



**UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**  
**FAKULTAS ILMU KOMPUTER**

Kampus I: Jl. Harsono RM No. 67, Ragunan, Pasar Minggu, Jakarta Selatan, 12550  
Telepon: (021) 27808121 – 27808882  
Kampus II: Jl. Raya Perjuangan, Marga Mulya, Bekasi Utara, Jawa Barat, 17142  
Telepon: (021) 88955882, Fax.: (021) 88955871  
Web: [fasilkom.ubharajaya.ac.id](http://fasilkom.ubharajaya.ac.id), E-mail: [fasilkom@ubharajaya.ac.id](mailto:fasilkom@ubharajaya.ac.id)

**SURAT TUGAS**

Nomor: ST/318/V/2025/FASILKOM-UBJ

Pertimbangan : Dalam rangka mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi untuk Dosen di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya maka dihimbau untuk melakukan Penelitian.

Dasar : 1. Undang-Undang No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen;  
2. Permendikbud No. 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi; dan  
3. Kalender Akademik Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Tahun Akademik 2024/2025.

**DITUGASKAN**

Kepada : Personil yang namanya tercantum dalam Surat Tugas ini.

| NO. | NAMA                          | NIDN       | JABATAN                       | KETERANGAN              |
|-----|-------------------------------|------------|-------------------------------|-------------------------|
| 1.  | Muhammad Yasir, S.Si., M.Kom. | 0317129002 | Dosen Tetap Prodi Informatika | Sebagai Penulis Pertama |
| 2.  | Fried Sinlae, S.T., M.Kom.    | 0318039303 | Dosen Tetap Prodi Informatika | Sebagai Penulis Kedua   |

Untuk : 1. Membuat Artikel Ilmiah dengan judul **“Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Internet Sehat bagi Remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung”** pada media Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan, Vol. 3, No. 4, April-Juni 2025, Hal. 969-973.  
2. Melaporkan hasil pelaksanaan kepada Dekan Fakultas Ilmu Komputer Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.  
3. Melaksanakan tugas ini dengan penuh rasa tanggung jawab.

Ditetapkan di : Jakarta

Pada tanggal : 5 Mei 2025

**DEKAN FAKULTAS ILMU KOMPUTER**  
**UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**



**Dr. Robertus Suraji, S.S., M.A.**

**NIP. 1904406**

---

## **SURAT PERNYATAAN**

Nomor: 501/JERKIN/ UP/IV/2025

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zulfah, M.Pd.  
Jabatan : Jurnal Manajer Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan  
Institusi : Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Dengan ini menyatakan bahwa artikel dengan judul **“Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Internet Sehat bagi Remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung”**

Atas nama : Muhammad Yasir<sup>1</sup>, Fried Sinlae<sup>2</sup>  
Institusi : Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Telah melalui proses submit, review, revisi daring penuh serta dipublikasikan pada **Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan Volume 3 Nomor 4 Tahun 2025**. Jurnal Pengabdian Masyarakat telah memenuhi syarat sebagai jurnal terakreditasi Tingkat Nasional dengan angka kredit 15 (E-ISSN: 2961-9890). Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan telah terindeks pada SINTA 5, Google Scholar (Internasional), bielefeld Academic Search Engine (Internasional), Crosref (Internasional), Indonesia One Search (Nasional), Garuda Ristekdikti (Nasional), dan Neliti.com (Nasional).

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangkinang, 30 Maret 2025

Yang membuat pernyataan,



Zulfah, M.Pd.

## Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Internet Sehat bagi Remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung

Muhammad Yasir <sup>1\*</sup>, Fried Sinlae <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Informatika, Fakultas Ilmu Komputer Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Raya Perjuangan No. 81, Bekasi Utara, 17142

E-mail: [muhammad.yasir@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:muhammad.yasir@dsn.ubharajaya.ac.id)

\* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.501>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 24 April 2025

Revised: 30 April 2025

Accepted: 07 May 2025

#### Kata Kunci:

Internet, Metode PAR, Participatory Action Research.

#### Keywords:

Internet, PAR Method, Participatory Action Research.

