Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia
Volume 5, Nomor 1, Tahun 2026, Halaman 80 – 89
https://jpion.org/index.php/jpi
E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

Pengembangan Buku Saku Digital tentang *Nomophobia* untuk Siswa SMP

Salma Deyanti[1)], Tri Umari[2)], Isnaria Rizki Hayati[3)]

[1,2,3)]Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau

*Salma Deyanti
Email : salma.deyanti1308@student.unri.ac.id
tri.umari@lecturer.unri.ac.id
isnariarh@lecturer.unri.ac.id

Abstrak

Nomophobia pada peserta didik semakin meningkat seiring dengan perkembangan teknologi digital yang semakin pesat dan tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari remaja, khususnya dalam konteks pendidikan. Nomophobia pada peserta didik semakin meningkat seiring dengan tingginya penggunaan perangkat mobile, namun ketersediaan media layanan bimbingan dan konseling yang menarik dan mudah diakses masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan buku saku digital tentang nomophobia sebagai media pendukung layanan bimbingan dan konseling bagi siswa SMPN 5 Tualang. Penelitian ini menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi tahapan analysis, design, development, implementation, dan evaluation. Hasil penelitian menunjukkan bahwa buku saku digital yang dikembangkan memiliki tingkat validitas dengan skor rata-rata sebesar 93,18% dalam kategori sangat valid dan tingkat praktikalitas dengan skor 86,08% dalam kategori sangat praktis. Temuan ini menegaskan bahwa buku saku digital tentang nomophobia yang dikembangkan layak dan praktis digunakan sebagai media layanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa memahami risiko nomophobia serta mengelola penggunaan perangkat mobile secara lebih sehat. Selain itu, pengembangan media digital ini diharapkan dapat menjadi alternatif inovatif bagi konselor sekolah dalam memberikan layanan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik di era digital.

***Kata kunci**: Nomophobia, Buku Saku Digital, Media Bimbingan dan Konseling, R&D*

Abstract

Nomophobia among students has continued to increase along with the rapid development of digital technology, which has become inseparable from adolescents' daily lives, particularly in the educational context. Nomophobia among students has also increased in line with the high level of mobile device usage; however, the availability of engaging and easily accessible guidance and counseling service media remains limited. This study aims to develop a digital pocket book on nomophobia as a supporting medium for guidance and counseling services for students of SMPN 5 Tualang. This study employs a Research and Development (R&D) approach using the ADDIE development model, which consists of the stages of analysis, design, development, implementation, and evaluation. The results indicate that the developed digital pocket book achieved a validity level with an average score of 93.18%, categorized as very valid, and a practicality level with a score of 86.08%, categorized as very practical. These findings confirm that the developed digital pocket book on nomophobia is feasible and practical for use as a guidance and counseling service medium to help students understand the risks of nomophobia and manage mobile device usage in a healthier manner. Furthermore, the development of this digital media is expected to serve as an innovative alternative for school counselors in delivering services that align with the characteristics and needs of students in the digital era.

***Keywords**: Nomophobia, Digital Pocket Book, Guidance and Counseling Media, R&D*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mendorong penggunaan ponsel pintar menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan remaja dan peserta didik. *Smartphone* tidak lagi sekadar digunakan sebagai alat komunikasi, tetapi juga dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran, hiburan, pencarian informasi, hingga membangun eksistensi sosial melalui media sosial. Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

menunjukkan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 210,03 juta orang dengan tingkat penetrasi sebesar 77,2%, dan kelompok usia 13–18 tahun memiliki tingkat penetrasi tertinggi, yaitu 99,16%. Rata-rata lama penggunaan internet masyarakat Indonesia mencapai 8 jam 36 menit per hari, dengan 94,1% pengguna mengakses internet melalui *smartphone*. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja, khususnya pelajar, merupakan kelompok yang paling intens berinteraksi dengan perangkat digital dalam kehidupan sehari-hari (Pahlevi, 2022).

