



PENGARUH PENGGUNAAN HEADSET NIRKABEL TERHADAP KESEHATAN TUBUH

The Effects of Wireless Headset Usage on Body Health

Aulia Wardah Marcelliani

Universitas Pendidikan Indonesia

auliawarm@upi.edu

Muhammad Adrian Maruf

Universitas Pendidikan Indonesia

marufadrian231205@upi.edu

Winda Dwihadiyanti Suhada

Universitas Pendidikan Indonesia

windadwihadiyanti04@upi.edu

Zihan Ats Tsauriyyah

Universitas Pendidikan Indonesia

zihanats@upi.edu

ABSTRACT

In the digital era and technological advancement, the use of wireless headsets in daily routines has become increasingly common among the public. However, excessive and routine use of wireless headsets can pose health risks to the body. The aim of this research is to examine the impact of headset usage on bodily health to minimize potential risks. This study utilizes a literature review method and a quantitative approach through analytical surveys. Respondents reported experiencing disruptions in their hearing and feeling discomfort in their ears. It is crucial for users to use wireless headsets wisely and understand the potential risks of electromagnetic radiation to maintain auditory health and overall well-being.

Keywords: Electromagnetic Radiation, Health, Wireless Headset.

ABSTRAK

Di era digital dan perkembangan teknologi, semakin seringnya masyarakat menggunakan headset nirkabel di setiap rutinitas sehari-hari. Namun, terlalu rutin dalam menggunakan headset nirkabel dapat memberikan efek bahaya ke dalam tubuh. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penggunaan headset terhadap kesehatan tubuh sehingga dapat meminimalisir risiko yang akan didapatkan oleh tubuh. Penelitian ini menggunakan metode



studi literatur dan pendekatan kuantitatif berupa survei analitik. Responden merasakan pendengarannya terganggu dan merasakan nyeri pada pendengarannya. penting bagi pengguna untuk menggunakan headset nirkabel dengan bijak dan memahami potensi risiko radiasi elektromagnetik guna menjaga kesehatan pendengaran dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Kata kunci: *Headset* Nirkabel, Kesehatan, Radiasi Elektromagnetik

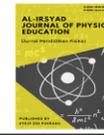
A. PENDAHULUAN

Salah satu komponen penting dari teknologi pendidikan digital adalah perangkat keras dan infrastruktur, termasuk perangkat seperti komputer, laptop, tablet, papan tulis interaktif, dan proyektor, komputer, laptop, tablet, papan tulis interaktif, dan proyektor (Maryani et al., 2023). Selain di dunia pendidikan, perangkat ini juga tentu tidak lepas di kehidupan sehari-hari. Headset dan smartphone menjadi satu kesatuan yang tidak terpisahkan bagi masyarakat, terlebih lagi di era digital seperti masa kini. Radiasi yang dipancarkan oleh headset memiliki dampak negatif terhadap tubuh terutama bagian otak (Swamardika, 2009). Jika pancaran radiasi dibiarkan secara terus menerus akan mulai mengganggu fungsi tubuh manusia.

Bahaya yang ditimbulkan oleh radiasi elektromagnetik akan mulai menimbulkan gejala gejala yang mengganggu kesehatan. Paparan radiasi gelombang elektromagnetik pada frekuensi tertentu

dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan manusia. Tingkat paparan yang berlebihan dapat menyebabkan potensi terjadinya gangguan atau keluhan kesehatan (Hermawan et al.Swamardika, 2021). Banyak orang berpendapat bahwa radiasi gelombang elektromagnetik yang dipancarkan bisa berdampak negatif pada kesehatan pengguna. Pandangan ini juga diperkuat oleh para ahli di bidang telekomunikasi, meskipun ada juga pihak yang menentangnya (Batubara et al., 2023). Namun, terdapat banyak kalangan masyarakat, dan khususnya remaja, yang masih belum memahami bahaya dari radiasi elektromagnetik yang ditimbulkan oleh headset. Seperti yang diketahui, bahwa headset memiliki dampak negatif berjangka panjang terhadap kesehatan (Bisra et al., 2023).