### ABSTRACT

Perkembangan teknologi digital yang pesat membawa dampak signifikan terhadap pola penggunaan internet di kalangan remaja. Namun, tanpa pemahaman yang memadai mengenai penggunaan internet secara sehat dan bertanggung jawab, kalangan remaja rentan terhadap berbagai risiko seperti paparan konten negatif dan perilaku online yang tidak aman. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat di RW 11 Wanajaya, Cibitung ini bertujuan untuk meningkatkan literasi digital serta kesadaran remaja dalam memanfaatkan teknologi informasi secara positif. Metode yang digunakan adalah pendekatan PAR (*Participatory Action Research*) yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan, penyelesaian masalah praktis dan pengembangan ilmu pengetahuan dan keberagaman di masyarakat. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap positif peserta kegiatan terhadap penggunaan internet sehat serta kemampuan mereka dalam mengidentifikasi risiko berinternet di dunia maya. Program ini memberikan kontribusi penting dalam membentuk budaya digital yang aman dan produktif bagi remaja setempat khususnya di wilayah RW 11 Desa Wanajaya Cibitung.

*The rapid development of digital technology has had a significant impact on the pattern of internet usage among teenagers. However, without an adequate understanding of the healthy and responsible use of the internet, teenagers are vulnerable to various risks such as exposure to negative content and unsafe online behavior. This socialization and training activity on healthy internet usage in RW 11 Wanajaya, Cibitung aims to increase digital literacy and awareness of adolescents in utilizing information technology positively. The method used is the PAR (Participatory Action Research) approach which focuses on meeting needs, solving practical problems and developing science and diversity in society. The results showed an increase in the participants' knowledge and positive attitudes towards healthy internet use as well as their ability to identify risks in cyberspace. This program makes an important contribution in shaping a safe and productive digital culture for local youth, especially in the RW 11 area of Wanajaya Cibitung Village.*



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

**How to Cite:** Muhammad Yasir, et, al (2025). Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Internet Sehat bagi Remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung, 3(4). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.501>

### PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi serta komunikasi telah membawa perubahan yang pesat diberbagai aspek kehidupan dalam dekade ini (Sinlae et al., 2024). Salah satu dampak besarnya terlihat pada penggunaan internet yang kini menjadi kebutuhan utama khususnya di kalangan generasi muda atau remaja (Yasir & Sinlae, 2023). Remaja sebagai kelompok usia produktif sangat akrab dengan media sosial seperti *youtube*, *facebook*, *intstagram*, *tiktok* dan platform digital lainnya yang memanfaatkan

internet untuk belajar, bekerja, berkomunikasi, hingga sekedar mencari hiburan (Putri et al., 2016). Namun demikian, kemudahan akses ini juga membawa risiko tersendiri yang menyebabkan kalangan remaja rentan terhadap paparan konten negatif seperti berita hoax, *cyberbullying*, perjudian *online* dan kejahatan siber lainnya jika tidak disertai dengan pemahaman literasi tentang penggunaan internet secara sehat dan bertanggung jawab (Yasir, 2023). Kondisi tersebut dapat berdampak buruk pada perkembangan psikologis dan sosial remaja jika tidak segera ditangani secara tepat (Anom Susetyo Aji Nugroho et al., 2022).

Berdasarkan pengamatan awal, terdapat indikasi belum adanya kesadaran akan pentingnya penggunaan internet sehat di kalangan remaja setempat khususnya di wilayah RW 11 Wanajaya Cibitung. Banyak dari mereka menggunakan internet tanpa bimbingan atau edukasi formal, mengenai etika bermedia sosial maupun cara melindungi diri dari risiko online. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa sosialisasi dan pelatihan agar mereka mampu mengenali bahaya sekaligus memanfaatkan teknologi secara positif.

Sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat menjadi langkah strategis untuk membekali remaja dengan pengetahuan serta keterampilan praktis dalam menghadapi tantangan dunia maya saat ini. Program edukatif semacam ini juga bertujuan menumbuhkan budaya digital positif sehingga dapat menciptakan lingkungan *online* yang aman dan nyaman bagi semua pengguna khususnya kalangan remaja di wilayah RW 11 Wanajaya Cibitung.