Meskipun *smartphone* memberikan kemudahan, fleksibilitas, serta mendukung berbagai aktivitas akademik dan sosial, penggunaan tanpa batas dan tanpa kontrol dapat menimbulkan berbagai permasalahan. Peningkatan intensitas penggunaan *smartphone* yang tidak disertai kemampuan pengendalian diri berpotensi menimbulkan ketergantungan teknologi. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat memunculkan berbagai dampak negatif, seperti kecanduan, ketergantungan emosional, serta munculnya rasa cemas dan takut ketika jauh dari perangkat tersebut (Asih dan Fauziah,2017). Kondisi ini dikenal dengan istilah *nomophobia*, yaitu ketakutan berlebihan ketika seseorang kehilangan atau tidak dapat mengakses *smartphone* (Safaria dkk., 2022). *Nomophobia* dipandang sebagai fenomena psikologis modern yang muncul akibat interaksi intens individu dengan teknologi informasi dan komunikasi.

Nomophobia tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis individu, tetapi juga memengaruhi aspek fisik, sosial, dan akademik. *Nomophobia* dapat meningkatkan tingkat stres dan kecemasan, serta mengganggu keseimbangan kehidupan sehari-hari (Bekaroglu & Yilmaz, 2020). Dalam konteks pendidikan, siswa dengan tingkat *nomophobia* tinggi cenderung mengalami gangguan konsentrasi, kegelisahan saat pembelajaran berlangsung, serta penurunan kualitas interaksi sosial secara langsung. Siswa yang mengalami *nomophobia* cenderung menarik diri dari lingkungan sosial dan menunjukkan kecemasan akut ketika terpisah dari *smartphone*, yang pada akhirnya berdampak pada performa akademik serta kemampuan adaptasi sosial di sekolah (Eliyen, 2024).

Fenomena tersebut juga ditemukan pada tingkat sekolah menengah pertama, dimana sebagian besar siswa SMP mengalami *nomophobia* dengan intensitas bervariasi, mulai dari ringan hingga berat, dengan persentase mencapai sekitar 86% (Riyanti dkk., 2021). Tingginya prevalensi tersebut menunjukkan bahwa *nomophobia* merupakan masalah nyata yang perlu mendapatkan perhatian serius dari pihak sekolah, khususnya melalui layanan bimbingan dan konseling. Idealnya, peserta didik diharapkan mampu memanfaatkan teknologi secara bijak dan proporsional. Namun, pada kenyataannya masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, mengontrol penggunaan *smartphone*, serta memahami dampak negatif dari ketergantungan digital.

Permasalahan ini diperkuat oleh terbatasnya media edukatif yang secara khusus membahas penggunaan teknologi secara sehat dan dampak *nomophobia* bagi peserta didik. Penggunaan media digital yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif terhadap literasi keberlanjutan siswa SMP, sehingga diperlukan media pembelajaran dan layanan yang tidak hanya menarik, tetapi juga mampu mengarahkan siswa pada perilaku digital yang sehat (Bhira dkk., 2024). Dalam hal ini, kehadiran media informasi yang relevan dengan karakteristik remaja menjadi faktor penting untuk mendukung proses layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Berdasarkan pra-riset yang dilakukan pada siswa SMPN 5 Tualang melalui penyebaran angket kepada 91 peserta didik, diperoleh hasil bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori *nomophobia* sedang dengan persentase sebesar 60,30%. Meskipun berada pada kategori sedang, temuan ini menunjukkan bahwa gejala *nomophobia* sudah mulai tampak dalam keseharian siswa. Salah satu pernyataan dengan persentase tertinggi, yaitu 75,27%, adalah perasaan terganggu ketika *smartphone* tidak berfungsi dengan baik, yang mengindikasikan adanya ketergantungan emosional terhadap perangkat tersebut. Selain itu, hasil analisis kebutuhan media menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menyatakan membutuhkan media digital dalam layanan bimbingan

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

dan konseling serta tertarik menggunakan buku saku digital karena dinilai praktis, menarik, dan sesuai dengan gaya belajar mereka.