Radiasi yang ditimbulkan oleh penggunaan headset perlu diminimalisir sekecil mungkin. Marido Bisra, dkk (2023), menjelaskan bahwa Hubungan Kebiasaan Menggunakan Headset

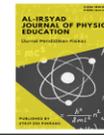


bluetooth berpotensi menyebabkan terganggunya kesehatan tubuh. Dalam penelitiannya, Ia memaparkan bahwa teknologi medan elektromagnetik non-pengion yang salah satunya merupakan headset memberikan dampak negatif terhadap kesehatan tubuh. Radiasi pada otak yang disebabkan oleh radiasi elektromagnetik pada headset menimbulkan potensi kanker yang mengkhawatirkan. Catatan penting yang disampaikan oleh Marido bisra, dkk, bahwa belum didapatkan bukti secara ilmiah akan adanya efek kanker yang disebabkan oleh penggunaan headset (Bisra et al., 2023). Peningkatan ketergantungan masyarakat terhadap headset dan smartphone dalam era digital memberikan konteks yang mendalam bagi penelitian mengenai dampak radiasi gelombang elektromagnetik yang dihasilkan oleh penggunaan headset.

Banyak orang sudah mengetahui bahwa penggunaan smartphone dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan sistem saraf otak karena radiasinya. Hal tersebut juga telah diungkapkan dalam studi bahwa penggunaan gadget dapat mempengaruhi psikologi berfikir seseorang (Sardi et al., 2017). WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) telah

mengungkapkan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan dapat membahayakan kesehatan. Meskipun demikian, masih banyak yang kurang informasi mengenai efek radiasi dari penggunaan Headset nirkabel. Apakah penggunaan Headset nirkabel juga memiliki dampak berbahaya yang sebanding dengan penggunaan smartphone belum banyak diketahui dan dipahami oleh banyak orang (Bisra et al., 2023).

Meskipun banyak penelitian telah dilakukan mengenai radiasi handphone, penelitian terkait dampak kesehatan akibat penggunaan headset masih minim. Dampaknya adalah kalangan masyarakat khususnya remaja, akan mengalami kesulitan dalam mencari informasi sebagai referensi untuk penggunaan teknologi headset secara baik dan benar (Nurnaifah et al., 2022). Dimana penggunaan headset yang ada dalam batas wajar tentunya akan meminimalisir efek dari radiasi gelombang elektromagnetik yang akan mereka terima. Berdasarkan hal tersebut, perlu dijelaskan dampak penggunaan headset pada skala populasi yang lebih besar dan dalam jangka waktu yang lebih panjang. Penelitian ini dapat menjadi landasan untuk kebijakan kesehatan



masyarakat yang lebih baik terkait penggunaan headset. Selain itu, pendekatan ini dapat membantu mengidentifikasi kelompok risiko yang mungkin lebih rentan terhadap dampak kesehatan dari penggunaan headset (Sardi et al., 2022). Penelitian ini menghasilkan pemahaman implikasi kesehatan dari penggunaan headset di tengah meningkatnya ketergantungan masyarakat terhadap perangkat ini.

Pemahaman tersebut akan membentuk dasar untuk merancang kebijakan kesehatan masyarakat yang lebih spesifik terkait penggunaan headset. Kebijakan ini dapat mencakup pedoman penggunaan yang aman, peringatan kesehatan, atau bahkan pembatasan tertentu pada penggunaan headset, terutama pada kelompok yang diidentifikasi sebagai lebih rentan terhadap dampak kesehatan ini.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan studi literatur dengan sumber yang valid dan relevan dari beberapa jurnal untuk mendapatkan data yang sesuai dan aktual. Selain dari beberapa jurnal dan sumber yang valid, relevan, dan aktual, kami juga menggunakan kasus nyata orang-orang

yang sudah terkena dampak atau pengaruh dari penggunaan headset nirkabel.