### METODE

Metode yang digunakan pada program pengabdian masyarakat untuk sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat ini dengan pendekatan PAR (*Participatory Action Research*). Fokus pendekatan PAR ini berorientasi kepada 3 elemen yaitu pemenuhan kebutuhan, penyelesaian masalah praktis dan pengembangan ilmu pengetahuan dan keberagaman di masyarakat (Mukrimaa et al., 2016). Adapun tahap pendekatan PAR sebagai berikut (Yasir, 2023) :



**Gambar 1.** Tahapan PAR (Participatory Action Research)

1. *To Know/ Mengetahui*, Tahap ini merupakan proses menjalin komunikasi tahap awal dengan masyarakat untuk mengetahui gambaran keadaan, situasi dan kondisi secara detil dan menyeluruh permasalahan.
2. *To Understand/ Memahami*, Tahap ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan secara sistematis, proses analisa bisa menggunakan alat bantu pendukung agar dapat merumuskan permasalahan lebih terstruktur
3. *To Plan/ Merencanakan*, tahapan ini bertujuan untuk menyusun aksi pemecahan masalah, yaitu membuat perencanaan program kepada masyarakat.
4. *To Act/ Bertindak*, Pada tahap ini merupakan inti dari program kerja yang sudah direncanakan pada tahap sebelumnya, yaitu pelaksanaan program kerja untuk menangani masalah sosial
5. *To Change/ Merubah*, pada tahap ini merupakan evaluasi dan merefleksikan hasil program kepada masyarakat untuk menilai dampak serta efektifitas program kerja yang telah direncanakan.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat yang ditujukan kepada remaja di RW 11 Wanajaya, Cibitung. Pembahasan disusun berdasarkan tahapan *Participatory Action Research* (PAR) yang meliputi: tahap mengetahui (*To Know*), memahami (*To Understand*), merencanakan (*To Plan*), bertindak (*To Act*), serta merubah (*To Change*) sebagai berikut.

### **To Know/ Mengetahui**

Tahap ini merupakan tahap awal menjalin komunikasi dengan masyarakat khususnya Ketua RW 11 Bapak Nuryadi dan jajarannya di Desa Wanajaya Cibitung. Dengan tujuan menjalin silaturahmi dan menyampaikan perencanaan program kerja pengabdian masyarakat di lingkungan tersebut. Proses pendekatan tahap awal ini berfungsi sebagai fondasi dalam memahami konteks sosial sekaligus mengidentifikasi isu-isu utama yang perlu mendapat perhatian dalam program.



