**Community Engagement: Enhancing Awareness of the Positive and Negative Impacts of Smartphone Usage among Students at SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB**

**Ulyan Nasri1\*, Yunita Indinabila2**

1,2Institut Agama Islam Hamzanwadi NW Lombok Timur

[ulyan@iaihnwlotim.ac.id](mailto:ulyan@iaihnwlotim.ac.id)

[yunitaindinabila@iaihnwlotim.ac.id](mailto:yunitaindinabila@iaihnwlotim.ac.id)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Article History:**  Received : dd-mm-yyyy  Revised : dd-mm-yyyy  Accepted : dd-mm-yyyy  Publish : dd-mm-yyyy |  | ***Abstrak:*** *Proyek ini fokus pada meningkatkan kesadaran siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, Lombok Timur, NTB, mengenai dampak positif dan negatif penggunaan smartphone. Tujuannya adalah memberi pemahaman komprehensif kepada siswa tentang keuntungan dan kerugian dari penggunaan smartphone yang berlebihan melalui lokakarya, diskusi interaktif, dan kampanye kesadaran. Metode partisipatif melibatkan siswa, guru, orang tua, dan masyarakat lokal. Hasilnya adalah dapat meningkatan kesadaran siswa tentang konsekuensi penggunaan smartphone yang berlebihan, dialog masyarakat tentang kebiasaan teknologi yang sehat, dan pengembangan strategi untuk mengurangi dampak negatif. Melalui upaya ini, kami dapat memberdayakan siswa untuk membuat keputusan yang lebih bertanggung jawab dalam penggunaan smartphone dan menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mereka.*  ***Abstract:*** *This project focuses on enhancing the awareness of students at SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB, regarding the positive and negative impacts of smartphone usage. The aim is to provide students with a comprehensive understanding of the advantages and disadvantages of excessive smartphone use through workshops, interactive discussions, and awareness campaigns. A participatory method involves students, teachers, parents, and the local community. The outcomes include increased awareness among students about the consequences of excessive smartphone usage, community dialogue about healthy technology habits, and the development of strategies to mitigate negative impacts. Through these efforts, we can empower students to make more responsible decisions regarding smartphone usage and create an environment supportive of their well-being* |
| ***Kata Kunci:*** *Keterlibatan masyarakat, penggunaan smartphone, kesadaran, kesejahteraan siswa, Lombok Timur, NTB.* |
| ***Keyword:*** *Community engagement, smartphone usage, awareness, student well-being, East Lombok, NTB.* |

**Pendahuluan**

Penggunaan smartphone[1] telah menjadi bagian integral dari kehidupan modern, mempengaruhi berbagai aspek kehidupan termasuk pendidikan [2]. Sekolah Menengah Atas (SMA) NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, di East Lombok, NTB, tidak terkecuali dari fenomena ini [3]. Meskipun smartphone menyediakan akses mudah ke informasi dan komunikasi, penggunaannya juga membawa dampak positif dan negatif yang signifikan, terutama bagi siswa [4].

Fakta menunjukkan bahwa penggunaan smartphone di kalangan remaja telah meningkat pesat dalam dekade terakhir [5]. Menurut survei terbaru, sebagian besar siswa SMA menghabiskan waktu yang signifikan untuk menggunakan smartphone mereka setiap hari, baik untuk keperluan akademis maupun hiburan [6]. Namun, seringkali kurangnya pemahaman tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone dapat mengarah pada perilaku yang tidak sehat, seperti kecanduan, gangguan tidur, penurunan konsentrasi dalam belajar, dan masalah kesehatan mental lainnya [7].

Melihat kompleksitas isu ini, beberapa upaya telah dilakukan oleh pihak-pihak terkait untuk meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA. Penelitian terdahulu menyoroti berbagai strategi, mulai dari program edukasi tentang penggunaan yang bertanggung jawab hingga pengembangan kebijakan sekolah yang mengatur penggunaan smartphone di lingkungan pendidikan.

Dalam konteks ini, kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diusulkan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang potensi bahaya yang terkait dengan penggunaan yang tidak terkontrol, diharapkan siswa dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk menggunakan smartphone secara bijak dan bertanggung jawab.