Metode penelitian lain menggunakan penelitian yang bersifat kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian survei analitik dan pendekatan cross sectional. Menggunakan perkembangan teknologi yaitu *google form*. Dan dalam *google form* tersebut, Kita akan

No	Pertanyaan	Jawaban	f	%
1.	Headset nirkabel mudah digunakan	Sangat setuju	16	39.02%
		Setuju	24	58.53%
		Tidak setuju	1	2.43%
		Sangat tidak setuju	0	0%
2.	Seringnya responden dalam menggunakan headset nirkabel.	Sangat setuju	8	19.51%
		Setuju	18	43.9%
		Tidak setuju	13	31.71%
		Sangat tidak setuju	2	4.88%
3.	Pemahaman responden mengenai efek radiasi elektromagnetik.	Sangat setuju	7	17.07%
		Setuju	28	68.29%
		Tidak setuju	6	14.63%
		Sangat tidak setuju	0	0%



mengukur dampak penggunaan headset nirkabel pada hidup mereka, dengan menanyakan kebiasaan mereka dalam menggunakan headset nirkabel dalam kehidupan sehari-hari. Dimana opsi jawaban dari survei tersebut akan menggunakan Skala Likert, dengan pilihan opsi: sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Dimana responden akan menjawab sesuai dengan pengalaman mereka terhadap penggunaan headset nirkabel. Penelitian ini dilaksanakan selama 1 Minggu. Dimulai pada tanggal 30 Oktober 2023 dan berakhir pada tanggal 5 November 2023.

Sampel dalam penelitian ini sebanyak 41 mahasiswa/i semester 1 Program Studi Pendidikan Fisika dan Fisika Universitas Pendidikan Indonesia. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah simple random sampling. Hasil data akan kami tampilkan dalam bentuk tabel yang merupakan hasil rekapitulasi data dari google formulir.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Headset nirkabel dapat menyebabkan gangguan kesehatan pada bagian pendengaran, hal ini dibuktikan dengan data yang diperoleh bahwa mayoritas dari responden menyatakan bahwa keluhan terbesar mereka adalah adanya gangguan pada

pendengaran mereka, ketika terlalu sering menggunakan headset. Berikut adalah adalah hasil data yang Kami dapatkan dari survei yang telah Kami lakukan:

4. Headset nirkabel membawa dampak positif.	Sangat setuju	0	0%
	Setuju	7	17.07%
	Tidak setuju	28	68.29%
	Sangat tidak setuju	6	14.63%
5. Pengalaman responden akibat pemakaian headset nirkabel yang menyebabkan terganggunya pendengaran	Sangat setuju	2	4.88%
	Setuju	24	58.53%
	Tidak setuju	14	34.15%
	Sangat tidak setuju	1	2.43%
6. Pengalaman responden yang mengalami rasa sakit pada bagian telinga akibat pemakaian headset nirkabel.	Sangat setuju	6	14.63%
	Setuju	29	70.73%
	Tidak setuju	4	9.76%
	Sangat tidak setuju	2	4.88%

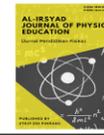
Sumber: Google Form
<https://forms.gle/HuuA1osVAnCf49wEA>

Dari hasil penelitian survei analitik, didapati bahwa dalam penelitian tersebut. Terdapat 41 responden yang berpartisipasi.

Dari hasil tersebut terlihat bahwa headset nirkabel memiliki desain yang ergonomis sehingga dinilai sangat mudah dalam penggunaannya. Selain itu, disebabkan desain yang nyaman dan mudah disesuaikan dengan kepala atau telinga pengguna menjadikannya pilihan yang nyaman dan intuitif untuk digunakan setiap saat oleh para responden.

Namun, mayoritas dari responden walaupun mengakui kemudahan dalam menggunakan headset, dan cenderung untuk memakainya. 68,29% dari Responden, merasa bahwa headset itu tidak membawa dampak yang positif. Ini karena dibalik kemudahan penggunaan headset, kita harus memahami efek radiasi elektromagnetik.

Pemahaman efek radiasi elektromagnetik adalah hal yang penting, terutama ketika digunakan dalam konteks penggunaan headset nirkabel. Mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang paparan radiasi elektromagnetik dan sadar akan potensi dampak negatif terhadap



kesehatan yang ditimbulkan oleh paparan radiasi elektromagnetik.

