dewasa atau lanjut usia (22 tahun ke atas) untuk berkomunikasi dan urusan pekerjaan saja dan orang-orang yang memiliki pendapatan tinggi karena harga gadget yang mahal. Namun sekarang, bukan hanya di kalangan dewasa, tetapi usia remaja (12-21 tahun) dan pada anak-anak (7-11 tahun) pun sudah menggunakan gadget karena faktor orang tua yang sibuk bekerja dan harga gadget yang semakin murah akibat persaingan di pasaran (Nurrachmawati, 2014).

Penggunaan gadget di kalangan anak-anak semakin memprihatinkan dan tentu memiliki dampak negatif terhadap tumbuh kembang. Terlihat jelas anak-anak lebih cepat beradaptasi dengan teknologi yang ada. Sehingga anak-anak sering terlena dengan kecanggihan gadget dengan fitur-fitur yang tersedia di dalamnya. Anak-anak yang sering menggunakan gadget, seringkali lupa dengan lingkungan sekitarnya. Mereka lebih memilih bermain menggunakan gadget dari pada bermain bersama dengan teman-teman di lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Sehingga interaksi sosial antara anak dengan masyarakat, lingkungan sekitar berkurang, bahkan semakin luntur (Ismanto dan Onibala, 2015).

Selain memengaruhi kondisi psikologi, gadget juga berdampak buruk bagi kesehatan terutama kesehatan mata (Depkes, 2009). Dalam sebuah penelitian menyebutkan paparan radiasi yang disebabkan oleh gadget tidak baik untuk kesehatan mata (Pravita, 2010).

Beberapa pengaruh buruk gadget terhadap anak remaja, yaitu terhadap kesehatan, kepribadian, pendidikan/prestasi serta terhadap keluarga dan masyarakat. Seorang anak yang menggunakan gadget dengan intensitas waktu yang berlebihan akan mengakibatkan kerusakan pada mata, memberikan beban pada tulang leher dan tulang punggung, menyebabkan insomnia dan menyebabkan nomophobia. Pada perkembangan kepribadiannya, anak merasa memiliki dunianya sendiri dan lebih agresif terhadap keluarga dan orang di sekitarnya (Mediasyifa, 2014).

Promosi kesehatan merupakan upaya memengaruhi masyarakat agar menghentikan perilaku berisiko tinggi dan menggantikannya dengan perilaku yang

aman atau paling tidak bersiko rendah. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan suatu media yang dikenal dengan media promosi kesehatan. Media untuk promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa, atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebaran informasi. Media promosi kesehatan dapat berupa media visual (grafik, diagram chart, bagan, poster, dan sejenisnya), media auditif (radio, tape recorder, laboratorium bahasa, dan sejenisnya), projected still media (slide, OHP, in focus, dan sejenisnya), dan projected motion media (film, televisi, video, komputer, dan sebagainya) (Kholid, 2012).

Berdasarkan hasil observasi, pengguna gadget khususnya smart phone di Kota Padang juga meningkat. Tidak hanya orang dewasa, namun juga pada remaja dan anak-anak. Hal ini dapat ditemui tidak hanya di lingkungan rumah, namun juga dapat ditemukan di lingkungan sekolah, dan tempat umum seperti kafe/ restoran, pusat perbelanjaan, dan tempat umum lainnya. Oleh karena itu diperlukan suatu upaya untuk penurunan dampak negatif gadget pada anak-anak, khususnya siswa sekolah dasar di Kota Padang.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada Jumat 18 Agustus 2017 di SDN 01 Sawahan Kota Padang. Peserta pengabdian masyarakat terdiri dari siswa kelas 4 dan kelas 5 sebanyak 32 orang. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah sebagai berikut: melakukan survei, sosialisasi program, identifikasi masalah dan melaksanakan kegiatan sosialisasi (Ferry, 2018): (Ferry, et al 2018).

Kegiatan yang dilakukan adalah pra-tes, pemberian informasi mengenai dampak gadget melalui media permainan ular tangga, dan pos-tes. Di akhir sesi juga dilakukan tanya jawab berhadiah bagi peserta yang menjawab pertanyaan dengan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pembuatan Media Promosi Kesehatan

Media promosi kesehatan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah media permainan ular tangga. Media permainan ular tangga dipilih sebagai media promosi karena permainan ular tangga merupakan salah satu *cooperative play* dan termasuk permainan tradisional yang murah, mudah dibuat, anak belajar bekerja sama dan berkompetisi sehat, membantu anak bersosialisasi dengan teman sebayanya serta bermain sambil belajar. Pemilihan media permainan ular tangga juga dipilih karena merupakan salah satu upaya untuk menghindari dampak negatif gadget yaitu dengan bermain di luar rumah atau melakukan aktivitas fisik.

