

Sosialisasi dan Pendampingan Internet Sehat dan Aman Untuk Remaja

Healthy and Safe Internet Socialization and Assistance For Teenagers

Eki Aryadi, Muasir Pagan

Program Studi Ilmu Sistem Informasi Universitas Nurul Hasanah Kutacane

Email : thefrenk175@gmail.com , muasirpagan@gmail.com

Article History:

Received: February 29, 2024

Accepted: March 04, 2024

Published: March 30, 2024

Keywords: Socialization,
Healthy and Safe Internet,
Teenagers

Abstract *The internet has flaws that hurt humanity. This is more due to the way information is presented on the Internet which is too free. This allows kids to see and read all kinds of things they don't have time to see and read. On the one hand, the Internet can be a threat to the younger generation, on the other hand, the Internet is also a new way to expand knowledge and increase individual potential and abilities as successors of the country. Community Service Activities (PKM) Socialization and Assistance for Healthy and Safe Internet for Teenagers at the Nurul Hasanah Health Vocational School was held on 5-10 February 2024 with a total of 30 participants. Socialization was provided by the community service team regarding the definition of the internet, internet functions, positive and negative aspects of the internet, understanding Healthy and Safe Internet (INSAN), and so on. The extension participants seemed enthusiastic about the materials presented by the resource persons and were able to be actively involved, so this extension activity took place in a two-way system and many participants asked questions. The presentation of the extension material was followed by discussion, ice-breaking, and distribution of door prizes to participants who were active during the discussion activities.*

Abstrak

Internet mempunyai kekurangan yang berdampak negatif terhadap kemanusiaan. Hal ini lebih disebabkan oleh cara penyajian informasi di Internet yang terlalu gratis. Hal ini memungkinkan anak-anak melihat dan membaca segala macam hal yang mereka tidak punya waktu untuk melihat dan membaca. Di satu sisi, Internet dapat menjadi ancaman bagi generasi muda, di sisi lain Internet juga merupakan cara baru untuk memperluas pengetahuan dan meningkatkan potensi dan kemampuan individu sebagai penerus negara. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja SMKS Kesehatan Nurul Hasanah dilaksanakan pada tanggal 5-10 Februari 2024 berjumlah 30 peserta. Sosialisasi diberikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat mengenai definisi internet, fungsi internet, aspek positif dan negatif dari internet, memahami Internet Sehat Dan Aman (INSAN), dan lain-lain. Peserta penyuluhan terlihat antusias akan materi-materi yang disampaikan oleh narasumber dan mampu terlibat secara aktif, sehingga kegiatan penyuluhan ini berlangsung dengan sistem dua arah dan banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan. Pemaparan materi penyuluhan diikuti dengan diskusi, ice breaking, dan pembagian doorprize kepada para peserta yang aktif selama kegiatan diskusi.

Kata Kunci : Sosialisasi, Internet Sehat Dan Aman, Remaja

PENDAHULUAN

Kini tidak ada lagi perbedaan antara dunia nyata dan dunia maya. Bagaimana mungkin, semua yang dilakukan di dunia nyata bisa dilakukan di dunia maya. Kita bisa belajar, bermain, berbisnis, bekerja, bersosialisasi bahkan menghibur di dunia maya. Menurut WeAreSocial.Com pada Agustus 2017, jumlah pengguna Internet global telah mencapai 3,8 miliar, atau mencakup 51% dari total populasi dunia. Indonesia memiliki 32,3 juta pengguna internet setidaknya pada tahun 2016, menurut catatan Asosiasi Pengguna Internet Indonesia.

*Eki Aryadi, thefrenk175@gmail.com

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Sebanyak 40% masyarakatnya adalah pengguna media sosial (Tetra Pak Index, 2017).

Internet merupakan singkatan dari Interconnected Networking yang jika dijelaskan dalam bahasa Indonesia berarti serangkaian komputer yang terhubung dalam beberapa jaringan. Internet merupakan hasil kompleksitas dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi manusia.