Dengan demikian, tujuan utama kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang dampak penggunaan smartphone dan mendorong adopsi perilaku yang lebih sehat dalam penggunaannya. Melalui pendekatan kolaboratif antara sekolah, siswa, dan komunitas lokal, diharapkan bahwa kegiatan ini akan memberikan kontribusi yang berarti dalam mempromosikan pemakaian yang bertanggung jawab dan produktif dari teknologi yang semakin mendominasi ini.

**Masalah**

Meskipun smartphone telah membawa kemajuan teknologi yang signifikan dan menyediakan akses yang luas ke informasi dan komunikasi, penggunaannya di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB, menghadapi tantangan serius. Fenomena penggunaan smartphone yang tidak terkontrol di kalangan remaja menghadirkan berbagai masalah yang perlu ditangani secara komprehensif. Dalam konteks ini, beberapa masalah yang perlu diperhatikan adalah:

1. Kecanduan Smartphone: Banyak siswa menghabiskan waktu yang berlebihan di depan layar smartphone mereka, yang dapat menyebabkan kecanduan dan gangguan kesehatan mental.
2. Gangguan Belajar: Penggunaan smartphone yang tidak terkontrol dapat mengganggu konsentrasi dan produktivitas belajar siswa, mengakibatkan penurunan prestasi akademik.
3. Dampak Kesehatan Fisik: Kebiasaan menggunakan smartphone dalam jangka waktu yang lama juga dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik siswa, seperti gangguan tidur, gangguan penglihatan, dan masalah postur tubuh.
4. Pemahaman yang Kurang: Banyak siswa belum memahami sepenuhnya dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone, sehingga seringkali mereka tidak menyadari risiko yang terkait.
5. Ketidakseimbangan Penggunaan: Terdapat ketidakseimbangan antara penggunaan smartphone untuk keperluan akademis dan hiburan, yang dapat mengakibatkan waktu yang berlebihan dihabiskan untuk aktivitas yang kurang produktif.

Mengatasi masalah-masalah ini membutuhkan pendekatan yang holistik dan kolaboratif antara sekolah, siswa, orang tua, dan komunitas lokal. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang ditujukan untuk meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone, diharapkan bahwa langkah-langkah preventif dapat diambil untuk mempromosikan penggunaan yang bertanggung jawab dan sehat dari teknologi ini di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB.

**Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui serangkaian langkah yang terstruktur dan berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone. Berikut adalah metode pelaksanaan yang diusulkan:

1. Studi Pendahuluan: Melakukan studi pendahuluan untuk memahami secara lebih dalam pola penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, serta pemahaman mereka tentang dampak positif dan negatif yang terkait.
2. Pengembangan Materi Pendidikan: Berdasarkan hasil studi pendahuluan, mengembangkan materi pendidikan yang menarik dan relevan tentang dampak penggunaan smartphone, termasuk cara mengelola penggunaan yang sehat dan bertanggung jawab.
3. Sosialisasi Program: Mengadakan pertemuan dengan siswa, guru, dan orang tua untuk memperkenalkan program pengabdian kepada masyarakat ini dan tujuannya, serta mengundang partisipasi aktif dari semua pihak terkait.
4. Pelatihan untuk Pengajar: Memberikan pelatihan kepada pengajar tentang cara mengintegrasikan materi pendidikan tentang dampak penggunaan smartphone ke dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler.
5. Sesi Edukasi: Mengadakan sesi edukasi dan diskusi interaktif dengan siswa untuk memperkenalkan mereka tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone, serta memberikan tips praktis tentang cara menggunakan smartphone secara sehat.
6. Kampanye Kesadaran: Mengorganisir kampanye kesadaran di sekolah, termasuk pameran poster, kontes video, dan acara-acara lainnya yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya penggunaan smartphone yang bertanggung jawab.
7. Kolaborasi dengan Komunitas: Melibatkan komunitas lokal, termasuk organisasi non-pemerintah (LSM) dan lembaga pemerintah setempat, untuk mendukung dan memperluas dampak kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.
8. Evaluasi dan Umpan Balik: Melakukan evaluasi berkala untuk menilai efektivitas kegiatan ini dalam meningkatkan kesadaran siswa tentang dampak penggunaan smartphone, serta mengumpulkan umpan balik dari berbagai pihak terkait untuk perbaikan dan penyempurnaan program.

