



PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PEMANFAATAN SOSIAL MEDIA YANG BAIK BAGI REMAJA

Inge Anggi Anggarini¹, Rezah Andriani², Dhea Fransisca Putri³

^{1,2,3} Prodi D III Kebidanan IKesT Muhammadiyah Palembang

Email: anggiinge@gmail.com, ahsanalmaisan@gmail.com, dheafp@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berjudul pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan sosial media yang baik pada remaja. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman remaja bagaimana cara memanfaatkan media sosial yang baik sehingga remaja dapat melakukan interaksi positif di media sosial dan dapat memperhatikan etika dalam berinteraksi. Hal ini sangat penting agar segala aktivitas remaja di media sosial tidak berdampak buruk dalam kehidupan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan September-Oktober 2021 di IKesT Muhammadiyah Palembang dengan jumlah 57 responden. Selama periode 2 bulan tersebut akan dilakukan beberapa tahapan persiapan dan berkoordinasi dengan pihak terkait dan melakukan pendidikan kesehatan kepada mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang. Hasil kegiatan ini remaja sangat antusias mengikuti kegiatan dan dari evaluasi secara lisan yang dilakukan langsung pada remaja menunjukkan bahwa mahasiswa memahami bagaimana pentingnya memanfaatkan media sosial secara positif. Kesimpulan bahwa adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang pemanfaatan media sosial secara positif.

Kata kunci : Pendidikan Kesehatan, Sosial Media, Remaja

HEALTH EDUCATION ON THE GOOD USE OF SOCIAL MEDIA FOR YOUTH

Abstract

The community service activities carried out were entitled health education about the good use of social media in adolescents. The purpose of this activity is to increase teenagers' understanding of how to use social media properly so that teenagers can have positive interactions on social media and can pay attention to ethics in interacting. This is very important so that all youth activities on social media do not have a negative impact on life, either directly or indirectly. This activity was carried out in September-October 2021 at IKesT Muhammadiyah Palembang with a total of 57 respondents. During the 2-month period, several stages of preparation and coordination with related parties will be carried out and conduct health education for IKesT Muhammadiyah Palembang students. The results of this activity were teenagers were very enthusiastic about participating in the activity and from the verbal evaluation carried out directly on the youth, it showed that students understood how important it was to use social media in a positive way. The conclusion is that there is an increase in adolescent knowledge about the use of social media in a positive way.

Key words : Health education, Social media, Youth

PENDAHULUAN

Zaman saat ini serba teknologi, sosial media menjadi kebutuhan penting bagi banyak orang. Tak jarang kita selalu terhubung dengan dunia luar melalui media sosial. Hubungan

beragam yang dibangun dengan orang yang sudah dikenal, kerabat, relasi, ataupun pihak-pihak yang belum kita kenal dan baru diketahui lewat dunia maya (Gelgel,2017).

Menurut Hermawan dalam Gelgel (2017), adanya penggunaan internet melalui media sosial, telah menghadirkan sebuah web forum yang dapat membentuk suatu komunitas online. Layaknya forum diskusi, sebuah web forum dapat juga menampung ide, pendapat, dan segala informasi dari para anggotanya sehingga dapat saling berkomunikasi atau bertukar pikiran antara satu sama lainnya. Sebuah forum online biasanya hanya memiliki suatu pokok bahasan tertentu, tetapi tidak menutup kemungkinan dapat meluas hingga ke berbagai bidang.

Perkembangan yang sangat pesat terhadap media sosial akhir-akhir ini dapat menjadi topic hangat untuk dibahas karena banyak orang yang memakai media sosial namun mereka kurang memahami media sosial itu sendiri. Media sosial teknologi mengambil berbagai bentuk termasuk majalah, forum internet, weblog, blog sosial, *microblogging*, wiki, *podcast*, foto atau gambar, video, peringkat dan *bookmark* sosial (Raharja,2019).