Akibat penggunaan headset yang terlalu berlebihan dapat memberikan gangguan pada pendengaran. Pemakaian yang kurang bijak menimbulkan risiko yang tidak diinginkan. Responden mulai merasakan efek samping dari penggunaan headset nirkabel. Hal tersebut dapat mengganggu aliran suara untuk masuk ke dalam telinga dan menyebabkan gangguan pendengaran sementara atau bahkan infeksi telinga jika tidak diatasi dengan baik (Widiantari, 2022).

Penggunaan headset juga dapat memicu masalah pada telinga, seperti rasa nyeri. Orang-orang yang sering menggunakan headset sering mengeluhkan rasa nyeri yang bisa berupa rasa tajam atau ketidaknyamanan yang dirasakan di dalam telinga. Selain itu, penggunaan headset yang berlebihan juga dapat berdampak negatif pada otak. Paparan yang berkelanjutan terhadap suara berkekuatan tinggi dapat mengganggu kemampuan otak dalam memproses sinyal suara, yang pada akhirnya dapat menyebabkan gejala seperti pusing atau vertigo (Widiantari, 2022).

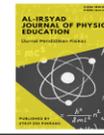
Profesor John Moulder dalam (Widiantari, 2022), menyatakan bahwa saat ini belum ada bukti konkret yang mengindikasikan risiko serius terkait penggunaan headset nirkabel, terutama dalam hal potensi menyebabkan kanker otak. Namun, peneliti juga menekankan bahwa Headset nirkabel menggunakan teknologi medan elektromagnetik non-pengion. Orang yang terpapar dengan medan elektromagnetik non-pengion, akan berisiko untuk mengalami kerusakan di bagian hatinya (Iqlima, 2020).

Dalam hal ini masih terdapat banyak perdebatan mengenai masalah ini karena terdapat argumen pro dan kontra. Meskipun demikian, belum ada bukti ilmiah yang meyakinkan tentang kemungkinan hubungan antara penggunaan Headset nirkabel dengan risiko kanker otak atau efek berbahaya lainnya (Bisra et al., 2023).

Menurut *The National Radiological Protection Board* (dalam (Swamardika, 2009), dampak dari radiasi gelombang elektromagnetik yang dihasilkan oleh telepon seluler dapat dibagi menjadi dua kategori utama:

1. Dampak Fisiologis

Manusia secara alami terpapar oleh beragam frekuensi gelombang



elektromagnetik yang memiliki kompleksitasnya sendiri. Seiring dengan kemajuan teknologi, terjadi perubahan yang signifikan dalam tingkat paparan gelombang elektromagnetik dari berbagai frekuensi. Hal ini telah menimbulkan kekhawatiran akan potensi dampak negatifnya pada kesehatan fisik manusia. Salah satu gangguan yang mungkin muncul akibat paparan ini adalah yang dikenal sebagai sensitivitas elektrik (Swamardika, 2009).

Sensitivitas elektrik adalah gangguan fisiologis yang dicirikan oleh gejala neurologis dan reaksi kepekaan terhadap paparan gelombang elektromagnetik. Gangguan ini dapat menimbulkan berbagai gejala dan keluhan yang bervariasi. Biasanya, sensitivitas elektrik disebabkan oleh radiasi elektromagnetik yang berasal dari berbagai sumber, termasuk jaringan listrik tegangan tinggi atau ekstra tinggi, peralatan elektronik di rumah, kantor, atau industri, seperti telepon seluler dan microwave oven. Semua perangkat ini memiliki potensi besar untuk mencetuskan gejala sensitivitas elektrik (Swamardika, 2009).

Radiasi dapat elektromagnetik menyebabkan gangguan pada organ-organ dalam tubuh manusia. Ini termasuk

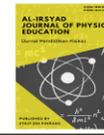
risiko seperti kanker otak, gangguan sel tubuh, gangguan pendengaran, pembentukan tumor, perubahan pada jaringan mata, seperti retina dan lensa mata, gangguan dalam fungsi reproduksi, serta gejala pusing (Stein, 2021).

Medan elektromagnetik juga bisa menyebabkan kerusakan pada organ internal tubuh manusia. Hal ini dikarenakan adanya konversi suhu yang terjadi di dalam tubuh manusia, karena *headset* memancarkan medan elektromagnetik non-pengion layaknya sebuah ponsel seluler (Iqlima, 2021).