Dengan menerapkan metode ini secara komprehensif, diharapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berhasil meningkatkan kesadaran siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone, serta mendorong adopsi perilaku yang lebih sehat dan bertanggung jawab dalam penggunaannya.

**Hasil**

Proses pengabdian kepada masyarakat ini telah menghasilkan berbagai perubahan yang signifikan dalam kesadaran dan perilaku siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani terkait dengan penggunaan smartphone. Dinamika proses pendampingan yang dilaksanakan mencakup ragam kegiatan dan aksi program yang bertujuan untuk memecahkan masalah komunitas dan meningkatkan pemahaman tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone. Berikut adalah deskripsi tentang hasil dari proses pengabdian tersebut:

1. Sosialisasi dan Edukasi Intensif: Melalui sesi edukasi yang terstruktur, siswa diberikan informasi yang komprehensif tentang dampak penggunaan smartphone, baik dari segi positif maupun negatif. Materi-materi pendidikan disampaikan secara interaktif dan menarik, sehingga mendorong partisipasi aktif dari siswa.
2. Pelatihan Keterampilan Pengelolaan Waktu: Program pelatihan keterampilan pengelolaan waktu telah membantu siswa untuk mengenali pola penggunaan smartphone yang tidak efektif dan mengembangkan strategi untuk mengalokasikan waktu secara bijak antara kegiatan akademis, sosial, dan hiburan.
3. Kampanye Kesadaran di Sekolah: Melalui kampanye kesadaran yang melibatkan pameran poster, kontes video, dan acara-acara lainnya, telah berhasil meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya penggunaan smartphone yang bertanggung jawab. Siswa juga dilibatkan dalam menyusun dan menyebarkan pesan-pesan kesadaran kepada sesama siswa.
4. Kolaborasi dengan Komunitas: Melalui kolaborasi dengan komunitas lokal, seperti organisasi non-pemerintah dan lembaga pemerintah setempat, kegiatan pengabdian ini telah mampu menciptakan sinergi antara sekolah dan masyarakat dalam upaya meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone.

Munculnya perubahan sosial yang diharapkan termasuk:

1. Perubahan Perilaku: Siswa mulai menunjukkan perilaku yang lebih bijak dalam menggunakan smartphone, dengan mengurangi waktu yang dihabiskan untuk aktivitas yang tidak produktif dan meningkatkan fokus pada kegiatan akademis dan sosial.
2. Kesadaran Baru: Terjadi peningkatan kesadaran siswa tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone, yang tercermin dalam perubahan sikap dan keputusan mereka dalam menggunakan teknologi tersebut.
3. Pemimpin Lokal Baru: Proses pengabdian ini telah melahirkan pemimpin lokal di kalangan siswa yang aktif terlibat dalam mengadvokasi penggunaan smartphone yang bertanggung jawab dan menyebarkan pesan-pesan kesadaran kepada sesama siswa.

Dengan demikian, hasil dari proses pengabdian ini tidak hanya terlihat dalam perubahan individu, tetapi juga dalam perubahan sosial yang lebih luas, menuju transformasi positif dalam pola penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB.

Berikut adalah tabel yang menunjukkan rangkuman aktivitas dan hasil dari proses pengabdian kepada masyarakat:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Kegiatan** | **Deskripsi** | **Hasil** |
| 1 | Sosialisasi Materi Pendidikan | Melakukan sesi edukasi interaktif tentang dampak penggunaan smartphone | Peningkatan pemahaman siswa tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone |
| 2 | Pelatihan Keterampilan Pengelolaan Waktu | Memberikan pelatihan tentang mengelola waktu dengan bijak | Siswa mengembangkan strategi untuk mengalokasikan waktu secara efektif |
| 3 | Kampanye Kesadaran di Sekolah | Mengorganisir pameran poster dan kontes video | Meningkatnya kesadaran siswa tentang pentingnya penggunaan smartphone yang bertanggung jawab |
| 4 | Kolaborasi dengan Komunitas | Melibatkan LSM dan lembaga pemerintah setempat dalam kampanye | Terjalinnya sinergi antara sekolah dan masyarakat dalam meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone |
| 5 | Evaluasi dan Umpan Balik | Melakukan evaluasi terhadap efektivitas kegiatan | Identifikasi area perbaikan dan penyempurnaan program |

Tabel ini memberikan gambaran tentang berbagai kegiatan yang dilakukan selama proses pengabdian kepada masyarakat, serta hasil yang diharapkan atau telah dicapai dari setiap kegiatan tersebut.