Perkembangan teknologi berdampak pada kehidupan kita secara umum. Ada yang memberikan dampak positif dan ada pula yang memberikan dampak negatif. Dampak positif dari layanan internet ini adalah akses terhadap informasi yang cepat, tepat, akurat, efisien, efektif dan murah untuk menunjang proses pembelajaran. Sementara dampak negatifnya adalah kemunduran (pengurangan) kehidupan, seperti munculnya perilaku seksual bebas di kalangan remaja bahkan anak di bawah umur, munculnya kejahatan internet, dan penodaan agama di Internet.

Internet mempunyai kekurangan yang berdampak negatif terhadap kemanusiaan. Hal ini lebih disebabkan oleh cara penyajian informasi di Internet yang terlalu gratis. Hal ini memungkinkan anak-anak melihat dan membaca segala macam hal yang mereka tidak punya waktu untuk melihat dan membaca. Di satu sisi, Internet dapat menjadi ancaman bagi generasi muda, di sisi lain Internet juga merupakan cara baru untuk memperluas pengetahuan dan meningkatkan potensi dan kemampuan individu sebagai penerus negara.

Adapun pengaruh negatif dari internet yang sudah sering ditemukan di berbagai media, berupa gambar dan video porno yang dapat merusak kemampuan kognitif penggunanya, penipuan, perjudian, pelecehan secara online, pencemaran nama baik dan berita bohong (hoaks). Selain situs-situs berbahaya, penggunaan media sosial melalui internet juga memunculkan dampak negatif, salah satu contohnya yaitu cyberbullying. Cyberbullying atau perundungan dunia maya umumnya terjadi kepada anak-anak dan remaja. Bahkan cybercrime atau kejahatan dunia maya sudah sampai peretasan situs-situs penting dalam negeri. Cyberbullying merupakan kasus yang kerap dimejajaukan. Cyberbullying merupakan suatu kegiatan perundungan yang menggunakan internet sebagai media kegiatan. Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP) dan Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik merupakan kebijakan hukum pidana yang saat ini teridentifikasi di Indonesia dalam upaya penanggulangan cyberbullying.

Internet yang sehat adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan aktivitas yang dilakukan dengan menggunakan internet yang mempunyai nilai positif bagi penggunanya dan orang lain. Internet sehat merupakan upaya atau ajakan kepada masyarakat pengguna internet

untuk memanfaatkan internet untuk hal-hal yang positif. Internet Sehat dan Aman (INSAN) adalah inisiatif pemerintah Indonesia yang diprakarsai oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) RI untuk memungkinkan masyarakat menggunakan internet secara sehat dan aman dengan melibatkan seluruh lapisan masyarakat dalam mempelajari etika internet yang sehat.

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Sofia & Adiyanti, 2013)

Menurut tahap perkembangan, masa remaja dibagi menjadi tiga tahap (Putra, 2013) yaitu : a. Masa remaja awal (12-15 tahun), dengan ciri khas antara lain: 1) Lebih dekat dengan teman sebaya 2) Ingin bebas 3) Lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir abstrak b. Masa remaja tengah (15-18 tahun), dengan ciri khas antara lain: 1) Mencari identitas diri 2) Timbulnya keinginan untuk kencan 3) Mempunyai rasa cinta yang mendalam 4) Mengembangkan kemampuan berpikir abstrak 5) Berkhayal tentang aktivitasseks c. Masa remaja akhir (18-21 tahun), dengan ciri khas antara lain 1) Pengungkapan identitas diri 2) Lebih selektif dalam mencari teman sebaya 3) Mempunyai citra jasmani dirinya 4) Dapat mewujudkan rasa cinta 5) Mampu berpikir abstrak

METODE

Metode pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja ” terdiri dari :

- a. Sosialisasi, pada kegiatan pelaksanaan “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja ” ini dilakukan dengan orientasi mengkoordinasikan kepada Kepala SMKS Kesehatan Nurul Hasanah, serta remaja SMKS Kesehatan Nurul Hasanah dan menentukan jadwal kegiatan agar berjalan lancar. Koordinasi ini dilakukan untuk kesepakatan kegiatan yang melibatkan remaja di SMKS Kesehatan Nurul Hasanah. Alat dan bahan yang harus disiapkan adalah monitor LCD, laptop, leaflet/brosur, kertas, pulpen, doorprize.
- b. Desiminasi ilmu, pada kegiatan pelaksanaan “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja ” ini desiminasi ilmu yang diberikan tentang internet sehat dan aman.