Efek dari penggunaan headset terhadap kesehatan berkorelasi erat dengan waktu pemakaian (Stein, 2021). Wollenhorst dalam (Salih, 2021) memperingatkan bahaya dari menggunakan teknologi elektromagnetik di saat-saat ingin beranjak tidur. Dikarenakan hal ini akan menyebabkan kurangnya kualitas tidur, serta kerusakan otak, yang nantinya akan melemahkan sistem imun tubuh kita.

2. Dampak Psikologis

Dampak emosional atau mental yang disebabkan oleh radiasi ini, seperti peningkatan tingkat stres dan ketidaknyamanan yang mungkin timbul akibat paparan berulang kali terhadap



radiasi ini. Terpapar terlalu banyak radiasi elektromagnetik dapat mengakibatkan kita untuk mengalami gejala depresi, pusing, dan halusinasi.

Efek yang dirasakan oleh responden disebabkan oleh jumlah radiasi yang diserap oleh tubuh manusia, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu:

1. Frekuensi dan panjang gelombang dari medan elektromagnetik.
2. Polarisasi medan elektromagnetik.
3. Jarak antara tubuh dan sumber radiasi elektromagnetik, seperti handphone.
4. Lingkungan di sekitar sumber radiasi, termasuk keberadaan objek-objek lain.
5. Karakteristik listrik tubuh, yang terutama bergantung pada kadar air dalam tubuh.

Radiasi akan lebih banyak diserap oleh jaringan yang memiliki konstanta dielektrik yang tinggi, seperti otak, otot, dan jaringan lain yang memiliki kadar air yang tinggi (Swamardika, 2009).

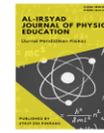
D. KESIMPULAN DAN SARAN

Penggunaan headset nirkabel secara berlebihan dapat mengganggu pendengaran, menyebabkan nyeri telinga, dan berdampak negatif pada otak. Terdapat pernyataan dari ahli medis yang menyatakan bahwa saat ini belum ada bukti kuat terkait risiko kanker otak akibat

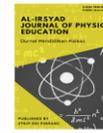
penggunaan headset nirkabel. Dampak radiasi elektromagnetik dapat bersifat fisiologis dan psikologis, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti frekuensi, jarak, lingkungan, dan karakteristik tubuh individu. Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk menggunakan headset nirkabel dengan bijak dan memahami potensi risiko radiasi elektromagnetik guna menjaga kesehatan pendengaran dan kesejahteraan secara keseluruhan.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Adah, A. S., Adah, D. I., Biobaku, K. T., & Adeyemi, A. B. (2018). Effects of electromagnetic radiation on the male reproductive system. *Anatomy Journal of Africa*, 7(1). <https://doi.org/10.4314/aja.v7i1.169488>
- Batubara, D. A., Fazirah, C., Syahfitrih, L., Fadilla, M., & Anggraini, R. (2023). PENGARUH RADIASI ELEKTROMAGNETIK YANG DITIMBULKAN OLEH TELEPON SELULER. *Al-Irsyad Journal of Physics Education*, 2(2). <https://doi.org/10.58917/ijpe.v2i2.63>
- Battung, R. O. (2014). HUBUNGAN RADIASI GELOMBANG ELEKTROMAGNETIK TELEPON SELULER TERHADAP FUNGSI PENDENGARAN MAHASISWA ANGKATAN 2009 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SAM RATULANGI MANADO. *Jurnal E-Biomedik*, 1(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.3256>