**Diskusi**

Hasil dari proses pengabdian kepada masyarakat dalam meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB, menunjukkan pencapaian yang signifikan dalam mempengaruhi sikap dan perilaku siswa terkait dengan teknologi tersebut. Pertama, melalui sosialisasi materi pendidikan dan pelatihan keterampilan pengelolaan waktu, siswa telah menerima pemahaman yang lebih baik tentang dampak positif dan negatif dari penggunaan smartphone. Ini tercermin dalam pengembangan strategi untuk menggunakan waktu dengan lebih efektif dan bijak, menunjukkan adanya kesadaran akan pentingnya mengatur waktu dengan baik untuk kegiatan yang bermanfaat [8].

Kemudian, kampanye kesadaran di sekolah dan kolaborasi dengan komunitas lokal berhasil memperluas cakupan pesan-pesan kesadaran tentang penggunaan smartphone yang bertanggung jawab. Melalui pameran poster, kontes video, dan partisipasi LSM serta lembaga pemerintah setempat, kesadaran akan dampak penggunaan smartphone telah tersebar lebih luas dalam komunitas sekolah dan sekitarnya [9].

Terakhir, evaluasi dan umpan balik yang dilakukan memungkinkan untuk identifikasi area perbaikan dan penyempurnaan program di masa depan. Dengan mengakomodasi masukan dari siswa [10], guru, dan anggota komunitas lainnya, program ini dapat terus berkembang dan menjadi lebih efektif dalam mencapai tujuannya [11].

Dengan demikian, hasil dari proses pengabdian ini tidak hanya mencakup peningkatan pemahaman individu, tetapi juga menciptakan perubahan sosial yang lebih luas. Dengan adanya pranata baru dalam bentuk pemimpin lokal yang terlibat aktif dalam menyebarkan pesan kesadaran, serta perubahan perilaku siswa menuju penggunaan smartphone yang lebih bertanggung jawab, proses pengabdian ini telah berhasil menciptakan transformasi positif dalam komunitas sekolah dan sekitarnya.

Diskusi di atas menggambarkan hasil yang diperoleh dari proses pengabdian kepada masyarakat dalam meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB. Teori-teori yang relevan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika yang terjadi dalam proses ini.

Pertama, teori Behavioral Change menyediakan kerangka kerja untuk memahami bagaimana individu mengubah perilaku mereka dalam merespons pesan-pesan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone [12]. Menurut teori ini, pendekatan yang efektif dalam mengubah perilaku melibatkan tiga elemen kunci: kepercayaan (beliefs), nilai (values), dan norma-norma sosial/social norms [13]. Dengan memperkuat kepercayaan akan pentingnya penggunaan smartphone yang bertanggung jawab, meningkatkan nilai-nilai sehat terkait dengan teknologi, dan menekankan norma-norma sosial yang mendukung perilaku yang diinginkan, maka akan lebih mungkin bagi siswa untuk mengadopsi perilaku yang lebih sehat [14].

Kedua, teori Pembelajaran Sosial (Social Learning Theory) dapat menjelaskan bagaimana siswa memperoleh dan memodifikasi perilaku mereka melalui pengamatan dan interaksi dengan lingkungan sosial mereka [15]. Dalam konteks ini, peran pemimpin lokal yang terlibat dalam menyebarkan pesan kesadaran sangat penting, karena mereka dapat menjadi model yang kuat bagi siswa dalam mengadopsi perilaku yang diinginkan [16]. Melalui proses identifikasi dan imitasi, siswa dapat menginternalisasi nilai-nilai yang diperkenalkan oleh pemimpin lokal dan mengaplikasikannya dalam penggunaan smartphone mereka [17].

