Veryno Akbar Ardiansyah
Kiki Widyanti
Bachri Nur Alam
Jefri Rahmadian, S.Kom., M.Kom

Sekolah Tinggi
Teknologi
Informasi NIIT

VIDEO PEMBELAJARAN

TENTANG DAMPAK PENGGUNAAN SMARTPHONE

TERHADAP PRODUKTIVITAS SERTA KESEHATAN MENTAL SERTA SOLUSINYA

VIDEO PEMBELAJARAN

TENTANG DAMPAK PENGGUNAAN SMARTPHONE

TERHADAP PRODUKTIVITAS SERTA KESEHATAN MENTAL SERTA SOLUSINYA

Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan smartphone yang meluas telah merevolusi cara kita berkomunikasi dan mengakses informasi. Namun, kelebihan penggunaan perangkat ini telah memunculkan kekhawatiran tentang dampaknya terhadap produktivitas dan kesehatan mental. Buku ini menyampaikan dampak penggunaan smartphone terhadap produktivitas dan kesehatan mental, dan memberikan solusi potensial untuk mengatasi dampak negatif tersebut melalui video pembelajaran.Penggunaan smartphone saat ini sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari kita. Perangkat ini menjadi sumber hiburan, komunikasi, dan informasi bagi semua kalangan. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan produktivitas yang menurun dan mempengaruhi kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki dan memahami dampak penggunaan smartphone dan memberikan solusi yang efektif untuk mengatasinya.

eureka media aksara
Anggota IKAPI
No. 225/JTE/2021

0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
JL. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-120-302-1
9 786231 203021

VIDEO PEMBELAJARAN TENTANG DAMPAK PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP PRODUKTIVITAS SERTA KESEHATAN MENTAL SERTA SOLUSINYA

Veryno Akbar Ardiansyah
Kiki Widyanti
Bachri Nur Alam
Jefri Rahmadian, S.Kom., M.Kom

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

VIDEO PEMBELAJARAN TENTANG DAMPAK PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP PRODUKTIVITAS SERTA KESEHATAN MENTAL SERTA SOLUSINYA

Penulis : **Veryno Akbar Ardiansyah**
Kiki Widyanti
Bachri Nur Alam
Jefri Rahmadian, S.Kom., M.Kom

Desain Sampul : Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Leli Agustin

ISBN : 978-623-120-302-1

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, FEBRUARI 2024**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:
Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992
Surel : eurekamediaaksara@gmail.com
Cetakan Pertama : 2024

Eureka Media Aksara bekerjasama dengan
Sekolah Tinggi Teknologi Informasi NIIT

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan buku ini. Penulisan buku ini merupakan karya dari pemikiran dari para penulis yang akhirnya memutuskan untuk membuat **VIDEO PEMBELAJARAN TENTANG DAMPAK PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP PRODUKTIVITAS SERTA KESEHATAN MENTAL SERTA SOLUSINYA.** Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak sangatlah sulit untuk menyelesaikan karya ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penyusunan buku ini. Sehingga buku ini bisa hadir di hadapan pembaca.

Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan smartphone yang meluas telah merevolusi cara kita berkomunikasi dan mengakses informasi. Namun, kelebihan penggunaan perangkat ini telah memunculkan kekhawatiran tentang dampaknya terhadap produktivitas dan kesehatan mental. Buku ini menyampaikan dampak penggunaan smartphone terhadap produktivitas dan kesehatan mental, dan memberikan solusi potensial untuk mengatasi dampak negatif tersebut melalui video pembelajaran.

Penggunaan smartphone saat ini sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari kita. Perangkat ini menjadi sumber hiburan, komunikasi, dan informasi bagi semua kalangan. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan produktivitas yang menurun dan mempengaruhi kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki dan memahami dampak penggunaan smartphone dan memberikan solusi yang efektif untuk mengatasinya.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu berbagai kritik dan saran yang positif sangat dibutuhkan untuk menyempurnakan buku ini. Akhir kata penulis mengucapkan banyak terimakasih atas keterkaitan semua pihak yang telah membantu. Semoga buku ini akan