- Bisra, M., Adha, A. C., & Indra, H. (2023). HUBUNGAN KEBIASAAN MENGGUNAKAN HEADSET BLUETOOTH DENGAN PEMAHAMAN TERHADAP RADIASI. *Journal of Hospital Administration and Management*, 4(1). <https://doi.org/10.54973/jham.v4i1.314>
- Gündüz, S., & Fatma Feyza, G. (2020). Investigation of the Effects of Electromagnetic Radiation on Health and Psychological Complaints. *Düzce University Journal of Science & Technology*, 8.
- Hasri, H. (2005). Radiasi Elektromagnetik. CHEMICA" Jurnal Ilmiah Kimia dan Pendidikan Kimia", 6(2), 59-64.
- Hermawan, M. A., Nurbaiti, U., & Yulianti, I. (2021). Pengaruh Jumlah Komputer terhadap Tingkat Radiasi Elektromagnetik dan Dampak Kesehatan Manusia dalam Lingkungan Teradiasi. *Emitor: Jurnal Teknik Elektro*, 21(1), 32-34. <https://doi.org/10.23917/emitor.v21i1.13001>
- Hu, C., Zuo, H., & Li, Y. (2021). Effects of Radiofrequency Electromagnetic Radiation on Neurotransmitters in the Brain. In *Frontiers in Public Health* (Vol. 9). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.691880>
- Iqlima, Mashitoh Nur. (2020). KERUSAKAN SEL HEPAR AKIBAT PAPARAN RADIASI ELEKTROMAGNETIK TELEPON SELULER. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 19(1). <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v19i1.13>
- Maryani, L., Nur, J., Utami, S., & Nurnaifah, I. I. (2023). *Strengthening School Management with Digital Education Technology to Improve the Quality of Educational Output*. 6, 446-465.
- Nurnaifah, I. I., Akhfar, M., & Nursyam, N. (2022). Pengaruh Gaya Belajar terhadap Hasil Belajar Fisika Siswa. *Al-Irsyad Journal of Physics Education*, 1(2), 84-92.
- Putra, C. B. P. E. (2021). Dampak Radiasi Elektromagnetik Telepon Genggam pada Otak Manusia. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 2(1), 1-6. <https://doi.org/10.37287/ijnhs.v2i1.263>
- Salih, M. M. (2021). Investigation of the effect of electromagnetic radiation on human health using remote sensing technique. *International Journal of Safety and Security Engineering*, 11(1). <https://doi.org/10.18280/ijssse.110113>
- Sardi, A., Haryanto, A., & Weda, S. (2017). The Distinct types of diction used by the efl teachers in the classroom interaction. *International Journal Of Science and Research (IJSR)*, 6(3), 1061-1066.
- Sardi, A., Palimari, P., & Rahmayani, S. (2022). Peningkatan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa melalui Challenge Based Learning. *Al-Irsyad Journal of Physics Education*, 1(2), 68-83.
- Stein, Y. (2021). PREVENTIVE MEASURES TO REDUCE HARMFUL EFFECTS PRODUCED BY ELECTROMAGNETIC RADIATION ON HEALTH. *Health Risk Analysis*, 2021(3). <https://doi.org/10.21668/health.risk/2021.3.04.eng>



Swamardika, I. B. A. (2009). PENGARUH RADIASI GELOMBANG ELEKTROMAGNETIK TERHADAP KESEHATAN MANUSIA (Suatu Kajian Pustaka). *Pengaruh Radiasi Gelombang Elektromagnetik Terhadap Kesehatan Manusia*, 8(1), 1–4.

Widiantari, I. A. A. 2022. “BAHAYAKAH HEADSET BAGI TELINGA”, https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1562/bahayakah-headset-bagi-telinga, diakses 05 November 2023 pukul 21:43.

Wijayanto, H. (2013). Hubungan penggunaan headset pada saat menggunakan handphone terhadap tekanan darah. *GAMMA Jurna Pendidikan*, 9(1), 148-154.

Yushardi, Y., Sudarti, S., & Hamdi, M. N. (2022). Potensi Pengaruh Radiasi Gelombang Elektromagnetik Telepon Seluler Terhadap Kesehatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 316–322.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.759>

Zakaria, A., Safitri, A. I., Pertiwi, N. W., Febrianto, M. A. R., Alhusni, H. Z., Mahtari, S., & Yantidewi, M. (2023). Pelatihan Penggunaan Fitur Kesehatan Digital Untuk Mencegah Kecanduan Gadget Pada Anak-Anak. *Dedikasi: Journal of Community Engagement and Empowerment*, 1(1).
<https://doi.org/10.58706/dedikasi.v1n1.p22-27>