Ketiga, teori Pendidikan Kesehatan (Health Education) menekankan pentingnya penyampaian informasi yang akurat dan relevan dalam merubah perilaku kesehatan [18]. Dalam konteks ini, materi pendidikan tentang dampak penggunaan smartphone perlu disusun dengan cermat, dengan memperhatikan karakteristik siswa dan konteks lokal mereka [19]. Menggunakan pendekatan yang berbasis bukti dan interaktif, serta melibatkan siswa secara aktif dalam proses pembelajaran, akan meningkatkan efektivitas pesan-pesan kesadaran yang disampaikan [20].

Dengan memadukan teori-teori ini dalam analisis hasil dan diskusi, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih holistik tentang dinamika proses pengabdian kepada masyarakat dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Dengan demikian, akan lebih mungkin untuk merancang strategi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan mengubah perilaku terkait penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA.

**Kesimpulan**

Secara keseluruhan, proses pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan kesadaran tentang dampak penggunaan smartphone di kalangan siswa SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB, telah memberikan hasil yang signifikan. Melalui berbagai kegiatan seperti sosialisasi materi pendidikan, pelatihan keterampilan pengelolaan waktu, kampanye kesadaran di sekolah, dan kolaborasi dengan komunitas, siswa telah memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya penggunaan smartphone yang bertanggung jawab. Selain itu, terjadi perubahan perilaku yang terlihat dalam upaya siswa untuk menggunakan waktu dengan lebih efektif dan bijak. Dengan munculnya pemimpin lokal yang aktif terlibat dalam menyebarkan pesan kesadaran, serta adanya evaluasi yang terus-menerus untuk perbaikan program, proses pengabdian ini telah berhasil menciptakan transformasi sosial yang positif dalam komunitas sekolah dan sekitarnya. Dengan demikian, penting untuk melanjutkan upaya-upaya ini dan memperluas dampaknya dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku yang sehat terkait dengan penggunaan smartphone di kalangan siswa.

**Pengakuan/Acknowledgements**

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Kami berterima kasih kepada pihak sekolah, siswa, guru, dan orang tua di SMA NW Syaikh Zainuddin NW Anjani, East Lombok, NTB, atas partisipasi dan dukungan mereka yang luar biasa. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada LSM dan lembaga pemerintah setempat atas kolaborasi yang baik dalam menyebarkan pesan kesadaran tentang penggunaan smartphone yang bertanggung jawab. Tanpa kontribusi dan dukungan semua pihak ini, keberhasilan dan dampak positif dari kegiatan ini tidak akan tercapai.

**Daftar Referensi**

[1] Ş. Gökçearslan, F. K. Mumcu, T. Haşlaman, and Y. D. Çevik, “Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students,” *Computers in Human Behavior*, vol. 63, pp. 639–649, Oct. 2016, doi: 10.1016/j.chb.2016.05.091.

[2] M. Obeso, M. Pérez-Pérez, G. García-Piqueres, and A.-M. Serrano-Bedia, “Enhancing students’ learning outcomes through smartphones: A case study of using instagram in higher management education,” *The International Journal of Management Education*, vol. 21, no. 3, p. 100885, Nov. 2023, doi: 10.1016/j.ijme.2023.100885.

[3] A. Sarman and N. Çiftci, “Relationship between smartphone addiction, loneliness, and depression in adolescents: A correlational structural equation modeling study,” *Journal of Pediatric Nursing*, vol. 76, pp. 150–159, May 2024, doi: 10.1016/j.pedn.2024.02.019.

[4] B. Zhou, L. G. Mui, J. Li, Y. Yang, and J. Hu, “A model for risk factors harms and of smartphone addiction among nursing students: A scoping review,” *Nurse Education in Practice*, vol. 75, p. 103874, Feb. 2024, doi: 10.1016/j.nepr.2024.103874.

[5] Y. Ko and S. Park, “Analyzing the Caregivers’ behavioral patterns in managing their young Children’s smartphone use in South Korea,” *Journal of Pediatric Nursing*, vol. 72, pp. 84–91, Sep. 2023, doi: 10.1016/j.pedn.2023.05.008.

[6] K. Kim, Y. Yoon, and S. Shin, “Explainable prediction of problematic smartphone use among South Korea’s children and adolescents using a Machine learning approach,” *International Journal of Medical Informatics*, vol. 186, p. 105441, Jun. 2024, doi: 10.1016/j.ijmedinf.2024.105441.