Sejalan dengan Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling, pemanfaatan media dalam layanan BK bertujuan untuk meningkatkan efektivitas penyampaian materi agar lebih mudah dipahami oleh peserta didik (Kemendikbud, 2016). Media yang monoton dan hanya berbasis teks cenderung kurang menarik perhatian siswa, terlebih di tengah rendahnya tingkat literasi membaca di Indonesia (Ahmadi, 2018). Oleh karena itu, inovasi media berbasis digital menjadi kebutuhan yang relevan untuk mendukung layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengembangan media digital edukatif, seperti buku saku digital, memiliki potensi besar dalam mendukung pembelajaran dan layanan konseling. Islami dan Yolanda (2022) membuktikan bahwa penggunaan buku elektronik interaktif tentang *nomophobia* mampu mengalihkan perhatian pengguna dari *smartphone* yang bersifat hiburan menuju penggunaan yang lebih edukatif. Temuan tersebut menunjukkan bahwa media digital yang dirancang secara menarik dan interaktif dapat menjadi alternatif strategis dalam mengurangi ketergantungan *smartphone* sekaligus meningkatkan pemahaman siswa terhadap risiko *nomophobia*.

Hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMPN 5 Tualang juga menunjukkan bahwa permasalahan penggunaan gadget, khususnya *smartphone*, merupakan isu dominan yang dihadapi siswa baik di sekolah maupun di rumah. Tingginya tingkat ketergantungan gadget, minimnya pengawasan orang tua, serta kecenderungan siswa untuk terpapar dunia digital tanpa kontrol yang memadai memperkuat urgensi pengembangan media layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Dalam konteks ini, buku saku digital dengan konten edukatif, visual menarik, dan bahasa yang komunikatif dinilai lebih relevan dibandingkan media konvensional.

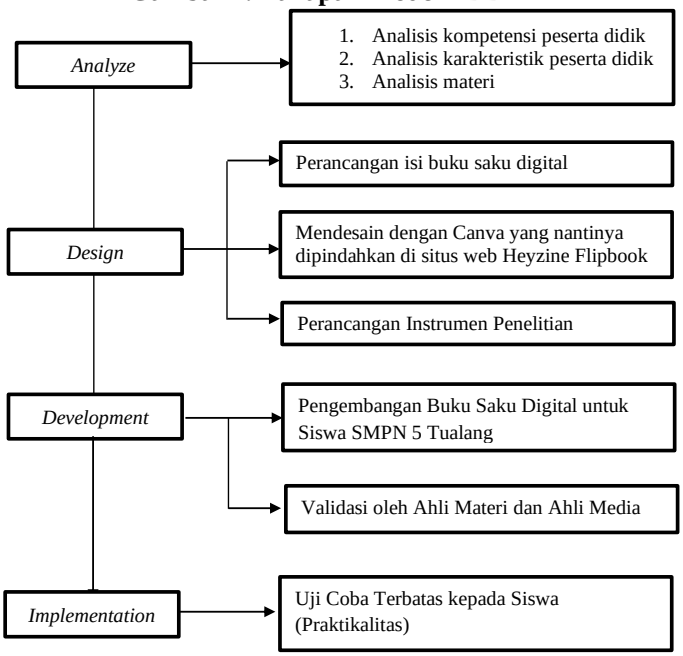
Berdasarkan kondisi tersebut, pengembangan buku saku digital tentang *nomophobia* dipandang sebagai salah satu upaya preventif dan edukatif yang dapat diintegrasikan ke dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan buku saku digital tentang *nomophobia* yang layak dan sesuai dengan kebutuhan siswa SMPN 5 Tualang, sehingga dapat menjadi media pendukung dalam meningkatkan pemahaman peserta didik mengenai dampak negatif ketergantungan *smartphone* serta mendorong penggunaan teknologi secara sehat dan bertanggung jawab.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (*Research and Development*) yang bertujuan menghasilkan produk berupa buku saku digital tentang *nomophobia* untuk siswa sekolah menengah pertama. Model pengembangan yang digunakan adalah ADDIE, yang meliputi tahap analisis, perancangan, pengembangan, implementasi, dan evaluasi (Sugiyono, 2013). Namun, penelitian ini dibatasi sampai tahap implementasi berupa uji coba terbatas untuk melihat kelayakan dan kepraktisan produk. Berikut adalah alur rancangan penelitian pengembangan yang menggunakan model ADDIE, yang dijelaskan secara singkat dan mudah dipahami sebagai berikut (Rayanto & Sugianti, 2020).