Media permainan ular tangga berisikan informasi mengenai pengertian gadget, jenis-jenis gadget serta dampak gadget, baik dampak positif maupun dampak negatif gadget, serta tips bagaimana agar kita terhindar dari dampak negatif gadget. Kotak nomor 1 berisi gambar dan kata kegemukan, yang merupakan salah satu dampak negatif dari gadget. Kotak nomor 2 berisi gambar dan kalimat “bermain di luar rumah

dengan teman bisa membuat anak terhindar dari gadget”, yang merupakan salah satu cara agar terhindar dari dampak negatif gadget. Kotak nomor 3 berisi gambar dan kalimat “bermain gadget membuat anak jadi mudah marah karena ketergantungan gadget”, yang merupakan salah satu dampak negatif gadget.

Kotak nomor 4 berisi gambar dan kalimat “merusak perkembangan otak”, yang merupakan salah satu dampak negatif gadget. Kotak nomor 5 berisi gambar dan kalimat “upaya untuk menghindari bahaya gadget yaitu melakukan hobi yang disukai”, yang merupakan salah satu cara untuk menghindari dampak negatif gadget. Pada kotak ini juga terdapat gambar tangga, sehingga bila peserta berhenti pada kotak ini, peserta akan naik ke kotak nomor 6. Kotak nomor 6 berisi gambar dan kalimat “perbanyak olah raga juga termasuk upaya menghindari bahaya gadget”, yang juga merupakan cara untuk menghindari dampak negatif gadget. Kotak nomor 7 berisi gambar dan kalimat “tahukah kamu dampak positif gadget?”. Apabila peserta berhenti pada kotak ini, maka peserta dapat menaiki tangga ke kotak nomor 17.



Gambar.1 Permainan Ular Tangga

Kotak nomor 8 berisi kalimat “tahukah kamu dampak negatif gadget?” dengan gambar kepala ular. Saat peserta berada di kotak ini, maka peserta harus menuruni ular ke kotak di mana ekor ular berada, yaitu kotak nomor 4 yang merupakan jawaban dari pertanyaan kotak nomor 8. Kotak nomor 9 berisi kalimat “tahukah kamu dampak positif gadget?” dengan gambar tangga. Saat peserta berada di kotak ini, maka peserta

harus menaiki tangga ke kotak di mana tangga berakhir, yaitu kotak nomor 22 yang merupakan jawaban dari pertanyaan kotak nomor 9.

Kotak nomor 10 berisi gambar dan kalimat “gadget membuat anak tidak bisa mandiri menyelesaikan masalah, karena ketergantungan terhadap gadget”. Hal ini terjadi karena minimnya kemampuan bersosialisasi dan juga beradaptasi dengan orang lain. Kotak nomor 11 berisi gambar dan kalimat “bermain gadget dapat menyebabkan terjadinya tindakan kekerasan dan asusila dikarenakan meniru tindakan serupa setelah menonton video yang mengandung kekerasan dan asusila” yang merupakan dampak negatif dari gadget. Contoh kasus bahwa bocah kelas 5 SD telah melakukan pelecehan seksual terhadap teman sebayanya, hal ini terjadi karena anak tersebut sering menonton video porno yang dapat dengan mudah di akses dari gadget miliknya.

Kotak nomor 12 hanya berisi angka 12. Kotak nomor 13 berisi gambar dan kalimat “bermain gadget dapat membuat menurunnya prestasi belajar” yang merupakan dampak negatif gadget. Kotak nomor 14 hanya berisi angka 14. Kotak nomor 15 berisi gambar dan kalimat “merusak penglihatan” yang juga merupakan dampak negatif gadget. Kotak nomor 16 berisi gambar dan kalimat “upaya agar kita terhindar dari dampak negatif gadget yaitu adanya batasan waktu saat bermain dengan gadget”, yang merupakan upaya agar terhindar dari dampak negatif gadget. Orang tua berperan besar pada upaya ini. Berikanlah batasan waktu saat anak bermain gadget. Batas maksimal anak bermain gadget adalah 2 jam/hari. Lalu jadwalkan juga waktu yang tepat untuk bermain gadget.

Kotak nomor 17 berisi gambar dan kalimat “salah satu dampak positif gadget yaitu sebagai sarana hiburan”, yang merupakan dampak positif dari gadget. Kotak nomor 18 berisi kalimat “tahukah kamu dampak negatif gadget?” dan gambar kepala ular. Peserta yang berhenti pada kotak nomor 18 akan menuruni ular sampai ke ekor ular di kotak nomor 1 yang merupakan jawaban dari pertanyaan kotak nomor 18. Kotak nomor 19 hanya berisi angka 19. Kotak nomor 20 berisi gambar dan kalimat “agar terhindar dari bahaya gadget maka kita harus menyaring informasi yang didapatkan dari internet dan tanyakan kepada orang tua atau keluarga” yang merupakan salah satu upaya agar terhindar dari dampak negatif gadget. Sekali lagi orang tua berperan penting dalam upaya melindungi anak dari dampak negatif gadget.