membawa manfaat bagi pembaca dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **iii**
DAFTAR ISI ..... **v**
DAFTAR GAMBAR ..... **vi**
BAB 1 PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
BAB 2 KONSEP DAN DEFINISI **2**
A. Konsep Video Pembelajaran 2
B. Pengertian Dampak 3
C. Pengertian Smartphone 3
D. Pengertian Produktivitas 3
E. Pengertian Kesehatan Mental 4
F. Pengertian Solusi 4
BAB 3 KONSEP DESAIN **5**
A. Tema Video 5
BAB 4 STORYLINE **6**
A. Storyline 6
BAB 5 STORYBOARD **13**
A. Storyboard 14
BAB 6 PENENTU PERAN **31**
BAB 7 IMPLEMENTASI **33**
BAB 8 PENUTUP **68**
A. Kesimpulan 68
B. Saran 68
TENTANG PENULIS **69**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 7.1. Steve Jobs Sedang Mempresentasikan iPhone.....33
Gambar 7.2. Bumper Video Pembelajaran.....33
Gambar 7.3.. Pembukaan Video oleh Narator 1.....34
Gambar 7.4. Penunjukan Data Dengan Sumber.....34
Gambar 7.5. Narator 1 menjelaskan Pengenalan Masalah.....35
Gambar 7.6. Penunjukan Diagram Batang App Annie 35
Gambar 7.7. Narator 1 Menjelaskan Pengenalan Masalah.....36
Gambar 7.8. Menampilkan Video Footage untuk Menghias Video 36
Gambar 7.9. Narator 1 Menjelaskan Pengenalan Masalah.....37
Gambar 7.10. Contoh Footage untuk Menghias Video 37
Gambar 7.11. Sub Judul Video Tentang Dampak Penggunaan Berlebihan 38
Gambar 7.12. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 38
Gambar 7.13. Video Footage untuk Menghias Video.....39
Gambar 7.14. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 39
Gambar 7.15. Video Footage Untuk Menghias Video 40
Gambar 7.16. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 40
Gambar 7.17. Video Footage Untuk Menghias Video 41
Gambar 7.18. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 41
Gambar 7.19. Video Footage untuk Menghias Video.....42
Gambar 7.20. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 42
Gambar 7.21. Video Footage Untuk Menghias Video 43
Gambar 7.22. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 43
Gambar 7.23. Video Footage Untuk Menghias Video 44
Gambar 7.24. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 44
Gambar 7.25. Video Footage Untuk Menghias Video 45

Gambar 7.26. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 45
Gambar 7.27. Video Footage untuk Menghias Video 46
Gambar 7.28. Narator 2 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 1 46
Gambar 7.29. Sub Judul Video 2 Solusi Optimal 47
Gambar 7.30. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 47
Gambar 7.31. Video Footage Untuk Menghias Video 48
Gambar 7.32. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 48
Gambar 7.33. Video Footage Untuk Menghias Video 49
Gambar 7.34. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 49
Gambar 7.35. Video Footage Untuk Menghias Video 50
Gambar 7.36. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 50
Gambar 7.37. Video Footage Untuk Menghias Video 51
Gambar 7.38. Video Footage Untuk Menghias Video 51
Gambar 7.39. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 52
Gambar 7.40. Video Footage Untuk Menghias Video 52
Gambar 7.41. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 53
Gambar 7.42. Video Footage Untuk Menghias Video 53
Gambar 7.43. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 54
Gambar 7.44. Video Footage Untuk Menghias Video 54
Gambar 7.45. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 55
Gambar 7.46. Video Footage Untuk Menghias Video 55
Gambar 7.47. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 56
Gambar 7.48. Video Footage Untuk Menghias Video 56
Gambar 7.49. Video Footage Untuk Menghias Video 57

Gambar 7.50. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 57
Gambar 7.51. Video Footage Untuk Menghias Video 58
Gambar 7.52. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 58
Gambar 7.53. Video Footage Untuk Menghias Video 59
Gambar 7.54. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 59
Gambar 7.55. Video Footage Untuk Menghias Video 60
Gambar 7.56. Pembahasan Sub Judul Video 2 60
Gambar 7.57. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 61
Gambar 7.58. Video Footage Untuk Menghias Video 61
Gambar 7.59. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 62
Gambar 7.60. Video Footage Untuk Menghias Video 62
Gambar 7.61. Video Footage Untuk Menghias Video 63
Gambar 7.62. Narator 3 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 2 63
Gambar 7.63. Sub Judul Video 3 Kesimpulan 64
Gambar 7.64. Narator 1 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 3 64
Gambar 7.65. Video Footage Untuk Menghias Video 65
Gambar 7.66. Video Footage Untuk Menghias Video 65
Gambar 7.67. Narator 1 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 3 66
Gambar 7.68. Video Footage Untuk Menghias Video 66
Gambar 7.69. Narator 1 Sedang Melakukan Pembahasan Sub Judul Video 3 67
Gambar 7.70. Sub Judul Video 3 Kesimpulan 67