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

Gambar 1. Tahapan Model ADDIE



Gambar 2. Alur Pengembangan Produk

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 5 Tualang, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. Subjek uji coba terdiri atas validator ahli dan peserta didik. Validator ahli meliputi ahli materi dan ahli media yang berkompeten di bidangnya. Sementara itu, subjek pengguna pada tahap implementasi dengan uji praktikalitas adalah siswa SMP Negeri 5 Tualang pada kelompok terbatas sebanyak 15 orang. Produk yang dikembangkan berupa buku saku digital tentang *nomophobia* dengan materi yang mencakup pengertian *nomophobia*, tanda dan gejala, faktor penyebab, dampak terhadap aspek belajar dan sosial, serta upaya pencegahan dan penanganan. Buku saku digital dipublikasikan dalam bentuk flipbook interaktif melalui platform Heyzine, sehingga dapat diakses menggunakan *smartphone*, laptop, atau ditampilkan melalui proyektor dalam layanan bimbingan dan konseling.

Variabel yang diukur dalam penelitian ini meliputi validitas dan praktikalitas buku saku digital. Validitas mencakup aspek kelayakan materi, tampilan media, dan kebahasaan, sedangkan praktikalitas mencakup kemudahan penggunaan, kemenarikan tampilan, serta kebermanfaatan produk bagi peserta didik. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, angket, dan lembar validasi. Wawancara digunakan untuk memperoleh data awal mengenai permasalahan penggunaan gadget dan kebutuhan media layanan bimbingan dan konseling. Angket digunakan untuk mengukur respons dan tingkat praktikalitas produk oleh peserta didik. Lembar validasi digunakan untuk memperoleh penilaian ahli terhadap kelayakan produk yang dikembangkan.

Data yang diperoleh terdiri atas data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif berupa saran dan masukan dari validator ahli serta respons terbuka dari peserta didik, sedangkan data kuantitatif berupa skor penilaian validitas dan praktikalitas. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dengan menghitung rata-rata skor dan persentase untuk menentukan kategori kelayakan dan kepraktisan produk. Hasil analisis digunakan sebagai dasar untuk melakukan revisi dan penyempurnaan buku saku digital sebelum direkomendasikan sebagai media pendukung layanan bimbingan dan konseling dalam upaya meningkatkan pemahaman siswa terhadap *nomophobia*.

Kemudian data yang telah diperoleh tersebut dianalisis dengan menggunakan rumus berikut.

$$\text{Persentase} = \frac{skor\ yang\ diperoleh}{skor\ maksimal} \times 100\%$$

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menghasilkan produk berupa buku saku digital tentang *nomophobia* yang dikembangkan untuk mendukung layanan bimbingan dan konseling di SMP. Sekolah sasaran penelitian adalah SMPN 5 Tualang, yang dipilih berdasarkan kesesuaian kebutuhan peserta didik dengan tujuan pengembangan produk. Proses pengembangan mengikuti model ADDIE, namun dibatasi sampai tahap implementasi sehingga fokus penelitian berada pada kelayakan dan kesiapan produk untuk digunakan dalam konteks layanan pendidikan.

a. Tahap *Analysis* (Analisis)

Pada tahap analisis, kajian difokuskan pada tiga aspek utama, yaitu kompetensi peserta didik, karakteristik peserta didik, dan kebutuhan materi (Slamet, 2022). Ketiga aspek ini menjadi dasar dalam merumuskan arah pengembangan buku saku digital agar selaras dengan tugas perkembangan peserta didik tingkat SMP.

