

## Edukasi tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu

**Dwi Zahwa Sri Anom, Cayla Simalango, Vincensia Kurnia Sari, Vincentius Beni Saputra,  
Yosua Petrus Wijaya, LilikPranata\***

Universitas Katolik Musi Charitas

[lilikpranataukmc@gmail.com](mailto:lilikpranataukmc@gmail.com)

<b>Histori Naskah:</b>	This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License
Diajukan: Jun 10, 2024	
Disetujui: Jul-10-2024	
Publikasi: Nov 6, 2024	

---

### Abstrak

Media sosial adalah tempat atau platform digital yang memiliki fasilitas untuk melakukan aktivitas sosial bagi setiap penggunanya. Salah satu aktivitas yang dapat dilakukan di media sosial seperti dapat berkomunikasi misalnya yaitu melakukan komunikasi dan berinteraksi berupa foto, video, ataupun tulisan dengan orang-orang. Banyak hal-hal yang dapat dibagikan dan terbuka untuk setiap pengguna selama 24 jam penuh. Tujuan dari kegiatan ini untuk mengedukasi tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SMP 02 Palembang. Setelah penentuan lokasi kegiatan, dilakukan penjajagan kesediaan pelaksanaan kegiatan dengan pengiriman surat permohonan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang ditujukan kepada Kepala Sekolah. Berdasarkan surat tersebut, Kepala Sekolah memberikan ijin untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di sekolah tersebut pada tanggal 01 Maret 2024. Kegiatan pengabdian kepada telah dilaksanakan pada 01 Maret 2024, pukul 09.00-11.00 WIB. Hasil kegiatan diharapkan meningkatkan pengetahuan siswa tentang tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu.

Kata Kunci : *Edukasi, remaja, media sosial*

---

### Pendahuluan

Perkembangan dan pertumbuhan, yang terjadi secara kuantitatif dan mencakup peningkatan ukuran dan struktur, terjadi pada manusia selama masa kanak-kanak dan berlanjut hingga masa dewasa (Hamidah & Rizal, 2022). Globalisasi adalah hal yang tidak dapat dihindari bagi masyarakat modern. Globalisasi mampu meyakinkan orang Indonesia bahwa liberalisme dapat membawa kemakmuran dan kemajuan (Nurriska, 2016). Karena tidak ada satu pun orang yang melewati usia remaja dalam rentang waktu tertentu dalam hidupnya, penting untuk menyelidiki kembali perkembangan remaja. Sehingga remaja dapat melewati perkembangannya dengan nyaman dan tenang, mereka harus mampu mengembangkan seluruh potensi terbaik mereka (Jannah, 2017). Kecerdasan emosional yang baik dapat membantu seseorang menyusun pola pengaturan dirinya ketika berinteraksi dengan orang-orang di lingkungannya (Supriadi et al., 2017). Remaja melewati tiga tahap: tahap pertama, tahap madya, dan tahap akhir (D. Pratama & Sari, 2021).

Remaja adalah masa di mana berbagai kebutuhan dan emosi muncul. Mereka juga mengalami perasaan yang tidak menentu, cemas, dan binggung, serta kecamuk harapan, tantangan, kesenangan, dan kesengsaraan (Sihotang et al., 2013). Menurut Piaget, masa remaja adalah masa di mana orang bersinergi dengan masyarakat dewasa. Anak-anak tidak lagi merasa di bawah orang dewasa tetapi memiliki hak yang sama (Mauliya, 2019). Di era globalisasi, kehidupan masyarakat sangat dipengaruhi oleh kemajuan teknologi informasi. Teknologi baru seperti internet dapat memenuhi semua kebutuhan manusia. Banyak sumber internet, terutama media sosial, meningkatkan penggunaan remaja. Intensitas penggunaan media sosial menghasilkan interaksi yang berbeda dari sebelumnya (B. A. Pratama & Sari, 2020). Ada banyak

---

orang di Indonesia yang dapat mengakses internet dengan mudah, dan mereka menggunakannya untuk membantu dan mempermudah berbagai kebutuhan mereka (Rubiyati et al., 2018).

Sosial media, atau media sosial, telah menjadi sesuatu yang tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia. Beberapa orang mungkin masih ingat bagaimana media sosial hanya digunakan untuk berkomunikasi melalui email dan chat (Doni, 2017). Remaja menyukai perubahan sikap yang terjadi setelah mereka kecanduan jejaring sosial: mereka menjadi malas karena terlalu terlena dengan jejaring sosial dan melupakan tanggung jawab akademik mereka (Mulyono, 2021). Karena internet akan membentuk generasi unggul di masa depan, pemerintah, masyarakat, dan media harus bertanggung jawab atas tantangan kemudahan hidup yang akan datang (Gani, 2020). Media sosial telah memasuki kehidupan remaja millennial dan membentuk cara mereka berpikir dan berinteraksi dengan cara yang berbeda, terutama dalam hal pendidikan. Sebagai pelajar, mereka tentunya mengharapkan bahwa media sosial akan membantu mereka dalam pendidikan, terlepas dari apakah mereka menyadari atau tidak bahwa media sosial telah berhasil memecahkan masalah dan memecahkan masalah (Ainiyah, 2018).