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan smartphone yang meluas telah merevolusi cara kita berkomunikasi dan mengakses informasi. Namun, kelebihan penggunaan perangkat ini telah memunculkan kekhawatiran tentang dampaknya terhadap produktivitas dan kesehatan mental. Buku ini menyampaikan dampak penggunaan smartphone terhadap produktivitas dan kesehatan mental, dan memberikan solusi potensial untuk mengatasi dampak negatif tersebut melalui video pembelajaran.

Penggunaan smartphone saat ini sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari kita. Perangkat ini menjadi sumber hiburan, komunikasi, dan informasi bagi semua kalangan. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan smartphone yang berlebihan dapat menyebabkan produktivitas yang menurun dan mempengaruhi kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki dan memahami dampak penggunaan smartphone dan memberikan solusi yang efektif untuk mengatasinya.

Sebab itulah, penting rasanya mengangkat topik dengan judul Dampak Penggunaan Smartphone terhadap Produktivitas dan Kesehatan Mental serta Solusinya melalui Video Pembelajaran pada Project Broadcasting ini.

BAB 2

KONSEP DAN DEFINISI

A. Konsep Video Pembelajaran

1. Pengertian Video

Menurut Rusman (dalam Agustiningsih, 2015) video adalah bahan pembelajaran dengan media pendengaran disebut juga dengan tampak dengar (audio visual) yang dapat digunakan untuk menyampaikan materi pelajaran. Dikatakan tampak dengar karena unsur dengar (audio) dan unsur visual/video (tampak) dapat disatukan.

2. Pengertian Pembelajaran

Menurut Suardi (2018) mengatakan, bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran adalah bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pengajaran / peolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan materi dan tabiat, serta pembentukan attitude dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Proses pembelajaran dialami kaapan pun dan dimanapun tidak mengenal umur, tempat, dan waktu.

3. Pengertian Video Pembelajaran

Menurut Cheppy Riana (dalam Rizal Farista dan Ilham Ali M, 2018) Media video pembelajaran adalah media yang menyajikan audio dan visual yang berisi materi-materi pembelajaran baik yang berisi konsep, prinsip, maupun

BAB 3 KONSEP DESAIN

A. Tema Video

Video Pembelajaran adalah video yang bertujuan untuk mengedukasi penonton supaya menjadi lebih berwawasan dengan materi yang disampaikan di video tersebut. Oleh karena itu, tema yang akan kita ambil adalah Dampak Penggunaan Smartphone Terhadap Produktivitas & Kesehatan Mental Serta Solusinya. Tema ini diambil dari survei yang menyatakan bahwa hampir 50% pengguna smartphone tidak mengetahui dampak negatif dari penggunaan yang berlebihan.

1. Warna

Warna yang digunakan dalam video ini ada merah yang terletak di Intro, hal ini dilakukan karena merah adalah warna yang mencolok sehingga ada kemungkinan video terlihat menarik.dan sisanya dibuat dari bermacam background yang memiliki banyak warna. Warna yang digunakan dipastikan bisa membuat penonton lebih tertarik

2. Audio

Audio yang dipakai untuk audio dari masing-masing pembuat video dan ada audio di background, sehingga video tidak terdengar monoton dan bisa membuat penonton lebih tertarik.