Berdasarkan analisis kompetensi, pengembangan buku saku digital diarahkan pada pencapaian aspek kematangan emosi peserta didik sesuai dengan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) fase D, khususnya kemampuan memahami dan menumbuhkan sikap menuju kemandirian emosional, sosial, dan ekonomi. Kompetensi ini diimplementasikan melalui kemampuan peserta didik mengenali emosi saat muncul dorongan penggunaan ponsel, mengelola ketidaknyamanan ketika akses ponsel terbatas, serta menunjukkan pengendalian diri dalam penggunaan ponsel sesuai kondisi dan kebutuhan.

Analisis karakteristik peserta didik menunjukkan bahwa kecenderungan *nomophobia* berada pada kategori sedang, yang mencerminkan tingginya keterlibatan ponsel dalam aktivitas harian siswa. Temuan ini didukung oleh hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik serta wawancara guru Bimbingan dan Konseling, yang mengungkapkan adanya kesulitan peserta didik dalam membatasi penggunaan ponsel baik di rumah maupun di sekolah. Kebijakan pembatasan penggunaan ponsel yang telah diterapkan sekolah belum sepenuhnya membentuk kebiasaan penggunaan yang sehat, sehingga diperlukan pendekatan preventif yang menekankan pada kesadaran dan pengelolaan diri peserta didik.

Analisis materi disusun dengan mengacu pada empat aspek *nomophobia* yang dikembangkan oleh Yildirim (2014), meliputi kecemasan ketika tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, kesulitan memperoleh informasi, serta ketergantungan pada kenyamanan ponsel. Keempat aspek tersebut menjadi dasar penyusunan konten buku saku digital yang mencakup pengenalan konsep, tanda dan gejala, dampak, serta strategi pencegahan dan pengelolaan penggunaan ponsel secara bijak. Materi disajikan dengan bahasa sederhana dan visual komunikatif agar sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik SMP.

b. Tahap *Design* (Rancangan)

Tahap *design* merupakan tahap perancangan buku saku digital tentang *nomophobia* yang disusun berdasarkan temuan pada tahap analisis. Perancangan difokuskan pada penyusunan struktur isi, perumusan konsep materi, serta rancangan media agar produk yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan tujuan layanan bimbingan dan konseling. Rancangan disusun secara sistematis untuk memastikan alur informasi yang jelas, tampilan menarik, serta kemudahan penggunaan oleh siswa SMP.

Perancangan struktur isi buku saku digital mengacu pada prinsip keringkasan, keterbacaan, dan kesinambungan materi. Struktur isi disusun mulai dari bagian pengantar hingga penutup, yang mencakup pengenalan materi *nomophobia*, refleksi diri, serta rangkuman akhir. Penyusunan komponen isi disesuaikan dengan karakteristik peserta didik SMP melalui penggunaan bahasa sederhana, ilustrasi kontekstual, serta contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Rincian struktur isi buku saku digital disajikan pada tabel di bawah ini.

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

Tabel 1. Struktur Isi Buku Saku Digital

No.	Komponen	Isi
1.	Sampul	Logo, judul, ilustrasi sampul, identitas peneliti.
2.	Pengantar	Kata pengantar, tujuan layanan, petunjuk penggunaan.
3.	Daftar Isi	Rangkaian judul bagian yang memudahkan pengguna menavigasi isi buku.
4.	Isi/ Konten Materi	Materi yang relevan terkait *nomophobia*
5.	Refleksi Diri	Kuis untuk membantu siswa mengevaluasi pemahaman mereka terhadap materi yang telah dibaca
6.	Penutup	Rangkuman akhir serta ajakan bagi siswa untuk menerapkan pemahaman yang telah diperoleh dari materi.
7.	Daftar Pustaka	Daftar rujukan yang digunakan dalam penyusunan materi buku saku digital.