[7] Z. Zhou, H. Liu, D. Zhang, H. Wei, M. Zhang, and A. Huang, “Mediating effects of academic self-efficacy and smartphone addiction on the relationship between professional attitude and academic burnout in nursing students: A cross-sectional study,” *Nurse Education Today*, vol. 116, p. 105471, Sep. 2022, doi: 10.1016/j.nedt.2022.105471.

[8] W. ElDessouki and A. AlManeea, “Smartphones and traffic signals: A quantitative assessment for phone usage behavior on performance of signalized intersections,” *Journal of Traffic and Transportation Engineering (English Edition)*, vol. 10, no. 4, pp. 611–632, Aug. 2023, doi: 10.1016/j.jtte.2022.06.005.

[9] H. Bai, J. Liu, W. Bai, and T. Cao, “Social pressures and their impact on smartphone use stickiness and use habit among adolescents,” *Heliyon*, vol. 10, no. 7, p. e29111, Apr. 2024, doi: 10.1016/j.heliyon.2024.e29111.

[10] L. M. Ramjan *et al.*, “The negative impact of smartphone usage on nursing students: An integrative literature review,” *Nurse Education Today*, vol. 102, p. 104909, Jul. 2021, doi: 10.1016/j.nedt.2021.104909.

[11] L.-C. Wickord and C. Quaiser-Pohl, “Suffering from problematic smartphone use? Why not use grayscale setting as an intervention! – An experimental study,” *Computers in Human Behavior Reports*, vol. 10, p. 100294, May 2023, doi: 10.1016/j.chbr.2023.100294.

[12] M. Karloh *et al.*, “Breaking barriers to rehabilitation: the role of behavior change theories in overcoming the challenge of exercise-related behavior change,” *Brazilian Journal of Physical Therapy*, vol. 27, no. 6, p. 100574, Nov. 2023, doi: 10.1016/j.bjpt.2023.100574.

[13] F. Vande Velde, H. J. Overgaard, and S. Bastien, “An integrated human behavioral model for mosquito-borne disease control: A scoping review of behavior change theories used to identify key behavioral determinants,” *Heliyon*, vol. 10, no. 4, p. e26488, Feb. 2024, doi: 10.1016/j.heliyon.2024.e26488.

[14] P. Dague, L. Muller, L. Paulevé, and M. Irigoin-Guichandut, “Towards a qualitative theory of the interruption of eating behavior change,” *Journal of Theoretical Biology*, vol. 581, p. 111731, Mar. 2024, doi: 10.1016/j.jtbi.2024.111731.

[15] K.-W. Lee and Y.-F. Tseng, “Driving the dual learning process of management knowledge: A social cognitive theory perspective,” *The International Journal of Management Education*, vol. 22, no. 1, p. 100940, Mar. 2024, doi: 10.1016/j.ijme.2024.100940.

[16] S. Badghish, A. S. Shaik, N. Sahore, S. Srivastava, and A. Masood, “Can transactional use of AI-controlled voice assistants for service delivery pickup pace in the near future? A social learning theory (SLT) perspective,” *Technological Forecasting and Social Change*, vol. 198, p. 122972, Jan. 2024, doi: 10.1016/j.techfore.2023.122972.

[17] E. Dutemple, H. Hakimi, and D. Poulin-Dubois, “Do I know what they know? Linking metacognition, theory of mind, and selective social learning,” *Journal of Experimental Child Psychology*, vol. 227, p. 105572, Mar. 2023, doi: 10.1016/j.jecp.2022.105572.

[18] C. L. Ryan, R. Cant, M. M. McAllister, R. Vanderburg, and C. Batty, “Transformative learning theory applications in health professional and nursing education: An umbrella review,” *Nurse Education Today*, vol. 119, p. 105604, Dec. 2022, doi: 10.1016/j.nedt.2022.105604.

[19] J. Rojo *et al.*, “Applying Mezirow’s Transformative Learning Theory into nursing and health professional education programs: A scoping review,” *Teaching and Learning in Nursing*, vol. 18, no. 1, pp. 63–71, Jan. 2023, doi: 10.1016/j.teln.2022.09.013.

[20] P. Grech and R. Grech, “The role of health promotion theories in Stroke Awareness and Education,” *Applied Nursing Research*, vol. 58, p. 151415, Apr. 2021, doi: 10.1016/j.apnr.2021.151415.