Media sosial beragam mulai bermunculan dan menjadi pilihan masyarakat, seperti facebook, twitter, instagram, path dan masih banyak lainnya. Interaksi yang dilakukan dalam media sosial, haruslah memperhatikan etika dalam berinteraksi. Hal ini sangat penting agar segala aktivitas kita di media sosial tidak berdampak buruk dalam kehidupan kita, baik secara langsung maupun tidak langsung (Putri dkk,2016).

Kalangan remaja yang mempunyai media sosial biasanya memposting tentang kegiatan pribadinya, curhatannya, serta foto-foto bersama teman. Dalam media sosial siapapun dapat dengan bebas berkomentar serta menyalurkan pendapatnya tanpa rasa khawatir. Hal ini disebabkan karena dalam internet khususnya media sosial sangat mudah memalsukan jati diri atau melakukan kejahatan. Padahal dalam perkembangannya di sekolah, remaja berusaha mencari identitasnya dengan bergaul bersama teman sebayanya. Namun saat ini seringkali remaja beranggapan bahwa semakin aktif dirinya di media sosial maka mereka akan semakin dianggap keren dan gaul. Sedangkan remaja yang tidak mempunyai media sosial biasanya dianggap kuno atau ketinggalan jaman dan kurang bergaul (Maulinda dkk,2016)

Saat ini teknologi internet dan mobile phone makin maju maka media sosial pun ikut tumbuh dengan pesat. Kaum remaja saat ini sangat ketergantungan terhadap media sosial. Mereka begitu identik dengan smartphone yang hampir 24 jam berada di tangan dan sangat sibuk berselancar di dunia online yang seakan tidak pernah berhenti. Apalagi kini untuk mengakses facebook atau twitter misalnya, bisa dilakukan dimana saja dan kapan saja hanya

dengan menggunakan sebuah mobile phone. Demikian cepatnya orang bisa mengakses media sosial mengakibatkan terjadinya fenomena besar terhadap arus informasi tidak hanya di negara-negara maju, tetapi juga di Indonesia. Karena kecepatannya media sosial juga mulai tampak menggantikan peranan media massa konvensional dalam menyebarkan berita-berita. Melihat hal ini, Sekolah Tinggi Sandi Negara (STSN) bersama Yahoo! melakukan riset mengenai penggunaan internet di kalangan remaja. Hasilnya menunjukkan, kalangan remaja usia 15-19 tahun mendominasi pengguna internet di Indonesia sebanyak 64% (Raharja,2019)

Kalangan remaja yang menjadi hiperaktif di media sosial ini juga sering memposting kegiatan sehari-hari mereka yang seakan menggambarkan gaya hidup mereka yang mencoba mengikuti perkembangan jaman, sehingga mereka dianggap lebih populer di lingkungannya. Namun apa yang mereka posting di media sosial tidak selalu menggambarkan keadaan social life mereka yang sebenarnya. Ketika para remaja tersebut memposting sisi hidupnya yang penuh kesenangan, tidak jarang kenyataannya dalam hidupnya mereka merasa kesepian. Manusia sebagai aktor yang kreatif mampu menciptakan berbagai hal, salah satunya adalah ruang interaksi dunia maya (Putri dkk,2016).

MASALAH

Cara mengakses media sosial pun dinilai masih sangat rendah, di mana kerap kali penggunaannya tidak mengerti etika bagaimana berkomunikasi di media sosial. Padahal penggunaan media sosial yang serampangan dan tidak beretika dapat berdampak luas dan dapat merugikan tidak hanya penggunaannya namun juga masyarakat umum. Bahkan penggunaan media sosial ini dapat berdampak hukum (Raharja,2019).

Sayangnya sebagian besar pengguna internet tidak memahami dampak hukum jika menggunakan media sosial sebagai wadah untuk menuliskan sesuatu yang merugikan pihak lain seperti memfitnah, putarbalikan fakta hingga menyebarkan kabar bohong. Pemerintah sendiri telah mengeluarkan Undang-undang Informasi dan Transaksi Elektronik yang melindungi dan mengatur cara bersosial media. Namun masyarakat banyak yang tidak mengetahui pasal-pasal di UU tersebut. Pasal 27 ayat 3 dalam UU ITE ini sering kali digunakan oleh banyak kalangan melaporkan tulisan dan status di media sosial. Pasal ini menyebutkan “Setiap Orang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan dan/atau mentransmisikan dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan penghinaan dan/atau pencemaran nama baik.”(Maulinda dkk, 2016).