Perancangan konsep materi difokuskan pada tiga bagian utama. Bagian pertama mengenalkan konsep dasar *nomophobia* yang mencakup pengertian, ciri-ciri, dan faktor penyebab, sehingga peserta didik mampu mengidentifikasi kondisi dirinya. Bagian kedua memuat dampak *nomophobia* yang berkaitan dengan aspek stres, konsentrasi belajar, dan kecenderungan antisosial, yang disajikan melalui contoh kontekstual agar mudah dipahami. Bagian ketiga berisi strategi pencegahan dan pengelolaan *nomophobia*, termasuk peran peserta didik, orang tua, dan guru dalam membentuk kebiasaan penggunaan ponsel yang sehat, disertai kuis refleksi sebagai sarana evaluasi diri.

Rancangan media disusun dalam bentuk *storyboard* yang menggambarkan tampilan visual dan alur penggunaan buku saku digital. Desain meliputi *cover* depan dan belakang, kata pengantar, tujuan layanan, petunjuk penggunaan, daftar isi interaktif, penyajian materi, kuis refleksi, serta penutup dan daftar pustaka. Penyajian materi dirancang menggunakan kombinasi ilustrasi, ikon, warna, dan tata letak yang dinamis agar meningkatkan minat baca dan memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif. Contoh rancangan visual media disajikan pada gambar berikut sebagai representasi desain keseluruhan.

Gambar 3. Desain *Cover* Depan & Belakang Buku Saku Digital

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

Gambar 4. Desain Materi Bagian I (Mengenal *Nomophobia*)

Gambar 5. Desain Materi Bagian II (Dampak *Nomophobia*)

Gambar 6. Desain Materi Bagian III (Kendalikan Dirimu!)

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

Gambar 7. Desain Kuis Refleksi dan Video Ringkasan

Selain perancangan isi dan media, tahap *design* juga mencakup penyusunan instrumen penilaian produk. Instrumen validasi disusun berdasarkan standar BSNP dengan adaptasi dari penelitian Dita, Lasmawan, dan Margunayasa (2024) untuk menilai kelayakan isi, penyajian, dan bahasa. Instrumen praktikalitas disusun untuk memperoleh tanggapan pengguna, dimodifikasi dari Mufidah (2016), dengan mencakup aspek tampilan, penyajian materi, dan kebahasaan. Instrumen ini dirancang untuk memastikan bahwa buku saku digital tidak hanya layak secara konseptual, tetapi juga mudah digunakan dan dipahami oleh peserta didik.

c. Tahap *Development* (Pengembangan)

Pada tahap *development*, buku saku digital tentang *nomophobia* yang telah dirancang selanjutnya diuji kualitas dan kelayakannya melalui validasi media dan validasi materi oleh para ahli. Proses ini bertujuan memastikan bahwa produk yang dikembangkan memenuhi standar sebagai media pendukung layanan bimbingan dan konseling, baik dari segi tampilan, isi, maupun kebahasaan, sehingga layak digunakan oleh peserta didik SMPN 5 Tualang. Validasi media dilakukan oleh dua ahli media dengan fokus pada aspek kelayakan kegrafikan yang meliputi ukuran konten, desain sampul, dan desain isi. Ahli Media I memberikan penilaian dengan rata-rata kevalidan sebesar 96,30%, sedangkan Ahli Media II memberikan nilai sebesar 90,28%; keduanya berada pada kategori sangat valid dengan rata-rata persentase keseluruahan yaitu 93,29%, sebagaimana dirangkum dalam tabel 1. Meskipun demikian, beberapa saran perbaikan tetap diberikan, khususnya terkait penyempurnaan tampilan visual agar media lebih konsisten dan menarik bagi peserta didik.