Media sosial dapat digunakan sebagai alat pemasaran sosial untuk remaja; namun, mereka tidak dapat berfungsi sendiri, sehingga pendekatan omni-channel lebih efektif. Tantangan yang dihadapi oleh pemasaran sosial program GenRe di media sosial adalah rendahnya engagement konten substansi dibandingkan konten nonsubstansi. Beberapa strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut adalah konsekuensi, konsistensi, dan pelibatan influencer (Elwani & Kurniawan, 2020). Pada remaja akhir, ada korelasi antara kontrol diri dan kecenderungan kecanduan media sosial. Penelitian menunjukkan bahwa 15,1% dari populasi berkontribusi terhadap kecenderungan kecanduan media sosial, sedangkan 84,9% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Beberapa strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah ini adalah konsistensi dan pelibatan influencer (Muna & Astuti, 2014). Remaja harus berhati-hati saat menggunakan media sosial Instagram, dengan fiturnya yang luas yang dapat digunakan untuk menjadikannya sarana dakwah (Ferlitasari et al., 2020).

Mengurangi kecanduan media sosial, membatasi penggunaan media sosial, mencari informasi selain dari media sosial, mencari kegiatan yang positif, menggunakan media sosial dengan bijak, lepas dan hapus aplikasi media sosial (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021). Memanfaatkan Instagram dapat digunakan dengan bijak dan sesuai dengan kebiasaan budaya Indonesia. Remaja dapat mengeksplorasi potensi diri mereka dan mencari berbagai informasi di Instagram untuk belajar lebih banyak dan menjadi lebih positif (Sakti & Yulianto, 2018). Dari hasil latar belakang dampak dari media sosial sangat dirasakan baik dilihat dari sisi positif atau negatif, maka tim pengabdian kepada masyarakat melakukan kegiatan edukasi tentang sejauh mana remaja memahami media sosial dan penatalaksanaannya menuju hal positif pada remaja

## **Tujuan Dan Manfaat**

### **Tujuan**

Tujuan dari kegiatan ini untuk mengedukasi dan memberikan pengetahuan dan bimbingan kepada remaja agar dapat menyadari pengaruh baik maupun buruknya media sosial untuk Kesehatan mental maupun fisik

### **Manfaat**

Diharapkan kegiatan ini memahami Kembali tentang pengaruh media sosial terhadap kehidupannya.

### **Pelaksanaan Kegiatan**

Berdasarkan rumusan masalah diatas pemecahan masalah yang dapat di berikan yaitu :

#### **1. Persiapan Program**

Persiapan dilakukan sebelum program secara langsung dilaksanakan. Semua keperluan yang akan digunakan harus dipersiapkan, seperti menentukan lokasi yang akan digunakan, mendapatkan izin, dan menyiapkan administrasi.

#### **2. Penyuluhan dan pendampingan tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu**

Salah satu pilihan pemecahan masalah adalah kegiatan edukasi, yang memberikan informasi secara kognitif Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu.

### 3. Pembuatan Laporan

Setelah program kegiatan ini selesai, proses pembuatan laporan dilakukan untuk melaporkan semua tindakan yang telah dilakukan.

## Hasil

### Kegiatan

Kegiatan persiapan pertama yang dilakukan adalah penentuan lokasi kegiatan pengabdian masyarakat Edukasi tentang tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SMP Xaverius 02 Palembang. Setelah penentuan lokasi kegiatan, dilakukan peninjauan kesediaan pelaksanaan kegiatan dengan pengiriman surat permohonan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang ditujukan kepada Kepala Sekolah. Berdasarkan surat tersebut, Kepala Sekolah memberikan ijin untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di sekolah tersebut pada tanggal 01 Maret 2024. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat Penyuluhan tentang tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu telah dilaksanakan pada Pada 01 Maret 2024, Pukul 09.00-11.00 WIB. Kegiatan ini diikuti siswa SMP Xaverius 02 Palembang. Secara umum kegiatan Edukasi ini dilaksanakan dengan metode ceramah tentang tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu.



Gambar 1. Proses edukasi tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu di SMP Xaverius 02 Palembang

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang tentang Sejauh Mana Media Sosial Mengubahmu dapat disimpulkan : Melalui kegiatan sosialisasi, adik-adik telah meningkatkan kesadaran mereka tentang pentingnya penggunaan yang bijaksana dan sehat terhadap gadget. Mereka mulai memahami dampak negatif yang mungkin timbul akibat penggunaan gadget yang berlebihan. Adik-adik telah diberikan pemahaman yang lebih baik tentang risiko yang terkait dengan penggunaan gadget, seperti gangguan tidur, penurunan konsentrasi, dan risiko kesehatan mental dan fisik lainnya. Melalui edukasi yang diberikan, diharapkan adik-adik dapat mulai membentuk kebiasaan sehat dalam penggunaan gadget, seperti mengatur waktu layar, menghindari konten yang tidak pantas, dan melakukan aktivitas fisik yang seimbang.