Kotak nomor 21 berisi gambar dan kalimat “bermain gadget dapat menimbulkan radiasi” yang merupakan dampak negatif gadget. Pravita (2010) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pada layar monitor gadget terdapat gelombang radiasi, seperti sinar X, Sinar ultraviolet, Gelombang mikro (microwave), Radiasi elektromagnetik frekuensi sangat rendah (*Very Low Frequency/VLF*) dan Radiasi elektromagnetik frekuensi amat sangat rendah (*Extremely Low Frequency/ELF*). Gelombang radiasi ini dapat merusak kesehatan mata dan perkembangan otak. Kotak nomor 22 berisi gambar dan kalimat “sarana penambah pengetahuan dan wawasan” yang merupakan dampak positif gadget. Di dalam gadget juga ada berbagai macam permainan edukatif yang dapat memberi rangsangan terhadap otak anak, dan pola permainan ini dapat disesuaikan dengan usia anak tersebut. Anak-anak dapat mengakses berbagai informasi di mana pun dan kapan pun sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan, tentunya dengan pengawasan orang tua.

Kotak nomor 23 berisi gambar dan kalimat “bermain gadget membuat anak kurang berinteraksi” yang merupakan dampak negatif gadget. Menurut hasil observasi

yang dilakukan oleh Anggrahini kepada beberapa keluarga di salah satu daerah wilayah Yogyakarta, menunjukkan sejak menggunakan gadget, ketika di rumah anak menjadi susah diajak berkomunikasi, tidak peduli dan kurang respon pada saat orang tua mengajak nya berbicara. Kotak nomor 24 berisi kalimat “tahukah kamu dampak negatif gadget” dengan gambar kepala ular. Peserta yang berhenti pada kotak nomor 24 akan menuruni ular sampai ke ekor ular di kotak nomor 15 yang merupakan jawaban dari pertanyaan kotak nomor 14. Kotak terakhir yaitu kotak nomor 25 berisi gambar dan kalimat nasihat yang juga berisikan ajakan bagi peserta yaitu “jadilah generasi sehat dan cerdas tanpa harus kecanduan gadget”. (Anggrahini Dewi,2013) .

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada Jumat 18 Agustus 2017. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SDN 01 Sawahan Padang. Peserta pengabdian masyarakat terdiri dari siswa kelas 4 dan kelas 5. Peserta dikumpulkan di satu kelas pada jam yang telah ditentukan oleh pihak sekolah. Adanya penambahan jumlah peserta pengabdian masyarakat menjadi 32 orang dikarenakan antusias dari pihak sekolah yang tinggi terhadap kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan diawali dengan pengenalan tim. Tim juga menjelaskan maksud dari kegiatan pengabdian masyarakat kepada peserta.



Gambar 2. Perkenalan Tim

Setelah pengenalan, dilakukan pra-tes untuk mengetahui pengetahuan awal peserta mengenai gadget serta dampak gadget. Setelah pra-tes dilakukan pemberian informasi mengenai dampak gadget dengan media permainan ular tangga. Tim menjelaskan media permainan ular tangga terlebih dahulu dan juga tim menjelaskan aturan main. Aturan permainan hampir sama dengan permainan ular tangga pada umumnya. Peserta melempar dadu dan melangkah menuju kotak sesuai dengan jumlah dadu. Apabila berada di kotak yang adanya tangga, maka peserta berhak naik ke kotak yang di tuju. Dan apabila peserta berada di kotak dengan gambar kepala ular, maka

peserta harus turun mengikuti ekor ular. Perbedaannya, pada media permainan ular tangga ini hampir di setiap kotak memiliki instruksi tersendiri.

Ada dua orang peserta yang menjadi pemain pada kegiatan ini. Peserta melempar dadu dan melangkah menuju kotak sesuai angka yang tertera di dadu. Peserta membaca instruksi yang tertera di kotak dengan lantang. Tim menjelaskan maksud dari instruksi yang ada pada kotak tersebut. Pada saat menjelaskan instruksi tersebut juga terjadi interaksi Tanya jawab antara tim dengan peserta. Kedua peserta saling berpacu untuk menamatkan permainan. Terkadang peserta juga harus menuruni ular dan juga menaiki tangga. Seluruh peserta antusias terhadap kegiatan ini.



Gambar 3. Bermain Siswa Mempraktikkan Permainan Ular Tangga

Setelah kegiatan sosialisasi dengan media permainan ular tangga, di lakukanlah pos-tes untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan informasi mengenai gadget serta dampak gadget.