Selanjutnya, validasi materi dilakukan oleh dua ahli materi untuk menilai kesesuaian isi dengan kebutuhan peserta didik SMP, ketepatan penyajian layanan bimbingan dan konseling, serta penggunaan bahasa yang komunikatif dan sesuai dengan perkembangan peserta didik. Hasil validasi dari ahli materi pertama menunjukkan tingkat kevalidan sebesar 87,85%, yang berada pada kategori sangat valid, meskipun beberapa aspek masih memerlukan penguatan, terutama pada kelengkapan materi dan kejelasan penyampaian pada beberapa bagian. Sementara itu, ahli materi kedua memberikan persentase kevalidan yang lebih tinggi, yaitu 98,26%, juga dalam kategori sangat valid, dan menyatakan bahwa materi telah layak digunakan tanpa memerlukan revisi lanjutan. Secara keseluruhan hasil validasi menunjukkan bahwa materi dalam buku saku digital termasuk dalam kategori sangat valid dengan persentase sebesar 93,06%, sebagaimana ditampilkan pada tabel 1. Meskipun ahli materi pertama memberikan beberapa catatan perbaikan pada aspek kelengkapan dan penguatan materi, hasil validasi dari ahli materi kedua menunjukkan bahwa materi telah layak digunakan tanpa perlu revisi lanjutan. Berdasarkan masukan dari para validator, peneliti melakukan penyempurnaan produk terutama pada aspek visual dan kejelasan penyampaian materi, sehingga buku saku digital yang dikembangkan semakin optimal sebagai media layanan

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik memahami risiko *nomophobia* dan mengembangkan kontrol diri dalam penggunaan perangkat *mobile* secara lebih sehat.

Tabel 2. Hasil Validasi Media oleh Ahli Media dan Ahli Materi

Aspek Penilaian	Validator	Tingkat Validitas	Kategori
Media	Ahli Media I	96,30%	Sangat Valid
	Ahli Media II	90,28%	Sangat Valid
Rata-rata Kevalidan		93,29%	Sangat Valid
Materi	Ahli Materi I	87,85%	Sangat Valid
	Ahli Materi II	98,26%	Sangat Valid
Rata-rata Kevalidan		93,06%	Sangat Valid

d. Tahap *Implementation* (Implementasi)

Tahap *implementation* dilaksanakan setelah buku saku digital tentang *nomophobia* dinyatakan valid oleh ahli media dan ahli materi serta disempurnakan sesuai dengan masukan yang diberikan. Produk yang telah direvisi kemudian diujicobakan kepada peserta didik kelas IX SMPN 5 Tualang untuk melihat keterbacaan, kemudahan penggunaan, dan respons awal peserta didik terhadap media yang dikembangkan. Uji praktikalitas ini dilakukan melalui uji kelompok terbatas sebagai bentuk implementasi awal.

Hasil uji praktikalitas menunjukkan bahwa buku saku digital dapat digunakan dengan baik oleh peserta didik. Pada uji kelompok terbatas yang melibatkan 15 siswa, media memperoleh penilaian sangat praktis dengan persentase kepraktisan sebesar 86,08%. Penilaian pada tahap ini Penilaian pada tahap ini menunjukkan respons positif peserta didik, khususnya terhadap kemudahan penggunaan dan kejelasan penyajian materi.

Tabel 3. Tingkat Praktikalitas Media

No	Aspek	Indikator	Nilai Kepraktisan	Rata-Rata Kevalidan	Kategori
1	Tampilan Buku Saku Digital	Kemudahan akses dan penggunaan	83,33%	83,89%	Sangat Praktis
		Desain tampilan yag menarik	84,44%		Sangat Praktis
2	Penyajian Isi/Materi Buku Saku Digital	Materi disusun sistematis	88,33%	85,42%	Sangat Praktis
		Sesuai kebutuhan siswa	87,50%		Sangat Praktis
3	Bahasa Buku Saku Digital	Kejelasan bahasa	85,33%	88,92%	Sangat Praktis
		Komunikatif, menarik, dan tidak kaku	92,50%		Sangat Praktis
Total				**258,23%**	
Rata-rata persentase				**86,08%**	**Sangat Praktis**