BAB 4 STORYLINE

A. Storyline

Storyline yang digunakan untuk pembuatan Video Pembelajaran adalah :

1. **Scene 1**
   Pengenalan Smartphone berbasis Touchscreen.
2. **Scene 2**
   Pembukaan dari Video Pembelajaran.
3. **Scene 3**
   Rata-Rata pengguna dan waktu penggunaan smartphone dilansir dari beberapa media.
4. **Scene 4**
   Dampak penggunaan smartphone yang berlebihan.
5. **Scene 5**
   Solusi optimal untuk penggunaan smartphone.
6. **Scene 6**
   Kesimpulan dari beberapa point.
7. **Scene 7**
   Penutupan Video Pembelajaran.
8. **Scene 8**
   Menampilkan ilustrasi dalam penerapan penggunaan smartphone
9. **Scene 9**
   Menampilkan pembicara menjelaskan smartphone

BAB 5

STORYBOARD

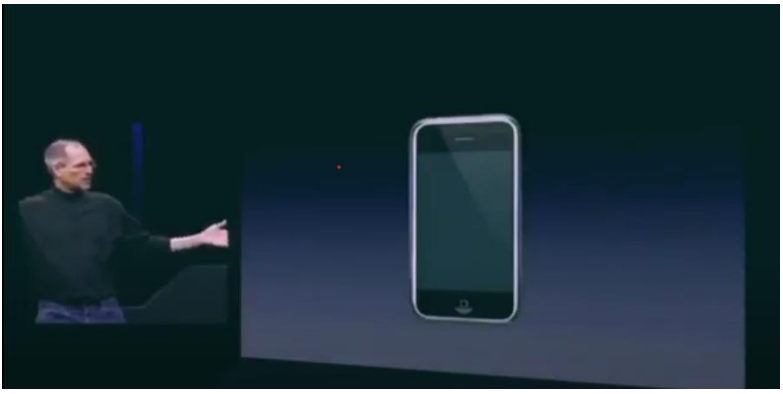
Storyboard digunakan untuk gambaran dalam melakukan pengambilan gambar, berikut adalah storyboard dari "Dampak pengguanaan Smartphone terhadap produktivitas dan Kesehatan mental dan solusinya" :

BAB 6

PENENTU PERAN

Sebagai Narator 1 dengan berperan untuk membuka dan menutup video.

BAB 7 IMPLEMENTASI



Gambar 7.1 Steve Jobs Sedang Mempresentasikan iPhone

Gambar 7.2 Bumper Video Pembelajaran

BAB 8

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Video yang dibuat dapat membantu seseorang memahami berbagai materi dengan cara yang menarik dan mudah dipahami. Yang dalam hal ini materi yang dibahas adalah dampak penggunaan *Smartphone* terhadap produktivitas dan kesehatan mental serta solusinya.
2. Video dapat menjadi media untuk belajar dengan cara yang lebih efektif dan menarik .

B. Saran

1. Video yang dibuat dapat dikembangkan untuk menampilkan grafis yang lebih jernih dari yang sudah ada.
2. Audio dari video dapat dikembangkan menjadi lebih jernih dari yang sudah ada.

TENTANG PENULIS

PENULIS 1
(Veryno Akbar Ardiansyah)

Veryno Akbar Ardiansyah adalah laki laki kelahiran Depok pada tanggal 24 Mei 2003 Merupakan anak kedua dari 2 bersaudara. Menghabiskan masa kecil di kota Depok, tinggal bersama Orang tua hingga lulus Sekolah Menengah Atas.

Riwayat pendidikan dimulai dari TK Al-Hikmah tahun 2007, SD Pemuda Bangsa tahun 2009 SMPN 3 Depok tahun 2015, SMA YAPEMRI 2018 dan Sekolah Tinggi Teknologi Informasi NIIT Jakarta tahun 2021.

Saat ini aktif dalam kegiatan Organisasi MPM, membuat saya semakin cinta akan hidup sosial, membuat saya semakin yakin kalau hidup harus berguna untuk orang lain. Setelah menyelesaikan pendidikan wajib saya melanjutkan kuliah di Sekolah Tinggi Teknologi Informasi NIIT pada Program Studi Sistem Informasi pada tahun 2021. Selama berkuliah saya aktif mengikuti berbagai organisasi kemahasiswaan, salah satu nya UKM futsal. Dalam mengisi waktu luang selama perkuliahan, saya sering mencari kesibukan untuk menambah ilmu dan pengalaman saya.