Sosialisasi yang kami berikan ini juga menyoroti peran penting orang tua dan sekolah dalam mengawasi dan membimbing adik-adik dalam penggunaan gadget. Kerjasama antara orang tua dan sekolah diharapkan dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung bagi anak-anak dalam mengelola penggunaan gadget mereka. Meskipun ada tantangan dalam mengubah kebiasaan penggunaan gadget yang tidak sehat, sosialisasi ini juga membuka peluang untuk berdialog lebih lanjut dan terus memberikan edukasi kepada adik-adik tentang penggunaan gadget yang bijaksana. Dengan demikian, kegiatan sosialisasi ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membentuk pola pikir dan perilaku yang lebih positif terkait dengan penggunaan gadget di kalangan anak-anak SMP.

Dari hasil pengabdian masyarakat ini dapat menyimpulkan bahwa kegiatan berjalan dengan lancar dan berhasil dilakukan. kegiatan ini pula mendapatkan respon baik dari pihak sekolah ataupun para siswa

dan siswi SMP Xaverius 02 Palembang.

## Ucapan Terima Kasih

Terimakasih penulis ucapkan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan dan penyusunan laporan pengabdian kepada Masyarakat ini. Semoga laporan ini bermanfaat bagi seluruh pembaca.

## Referensi

- Ainiyah, N. (2018). Media Sosial Sebagai Media Informasi. *Jppi*, 2(April), 221–236.
- Doni, F. R. (2017). Perilaku Penggunaan Media Sosial Pada Kalangan Remaja. *Indonesian Journal on Software Engineering*, 3(2), 15–23. <https://www.neliti.com/publications/490759/perilaku-penggunaan-media-sosial-pada-kalangan-remaja>
- Elwani, R. S., & Kurniawan, F. (2020). Pemanfaatan Media Sosial Dalam Pemasaran Sosial Bagi Remaja. *Jurnal Komunikasi*, 12(1), 64. <https://doi.org/10.24912/jk.v12i1.6654>
- Ferlitasari, R., Suhandi, & Rosana, E. (2020). Pengaruh media sosial istagram terhadap prilaku keagamaan remaja. *Sosio Religia: Jurnal Sosiologi Islam*, 01(02), 2–3.
- Gani, A. G. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja. *Jurnal Mitra Manajemen*, 7(2), 32–42.
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237–248. <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/384>
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Mauliya, A. (2019). Perkembangan Kognitif pada Peserta Didik SMP (Sekolah Menengah Pertama) Menurut Jean Piaget. *ScienceEdu*, II(2), 86. <https://doi.org/10.19184/se.v2i2.15059>
- Mulyono, F. (2021). Dampak Media Sosial bagi Remaja. *Jurnal Simki Economic*, 4(1), 57–65. <https://doi.org/10.29407/jse.v4i1.66>
- Muna, R. F., & Astuti, T. P. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir. *Jurnal EMPATI*, 3(4), 481–491. <https://doi.org/10.14710/empati.2014.7610>
- Nurriszka, A. F. (2016). Peran Media Sosial di Era Globalisasi Pada Remaja di Surakarta Suatu Kajian Teoritis dan Praktis Terhadap Remaja dalam Perspektif Perubahan Sosial. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 5(1), 28–37.
- Pratama, B. A., & Sari, D. S. (2020). Dampak Sosial Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Berupa Sikap Apatitis di SMP Kabupaten Sukoharjo. *Gaster*, 18(1), 65. <https://doi.org/10.30787/gaster.v18i1.487>
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja | Jurnal Edukasimu. *Edukasimu.Org*, 1(3), 1–9. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/49>
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Rubiyati, Asrori, M., & Wicaksono, L. (2018). Pengaruh Pemanfaatan Media Sosial Instagram Terhadap Kreativitas Belajar Pada Remaja Kelas Vii. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 7(5), 1–8.
- Sakti, B. C., & Yulianto, M. (2018). Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja. *Interaksi-Online*, 6(4), 1–12. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/download/21950/20197>
- Sihotang, N., Yusuf, A. M., & Daharnis, D. (2013). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Pencapaian Tugas Perkembangan Remaja Awal dalam Aspek Kemandirian Emosional (Studi Eksperimen di SMP Frater Padang). *Konselor*, 2(4), 1412–9760.

- Supriadi, D., Yudiernawati, A., & Rosdiana, Y. (2017). Hubungan kecerdasan emosional dengan perkembangan sosial pada remaja di SMP Wahid Hasyid, Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3), 332–342.