Dari data Nielsen juga diungkapkan bahwa pengguna internet yang mengakses media sosial lebih juga mulai didominasi oleh kalangan usia remaja. Usia remaja yang cenderung rentan ini pada akhirnya mengakses media sosial dengan leluasa tanpa mengetahui rambu-rambu maupun bahaya (Gelgel,2017).

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahap:

a. Perizinan

Perizinan Pendidikan Kesehatan tentang pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan sosialmedia yang baik pada remaja dilakukan setelah menentukan tempat, sasaran penyuluhan yaitu di IKesT Muhammadiyah Palembang melalui zoom meeting mengingat masih ditundanya perkuliahan luring di masa pandemi covid-19 . Perizinan dilakukan kepada pihak IKesT Muhammadiyah Palembang melalui Badan Administrasi Umum dan Kepegawaian yang diteruskan ke pihak LP2MI dan Wakil Rektor 1 Bagian Akademik.

b. Persiapan Kegiatan

Persiapan penyuluhan dimulai dengan memastikan sasaran khususnya dalam hal jumlah peserta.Tempat dan media dipersiapkan sesuai dengan kebutuhan serta antisipasi kemungkinan masalah yang terjadi. Tempat pelaksanaan pendidikan kesehatan adalah zoom meeting di rumah responden masing-masing dan media penyuluhan yang dipersiapkan untuk mempermudah proses pemahaman sasaran sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai secara optimal yaitu berupa leaflet.

c. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pendidikan kesehatan ini dilakukan pada tanggal 22 September 2021 bertempat di zoom meeting . Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi pengisian daftar hadir, pembukaan, penyampaian materi dan pembagian leaflet, diskusi/ Tanya jawab, dan penutup

d. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui efektifitas kegiatan pendidikan kesehatan.Evaluasi dilakukan secara lisan bagaimana pemahaman mahasiswa tentang pemanfaatan sosial media yang baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diadakan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa bagaimana pemanfaatan sosial media yang baik. Dari kegiatan yang telah dilaksanakan, terlihat peserta tampak antusias dalam mengikuti kegiatan. Peserta yang hadir sebanyak 57 mahasiswa TK II Semester III Prodi D III Kebidanan IKesT MP.

Pendidikan kesehatan yang disampaikan meliputi:

1. Pengertian Sosial Media

Sosial media adalah sebuah media untuk bersosialisasi satu sama lain dan dilakukan secara online yang memungkinkan manusia untuk saling berinteraksi tanpa dibatasi ruang dan waktu. Sosial media menghapus batasan-batasan manusia untuk bersosialisasi, batasan ruang maupun waktu, dengan media sosial ini manusia dimungkinkan untuk berkomunikasi satu sama lain dimanapun mereka berada dan kapanpun, tidak peduli seberapa jauh jarak mereka, dan tidak peduli siang atau pun malam (Gelgel, 2017).

Sosial media memiliki dampak besar pada kehidupan remaja saat ini. Seseorang yang awalnya “kecil” bisa seketika menjadi besar dengan Media sosial, begitupun sebaliknya orang “besar” dalam sedetik bisa menjadi “kecil” dengan Media sosial. Apabila kita dapat memanfaatkan media sosial, banyak sekali manfaat yang kita dapat, sebagai media pemasaran, dagang, mencari koneksi, memperluas pertemanan, dll. Tapi apabila kita yang dimanfaatkan oleh Media sosial baik secara langsung ataupun tidak langsung, tidak sedikit pula kerugian yang akan di dapat seperti kecanduan, sulit bergaul di dunia nyata dll) (Maulinda dan Suyatno, 2016)