- c. Demonstrasi, pada kegiatan pelaksanaan “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja ” demonstrasi penggunaan tentang internet sehat dan aman.
- d. Pelaksanaan, pada kegiatan “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja ” dimulai dari sosialisasi, diskusi, ice breaking , dan pembagian doorprize kepada para peserta pengabdian kepada masyarakat.
- e. Monitoring dan evaluasi berkelanjutan, pada kegiatan “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja ”

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) “Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja .” Di tinjau dari metode yang telah diimplementasikan antara lain:

- a. Sosialisasi

Sosialisasi kegiatan pelaksanaan Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja dalam rangka mensosialisasi kegiatan yang dilakukan. Pertemuan ini dilaksanakan dengan mempresentasikan kepada pihak mitra SMKS Kesehatan Nurul Hasanah yang dihadiri oleh Kepala SMKS Kesehatan Nurul Hasanah,

- b. Desiminasi Ilmu, pada kegiatan ini tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) melakukan desiminasi ilmu kepada para peserta tentang :

- Defenisi Internet
- Fungsi internet
- Aspek positif dan negatif dari Internet
- Berbagai risiko dan bahaya Internet
- Memahami Internet Sehat dan Aman (INSAN)
- Latar belakang terbentuknya Internet untuk Kesehatan dan Keselamatan (INSAN)
- tujuan dan pentingnya internet untuk kesehatan dan keselamatan (INSAN) bagi masyarakat dan pelajar.
- Upaya pemerintah untuk menerapkan Internet yang sehat dan aman (INSAN)
- Informasi dan metode penggunaan Internet yang sehat dan aman.

Remaja yang terdiri dari pemuda dan pemudi di SMKS Kesehatan Nurul Hasanah masih memiliki pemahaman yang rendah tentang internet sehat dan aman, hal ini tercermin dari persepsi narasumber, lebih dari separuh remaja tidak mengetahui apa itu internet sehat dan aman, dan baru mengetahui internet sehat dan aman setelah mendapatkan penjelasan

narasumber. Narasumber membagikan leaflet/brosur sebagai pedoman bagi para peserta dimana pada leaflet/brosur terdapat materi mengenai internet sehat dan aman.

Pemerintah memang sudah berusaha bertindak tegas terhadap konten pornografi di internet. Disebutkan bahwa pemblokiran konten pornografi ini sudah memiliki payung hukum yang cukup kuat yakni:

1. Undang-Undang No 44/2008 tentang Pornografi,
 2. UU ITE Nomor 11 Tahun 2008 UU, dan
 3. UU Telekomunikasi Nomor 36 Tahun 1999
- c. Demonstrasi, pada kegiatan ini para peserta mengikuti panduan yang disampaikan oleh tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengenai penggunaan internet sehat dan aman.
- d. Pelaksanaan, sosialisasi dan pendampingan Internet yang sehat dan aman bagi remaja memberikan pengetahuan tentang hal positif dan negatif tentang Internet, mengenai penggunaan Internet yang sehat dan aman (INSAN), prinsip dasar penggunaan Internet dan etika berinternet (*cyber ethics*). Pengetahuan ini memberikan remaja informasi tentang pentingnya penggunaan Internet secara aktif. Selain itu, remaja mendapatkan pengetahuan dan keterampilan tentang menghindari kejahatan dunia maya. Pemahaman terhadap keterampilan tersebut akan membekali remaja dengan sarana dan kemampuan untuk menghindari kejahatan dunia maya, sehingga terhindar dari cyberbullying dan kejahatan dunia maya. Diharapkan generasi muda dapat menggunakan Internet secara aktif, sehat, aman, dan beretika.