**Gambar 2.** Izin Perencanaan Program Abdimas

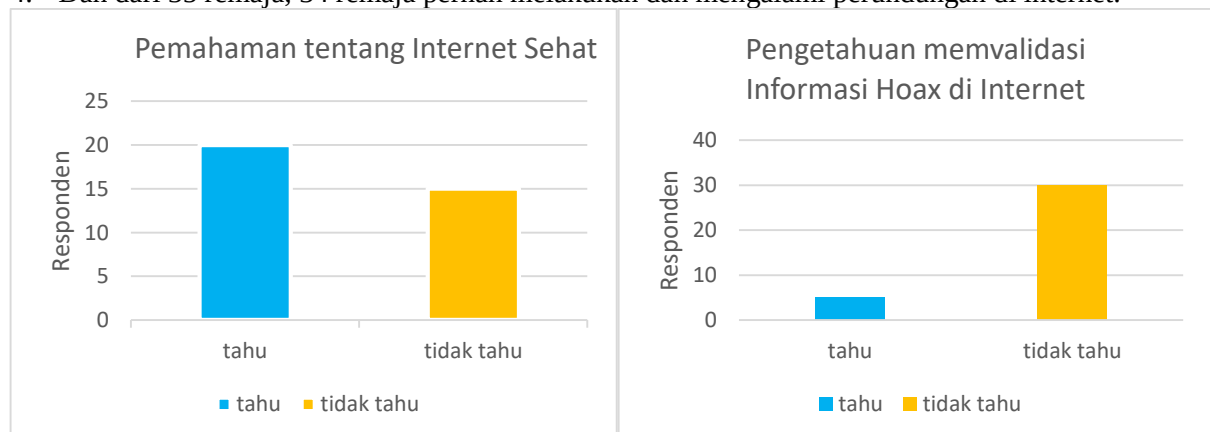
### **To Understand/ Memahami**

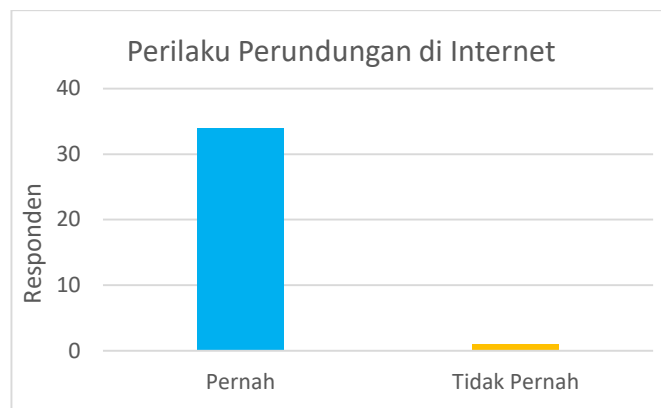
Tahap kedua ini adalah proses identifikasi masalah secara terstruktur, yaitu pendekatan analisis dengan cara melakukan wawancara dan menyebarkan survey pre-test ke 35 orang remaja dalam range usia 13-25 tahun di lingkungan RW 11 Desa Wanajaya Cibitung. Terdapat 3 kategori survey yang dilakukan, yaitu:

1. Pemahaman tentang Internet Sehat
2. Pengetahuan memvalidasi Informasi Hoax di Internet
3. Perilaku perundungan di Internet

Dari ketiga survey pre-test tersebut. Dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masih minimnya pemahaman literasi digital mengenai istilah-istilah di internet sehingga mudah terjerumus melakukan *cyberbullying*, menerima berita *Hoax*, bermain *game online* yang terafiliasi perjudian *online* dll.
2. Belum adanya edukasi terkait pemahaman pembatasan waktu *screen time* diluar keperluan belajar, ini penting agar tidak menimbulkan dampak negatif pada kesehatan fisik dan mental.
3. Belum mengetahui cara memfilter dan mevalidasi informasi yang beredar di internet sehingga menerima mentah-mentah informasi yang di dapatkan
4. Dan dari 35 remaja, 34 remaja pernah melakukan dan mengalami perundungan di internet.





**Gambar 3.** Hasil survey pre-test

### **To Plan/ Merencanakan**

Tahap selanjutnya adalah menyusun rencana aksi berupa program sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat bagi remaja di wilayah RW 11 Wanajaya Cibitung berdasarkan pemahaman mendalam terhadap permasalahan yang telah diidentifikasi. Perencanaan dilakukan secara kolaboratif bersama para pemangku kepentingan termasuk remaja itu sendiri serta warga sekitar agar program relevan dengan kebutuhan. Materi pelatihan dirancang mencakup aspek etika digital, keamanan berinternet, pengelolaan waktu penggunaan media digital secara bijak, identifikasi konten negatif serta pemanfaatan internet sebagai sarana edukatif.

**Tabel 1.** Rencana Pelaksanaan Kegiatan

| Waktu         | Kegiatan                                                                       |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 13.00 – 13.15 | Pembukaan pelaksanaan sosialisasi oleh Ketua RW 11 Wanajaya, Cibitung          |
| 13.15 – 13.30 | Sambutan dari Tokoh Masyarakat RW 11 Wanajaya Cibitung                         |
| 13.30 – 13.45 | Sambutan dari Koordinator Program Sosialisasi Internet Sehat (Fried Sinlae)    |
| 13.45 – 14.00 | Pemaparan Sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat (Muhammad Yasir) |
| 14.00 - 14.15 | Diskusi dan Tanya Jawab                                                        |
| 14.15 - 14.30 | Doa dan penutup                                                                |

### **To Act/ Bertindak**

Pada tahap merupakan acara inti dari rencana kerja yang telah disusun sebelumnya, melalui kegiatan sosialisasi dan pelatihan langsung kepada kelompok sasaran yaitu para remaja RW 11 Wanajaya beserta pendampingnya dari keluarga maupun komunitas sekitar. Kegiatan berlangsung interaktif dengan metode ceramah dialogis serta simulasi praktis agar peserta dapat memahami materi secara optimal sekaligus menerapkan prinsip-prinsip penggunaan internet sehat dalam kehidupan sehari-hari.