2. Pemanfaatan Sosial Media yang Baik

Penggunaan media sosial bisa menjadi nilai yang positif jika para penggunanya menggunakan sarana tersebut untuk hal-hal yang bersifat positif misalnya untuk menambah ilmu pengetahuan, untuk sarana komunikasi dan promosi, untuk sarana mengeksplorasi kemampuan diri dan juga sebagai sarana untuk membangun silaturahmi antar sesama pengguna. Tetapi jika penggunaan media sosial ini digunakan untuk hal yang negatif dan tidak produktif akan berdampak kurang baik terhadap tatanan kepribadian pengguna maupun kepada tatanan budaya dasar masyarakat dan lingkungan. Dalam upaya mengurangi permasalahan tersebut maka diperlukanlah suatu etika dalam menggunakan media sosial agar tidak saling menghina ataupun menuduh orang lain tanpa alasan yang jelas. Karena pada dasarnya hal seperti itulah yang nantinya akan terjerat hukum karena kurang hati-hati dalam menyebarkan informasi pada internet

Dalam menggunakan media sosial dampak negatif harus dapat kita hindari dan dampak positif yang harus diberdayakan, mau tidak mau atau suka tidak suka, teknologi informasi media sosial ini sudah hadir dan ada di tengah-tengah masyarakat pengguna, hanya saja bagaimana kita bisa menyiasati dan memanfaatkan untuk kebaikan pengguna dalam memanfaatkan teknologi informasi dalam bermedia sosial (Maulinda dan Suyatno,2016)

Dengan demikian keberadaan teknologi informasi media sosial secara langsung maupun tidak langsung sudah bisa merubah tatanan perilaku budaya, baik perilaku budaya pribadi maupun perilaku budaya masyarakat sekitar.Tetapi yang kita harapkan jangan sampai pengaruh teknologi informasi media sosial ini berpengaruh secara fundamental terhadap perilaku budaya masyarakat yang mana Indonesia dikenal dengan budaya adat ketimuran yang menjunjung nilai-nilai sopan santun dan saling menghormati serta perpedoman pada kaidah-kaidah keagamaan (Putri dkk,2016).

Pada kalangan remaja menjalin hubungan erat dan harmonis dengan teman sebaya sangatlah penting pada masa remaja.Pengaruh teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku lebih besar daripada pengaruh keluarga.Demikian halnya dengan media sosial, salah satu contohnya didapat dari jejaring sosial yang diperoleh remaja melalui teman sebaya dapat mempengaruhi pola penggunaan jejaring sosial oleh remaja.Banyaknya fitur-fitur menarik dalam jejaring sosial/media sosial membuat mereka cenderung malas dan kecanduan.Keadaan tersebut membuat mereka banyak waktu yang terbuang dan aktivitas yang terganggu, seperti sekolah, belajar, makan, tidur, bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan membantu orang tua.Karena anak tersebut terlalu lelah dengan kesenangan dalam jejaring/media sosial tersebut. Selain dampak negatif, media/jejaring sosial juga memiliki manfaat yang dapat dirasakan oleh penggunanya (Raharja,2019)



Gambar 1 Pemberian Materi

KESIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan mahasiswa terkait tentang bagaimana cara memanfaatkan sosial media yang baik sehingga memberikan efek yang positif baik untuk perkuliahan maupun hidup di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada rector IKesTMuhammadiyah Palembang beserta jajarannya, LP2MI IKesTMuhammadiyah Palembang, Program studi DIII Kebidanan IKesTMuhammadiyah Palembang yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- Gelgel, N. M. R. A. (2017). Pengenalan Beretika Komunikasi Dalam Sosial Media di Kalangan Remaja. *Buletin Udayana Mengabdi*, 219-224.
- Maulinda, R., & Suyatno, S. (2016). Etika Komunikasi Dalam Menggunakan Media Sosial (Instagram). *Proceedings Universitas Pamulang*, 1(1).
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1).
- Raharja, I. F. (2019). Bijak Menggunakan Media Sosial Di Kalangan Pelajar Menurut Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik. *Jurnal Selat*, 6(2), 235-24