

**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**SEMINAR BAGI SISWA/I SMA ST.THERESIA JAKARTA**  
**“BIJAK DALAM PENGGUNAAN *GADGET* & MEDIA SOSIAL”**

**BAB I**  
**PENDAHULUAN**

Penggunaan *gadget* (gawai) merupakan sebuah kebutuhan utama di masyarakat pada saat ini. Terlebih dalam pandemi *Covid-19* ini, penggunaan gawai semakin menjadi tuntutan yang tidak terhindari lagi untuk melaksanakan tugas sekolah dan pekerjaan sehari-hari. Dari penggunaan gawai ini juga muncul pula kebutuhan akan aktualisasi menyiarkan aktivitas maupun pencapaian melalui media sosial. Media sosial juga berfungsi sebagai sarana untuk mengembangkan diri dan berkomunikasi dengan jejaring sosial yang lebih luas.

Terkait dengan kebutuhan untuk mendapatkan pengakuan sosial dan aktualisasi ini, masa perkembangan remaja merupakan salah satu periode terpenting untuk mencari dan mengembangkan identitas diri. Masa remaja merupakan masa untuk mengeksplor berbagai informasi dan menemukan panutan yang tepat bagi mereka untuk menentukan akan menjadi seperti apa di masa depan. Dalam era teknologi saat ini, para remaja dengan mudah menemukan berbagai informasi melalui media sosial. Mereka mengasah keterampilan sosialnya, mencari *role model* dan juga memperluas jejaring sosialnya.

Di satu sisi, media sosial dan gawai membantu para remaja ini untuk mencari sebanyak mungkin informasi dan pengetahuan yang berguna bagi pengembangan diri. Di sisi lain, gawai dan media sosial dapat memberikan pengaruh yang negatif seperti tayangan pornografi, isu-isu rasialisme, kekerasan/agresivitas, isu kebencian, dan lain-lain. Pengaruh negatif ini dapat mempengaruhi pola pikir, perasaan dan perilaku remaja yang mengarah pada berbagai masalah sosial seperti masalah *bullying*, adiksi permainan daring, adiksi pornografi, masalah kekerasan/*shaming*, dan lain-lain.

Untuk mencegah dampak negatif pada remaja, sekolah SMA St.Theresia merasa perlu untuk memberikan psikoedukasi bagi para siswa/innya agar lebih bijak dalam menggunakan gawai dan media sosial. Psikoedukasi berupa seminar daring ini diharapkan mampu menjelaskan berbagai kemungkinan dan dampak yang dimiliki gawai media sosial dan mereka mampu mengatasi dan mencegah dampak yang lebih berisiko di masa mendatang.

## **BAB II**

### **METODE PELAKSANAAN**

Psikoedukasi ini diberikan dalam bentuk seminar daring melalui media daring ZOOM pada hari Jumat tanggal 11 Desember 2020 pukul 07.30-09.30 WIB. Seminar ini diikuti oleh siswa/i SMA St. Theresia kelas X-XII.

## **BAB III**

### **HASIL PKM**

Seminar ini berjalan dengan lancar tanpa ada gangguan jaringan internet. 5 siswa/i mengajukan pertanyaan yang bagus dan mewakili teman-temannya seputar tema seminar yang telah diajukan pihak sekolah. Para siswa/i juga sangat kooperatif dan interaktif selama pelaksanaan seminar. Hasil evaluasi umpan balik seminar juga menunjukkan atensi dan motivasi mereka baik selama pelaksanaan seminar ini.

## **BAB IV**

### **KESIMPULAN**

Kegiatan ini berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan. Tanggapan para siswa/i, guru dan kepala sekolah juga sangat positif. Pembahasan materi seminar ini sesuai dan mampu dipahami dengan mudah sehingga diharapkan mampu membekali para siswa/i dalam menghadapi berbagai tantangan dan dampak penggunaan gawai dan media sosial.

## **BAB V**

### **DAFTAR PUSTAKA**

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-5)*. 5<sup>th</sup> ed. Washington : American Psychiatric Publishing.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2016). Experience Human Development (13th ed., h. 385-394). McGraw Hill Education. <https://doi.org/10.1093/brain/awn110>