PENULIS 2
(Kiki Widyanti)

Kiki Widiyanti adalah perempuan kelahiran Pekalongan pada tanggal 11 September 2001 merupakan anak ke 3 dari 3 bersaudara. Menghabiskan masa kecil di kota Depok, tinggal bersama orangtua hingga lulus sekolah menengah kejuruan. Riwayat pendidikan mulai dari Paud Bait Al Hikmah 2006, SDN Limo 03 Depok tahun 2008, SMP Utama Depok tahun 2014, SMK Atlantis plus Depok tahun 2017.

Setelah menyelesaikan pendidikan wajib, saya mendapatkan beasiswa kuliah di Sekolah Tinggi Teknologi informasi NIIT I Tech Jakarta 2021 dan kampus Kahfi BBC Motivator school, Bintaro 2022.

Saat ini saya bekerja di PT. Almira Berkah Abadi, Pancoran Jakarta Selatan.

Selain bekerja dan berkuliah, saya aktif mengikuti berbagai organisasi salah satu nya BEM, dan Sobat Donor. Dalam mengisi waktu luang, saya sering mencari kesibukan untuk menambah ilmu seperti mengikuti course, seminar, ataupun bootcamp.

PENULIS 3
(Bachri Nur Alam)

Bachri Nur Alam adalah laki laki kelahiran Jakarta pada tanggal 06 April 1995 Merupakan anak kelima dari lima bersaudara. Menghabiskan masa kecil di kota Jakarta Selatam tinggal Bersama Orangtua hingga lulus Sekolah Menengah Atas

Riwayat pendidikan dimulai dari SDN 01 Pagi (tahun 2001), SMP (2007), SMA (tahun 2010), dan Sekolah Tinggi Teknologi Informasi NIIT Jakarta (tahun 2019).

Saat ini aktif dalam kegiatan Organisasi Jaringan Wirausaha Indonesia, membuat saya semakin cinta akan hidup sosial, membuat saya semakin yakin kalau hidup harus berguna untuk orang lain. Setelah menyelesaikan pendidikan wajib saya melanjutkan kuliah di Sekolah Tinggi Teknologi Informasi NIIT pada Program Studi Sistem Informasi pada tahun 2013 Selama berkuliah saya aktif mengikuti berbagai kegiatan kemahasiswaan, salah satu nya PKM. Dalam mengisi waktu luang selama perkuliahan, saya sering mencari kesibukan untuk menambah ilmu dan pengalaman saya. Sesekali juga saya dipercaya untuk mengerjakan suatu proyek magang (PKL) untuk membuat Aplikasi pada suatu perusahaan.

PENULIS 4
(Jefri Rahmadian., S.Kom., M.Kom.)

Jefri Rahmadian., S.Kom., M.Kom. lahir di Padang pada tanggal 28 Agustus 1976 yang merupakan anak bungsu dari tiga bersaudara dan menamatkan sekolahnya sampai tingkat menengah atas di Padang, Sumatera Barat. Selanjutnya penulis menempuh pendidikan tinggi di Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Komputer Swadharma Jakarta, dan penulis berhasil meraih gelar sarjana S1 pada Program Studi Sistem Informasi pada Tahun 2003. Setelah menamatkan kuliah penulis mengabdikan diri menjadi pengajar pada almamater beliau. Pada tahun 2008 penulis diangkat sebagai Dosen Tetap pada Sekolah Tinggi Teknologi Infomasi NIIT Jakarta. Tidak lama kemudian penulis melanjutkan Studinya di Program Magister Komputer (S2) di Sekolah Tinggi Manajemen dan Informatika Komputer ERESHA Jakarta dan berhasil menyelesaikan S2 pada Tahun 2012. Selain itu penulis juga pernah menjadi pengajar pada beberapa Perguruan Tinggi di Jakarta diantaranya Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta (POLIMEDIA), Universitas Krisna Dwipayana Jakarta (UNKRISNA), Sekolah Tinggi Desain Interstudi, serta pernah menjadi Dosen Tamu pada Politeknik Negeri Semarang (POLINES). Selain menjadi Dosen penulis juga aktif memberikan pelatihan pada Instansi pemerintah baik Sipil maupun Militer. Penulis juga pernah menjadi pembicara dalam sebuah workshop yang diselenggarakan oleh Kementrian Hukum Dan Hak Azazi Manusia. Saat ini penulis aktif terdaftar sebagai Asesor Uji Komptensi Badan Nasional Sertifikasi Profesi sejak tahun 2013.