Dalam sosialisasi juga disampaikan 12 tips berkomputer sehat yang berdampak pada kesehatan jasmani, yaitu : Gunakan kursi yang secara dinamis dapat diatur tinggi rendahnya dan sandaran punggungnya, Posisi monitor paling atas setidaknya tingginya 5-8 cm diatas arah pandang mata. Untuk menghindari efek silau dari layar monitor bisa digunakan filter atau pelindung anti silau. Duduk dengan jarak sekitar satu rentangan tangan dari monitor. Kaki harus dapat menjejak pada lantai atau pada pijakan kaki yang stabil. Jika menggunakan alat pemegang / penjepit dokumen yang tingginya sama dengan layar monitor. Antara siku dan pergelangan tangan sejajar dan lurus saat menggunakan keyboard/mouse. Lengan dan siku berada dalam posisi santai dekat dengan tubuh. Monitor dan keyboard posisikan di tengah dihadapan mata. Gunakan alas kerja atau meja yang stabil dan tidak goyah. Sesekali lakukan istirahat pendek dengan berdiri, peregangan dan melihat ke arah lain. Tips-tips tersebut sangat penting untuk diketahui dan dilakukan para remaja karena banyak yang menggunakan komputer, laptop atau handphone dengan cara yang

Sosialisasi dan Pendampingan Internet Sehat dan Aman Untuk Remaja

tidak benar, misalnya : sambil tidur, sambil duduk dengan jarak yang terlalu dekat, dan lain sebagainya sehingga dapat menyebabkan terganggunya kesehatan jasmani. Apalagi bila mengakses dalam jangka waktu yang lama, sehingga dapat mengganggu kesehatan mata, punggung, dll.

- e. Monitoring dan evaluasi berkelanjutan, pada kegiatan ini dengan melakukan pengecekan dilakukan oleh Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Universitas Nurul Hasanah Kutacane dengan tujuan untuk memastikan bahwa telah dilaksanakan Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja . Adapun hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini berjalan dengan baik.



Gambar : Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilakukan dirasa sangat dibutuhkan. Hal ini terlihat dari para peserta kegiatan sangat antusias mengikuti pengabdian kepada masyarakat Sosialisasi Dan Pendampingan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja .

Remaja SMKS Kesehatan Nurul Hasanah sudah memahami tentang :

- Defenisi Internet
- Fungsi internet
- Aspek positif dan negatif dari Internet
- Berbagai risiko dan bahaya Internet
- Memahami Internet Sehat dan Aman (INSAN)
- Latar belakang terbentuknya Internet untuk Kesehatan dan Keselamatan (INSAN)
- Tujuan dan pentingnya internet untuk kesehatan dan keselamatan (INSAN) bagi masyarakat dan pelajar.
- Upaya pemerintah untuk menerapkan Internet yang sehat dan aman (INSAN)
- Informasi dan metode penggunaan Internet yang sehat dan aman.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada Kepala SMKS Kesehatan Nurul Hasanah yang telah memberikan waktu dan tempat serta mendukung penuh kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik serta para remaja di SMKS Kesehatan Nurul Hasanah yang bersedia mengikuti Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Nasution, D., Rahayu, E., & Rohminatin, R. (2019). Internet Sehat Dan Aman (Insan). *Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Royal*, 2(2), 179–182.
- 2) T, F. C. S. A., Soponyono, E., Endah, A. M., Astuti, S., Studi, P., Ilmu, S., Hukum, F., & Diponegoro, U. (2016). Kebijakan Hukum Pidana Dalam Upaya Penanggulangan Cyberbullying Dalam Upaya Pembaharuan Hukum Pidana. *Diponegoro Law Review*, 5(3), 1–21.
- 3) Adiyanti, M. G., & Sofia, A. (2013). Hubungan Pola Asuh Otoritatif Orang Tua Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Moral.