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa buku saku digital tentang *nomophobia* yang dikembangkan telah memenuhi kriteria kelayakan dan dapat digunakan sebagai media pendukung layanan bimbingan bagi siswa SMP. Produk dinilai sangat valid oleh ahli media dan ahli materi karena mampu memenuhi aspek kegrafikan, isi, penyajian, dan kebahasaan yang diperlukan dalam media pembelajaran. Selain itu, hasil uji praktikalitas pada kelompok kecil memperlihatkan bahwa buku saku digital ini mudah digunakan oleh siswa, ditinjau dari tampilan yang jelas, penyajian materi yang runtut, serta bahasa yang sederhana dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Dengan demikian, buku saku digital ini efektif sebagai media yang membantu siswa memahami *nomophobia* serta mendorong kemampuan mereka dalam mengelola penggunaan perangkat digital secara lebih sehat. Oleh karena itu, produk ini direkomendasikan untuk dimanfaatkan dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah, serta dikembangkan lebih lanjut melalui penelitian lanjutan yang mencakup perluasan materi, pengayaan fitur, dan pengujian efektivitas secara empiris.

E-ISSN : 2961 - 9386
P-ISSN : 2963 - 1742

REFERENSI

Ahmadi, Y. (2018, February). Pembelajaran wacana sebagai landasan dalam berliterasi sastra untuk meningkatkan karakter siswa. In *Prosiding Seminar Nasional Bahasa dan Sastra Indonesia (SENASBASA)* (Vol. 1, No. 1).

Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*) pada mahasiswa jurusan ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan politik Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, *6*(2), 15-20. https://doi.org/10.14710/empati.2017.19725

Bekaroğlu, E., & Yılmaz, T. (2020). *Nomophobia*: Differential diagnosis and treatment. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, *12*(1), 131-142.

Bhira, N. I., Suana, W., & Rinaldi, D. (2024). Pengembangan E-Book Interaktif Berbantuan Heyzine Pada Materi Perubahan Iklim Untuk Meningkatkan Sustainability Literacy Bagi Siswa SMP. *Jurnal Inovasi Pendidikan Sains (JIPS)*, *5*(2), 80-88. https://doi.org/10.37729/jips.v5i2.5632

Dita, M. A. D. P., Lasmawan, I. W., & Margunayasa, I. G. (2024). Buku cerita bergambar berbasis tri hita karana sebagai media pembelajaran yang layak, praktis, dan efektif. *PENDASI Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, *8*(1), 25-39. https://doi.org/10.23887/jurnal_pendas.v8i1.2978

Eliyen, E. (2024). *PENGARUH KONSELING KELOMPOK TEKNIK KOGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MEREDUKSI NOMOPPHOBIA PADA SISWA SMP NEGERI 31 PALEMBANG* (Doctoral dissertation, Universitas PGRI Palembang). http://eprints.univpgri-palembang.ac.id/id/eprint/1199

Islami, H., & Yolanda, D. (2022). Rancang Bangun Buku Elektronik Menggunakan Mikrokontroler Dan Voice Recognition Module V3 Untuk Pencegahan *Nomophobia* Pada Anak Usia Prasekolah. *CHIPSET*, *3*(02), 94-101. https://doi.org/10.25077/chipset.3.02.94-101.2022

Kemendikbud. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling SD/SMP/SMA/SMK*.

Mufidah, A. (2016). Pengembangan Buku Saku Sebagai Bahan Ajar Geografi Pada Materi Dinamika Hidrosfer Dan Dampaknya Bagi Kehidupan Di Kelas X IPA SMA Negeri 1 Gedangan. *Swara Bhumi*, *1*(1).

Pahlevi, R. (2022). APJII: Penetrasi Internet Indonesia Capai 77,02% pada 2022. Databoks Katadata.

Rayanto, Y. H., & Sugianti. (2020). *Penelitian Pengembangan Model ADDIE dan R2D2: Teori & Praktik*. Pasuruan: Lembaga Academic & Research Institute.

Riyanti, V., Muryati, M., & Muttaqin, Z. (2021). Gambaran *nomophobia* pada remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, *1*(1), 249-254.

Safaria, T., Saputra, N. E., & Arini, D. P. (2022). *Nomophobia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: UAD PRESS.

Slamet, F. A. (2022). *Model Penelitian Pengembangan (R n D)*. Malang: Institut Agama Islam Sunan Kalojogo Malang.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research* (Master's thesis, Iowa State University).