Gambar 4. Pelaksanaan Pre-Test



Gambar 5. Pelaksanaan Post-Tes

Setelah kegiatan sosialisasi selesai diadakan kuis berhadiah. Siswa sangat antusias dalam mengikuti kuis. Lima siswa yang berhasil menjawab pertanyaan kuis dengan benar mendapatkan hadiah. Di akhir kegiatan dilakukan penyerahan kenang-kenangan dari tim pada sekolah.



Gambar 6. Penyerahan Hadiah Bagi Siswa Yang Berhasil Menjawab Pertanyaan



Gambar 7. Penyerahan Kenang-Kenangan dari Ketua Pelaksana Kepada Pihak Sekolah

3. HASIL PRE-TEST DAN POST-TEST

Perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan edukasi kesehatan menggunakan media permainan ular tangga dapat dilihat pada Tabel di bawah ini:

Tabel.1 Hasil Uji Perbedaan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Menggunakan Media Permainan Ular tangga

Variabel	Mean	SD	P Value	n
<i>Pre-Test</i>	7,34	1,578	0,0001	32
<i>Post-test</i>	9,25	0,880		

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa skor rata-rata tingkat pengetahuan pada pre test adalah 7,34 dengan standar deviasi 1,578. Pada post-test didapat rata-rata tingkat pengetahuan adalah 9,25 dengan standar deviasi 0,880. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,0001 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) edukasi kesehatan dengan media permainan ular tangga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik. Terlihat dari penerimaan pihak sekolah yang baik dan antusias dari siswa-siswa sekolah dasar tersebut dalam mengikuti kegiatan ini. Ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) edukasi kesehatan dengan media ular tangga.

Diharapkan kegiatan sejenis dapat dilakukan pada sekolah lain di Kota Padang mengingat dari hasil tanya jawab dengan siswa sekolah dasar, sebagian besar dari peserta memiliki gadget dan tidak pernah mendapatkan sosialisasi mengenai dampak negatif gadget serta tidak adanya pengawasan orang tua saat peserta menggunakan gadget. Dikhawatirkan kondisi ini akan menyebabkan siswa mudah terpapar dampak negatif gadget.

Diharapkan adanya pengawasan dari keluarga saat siswa tersebut menggunakan gadget. Keluarga juga diharapkan memberikan penjelasan terhadap informasi yang didapatkan anak dari internet dan juga memberikan batasan waktu bermain gadget bagi anak agar terhindar dari dampak negatif gadget seperti kerusakan kesehatan mata dan lain-lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diaturnya kepada FKM Universitas Andalas yang telah mendanai kegiatan ini melalui DIPA FKM Universitas Andalas tahun 2017, sehingga dapat terlaksananya kegiatan ini dengan mitra SDN 01 Sawahan Kota Padang dalam upaya menurunkan dampak negatif gadget melalui media promosi kesehatan. Terima kasih kami ucapkan juga kepada mitra yang telah bekerja sama sehingga tercapainya tujuan yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Gayatri. 2011. *Women's Guide (Buku Cerdas untuk Perempuan Aktif)*. Gagas Media, Jakarta.
- Ismanto, Y. dan Onibala, F. 2015. Hubungan penggunaan gadget dengan tingkat prestasi siswa di SMA Negeri 9 Manado. *Ejournal Keperawatan FK Unsrat Manado*, 3(2).
- Kholid, A. 2012. *Promosi Kesehatan dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya*. PT Raja Grafindo Persada, Semarang.
- Kurniawati. 2011. Hari gini nggak punya gadget, apa kata dunia? [Accessed 8 Maret 2017].
- Mediasyifa. 2014. *Pengaruh Penggunaan Gadget Pada Remaja Terhadap Interaksi Sosial Remaja*. Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Nurrachmawati. 2014. *Pengaruh Sistem Operasi Mobile Android pada Anak Usia Dini*. Universitas Makasar, Makasar.
- Pravita. 2010. *Skrining Penglihatan (Visus) Tahun Sekolah Dasar*.
- Syaiful F.L. 2018. Diseminasi teknologi deteksi kebuntingan dini “DEEA GestDect” terhadap sapi potong di Kinali Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*. 1(3): 17-25
- Syaiful. F.L., U.G.S. Dinata dan Ferido. 2018. Pemberdayaan masyarakat Nagari Sontang Kabupaten Pasaman melalui inovasi budidaya sapi potong dan inovasi pakan alternatif yang ramah lingkungan. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*. 1(3): 21-31
- Syaiful. F.L., U.G.S. Dinata dan Y. Hidayatullah. 2018. Pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan limbah sekam padi sebagai bahan bakar kompor sekam yang ramah lingkungan di Kinali, Pasaman Barat. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*. 1(3): 62-69
- Yoga, H.W. 2016. Pengguna internet di Indonesia capai 132 juta. [Accessed 10 Maret 2017]