**Gambar 4.** Pemaparan Program Kerja

### **To Change/ Merubah**

Tahapan terakhir merupakan evaluasi menyeluruh terhadap efektivitas program melalui pengumpulan umpan balik pasca-pelaksanaan menggunakan instrumen kuesioner evaluatif maupun wawancara reflektif bersama peserta maupun fasilitator kegiatan. Dari 35 orang kalangan remaja

memberikan respon positif, sangat mendukung dan antusias terhadap program sosialisasi kegiatan yang diberikan.

### **SIMPULAN**

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat bagi remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung mendapatkan respon positif dari masyarakat sekitar. Sosialisasi ini memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya literasi digital dan etika bermedia sosial. Melalui pendekatan partisipatif, remaja dapat mengenali risiko serta dampak negatif dari penggunaan internet yang tidak bijak, sekaligus memperoleh keterampilan praktis dalam memanfaatkan teknologi secara positif.

Program ini juga meningkatkan kesadaran akan perlunya pengelolaan waktu penggunaan internet agar tetap seimbang dengan aktivitas lain. Evaluasi akhir menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap positif terhadap penggunaan internet sehat di kalangan remaja. Oleh karena itu, sosialisasi ini menjadi langkah strategis dalam membentuk budaya digital yang aman dan bertanggung jawab di lingkungan masyarakat setempat khususnya di wilayah RW 11 Desa Wanajaya Cibitung.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah memberikan kepercayaan kepada kami untuk berkontribusi dalam pelaksanaan sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat ini khususnya kepada bapak RW 11 Desa Wanajaya Cibitung dan jajarannya.

### **REFERENSI**

- Anom Susetyo Aji Nugroho, H., Hartati, S., Sonhaji, S., & Ulumuddin, U. (2022). Penyuluhan Etika Dan Keamanan Informasi Pada Penggunaan Aplikasi Smartphone Bagi Peserta Didik Lkp Komputer “Lestari “ Slawi. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 3(1), 41–48. <https://doi.org/10.36308/jabi.v3i1.386>
- Mukrimaa, S. S., Nurdyansyah, Fahyuni, E. F., YULIA CITRA, A., Schulz, N. D., د. غسان, Taniredja, T., Faridli, E. M., & Harmianto, S. (2016). Metodologi Pengabdian Masyarakat. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue August).
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & S., M. B. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1). <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>
- Sinlae, F., Rosyad, F. S., Nurhidayat, F., & Jannah, W. (2024). Evolusi Teknologi Web dan Dampaknya Terhadap Masyarakat Digital. *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(2), 146–154. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i2.608>
- Yasir, M. (2023). Edukasi Trend Kejahatan Cyber Pada Smk Persada Husada Indonesia. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 1274–1281. <https://doi.org/10.59141/comserva.v3i4.912>
- Yasir, M., & Sinlae, F. (2023). Pelatihan Aplikasi Pendukung Pembelajaran Berbasis Teknologi “ Kahoot ” Pada Smk Persada Husada. *October*. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i4.20019>

# ABDIMAS

*by* Fried Sinlae

---

**Submission date:** 26-Apr-2025 11:18PM (UTC-0700)

**Submission ID:** 2658000197

**File name:** Abdimas\_yasir-JERKIN.pdf (438.02K)

**Word count:** 1946

**Character count:** 12374



## Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Internet Sehat bagi Remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung

Muhammad Yasir <sup>1\*</sup>, Fried Sinlae <sup>2</sup>

Informatika, Fakultas Ilmu Komputer Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Raya Perjuangan No. 81, Bekasi Utara, 17142

Email: [muhammad.yasir@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:muhammad.yasir@dsn.ubharajaya.ac.id)

\* Corresponding Author

 <https://doi.org/>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received:

Revised:

Accepted:

#### Keywords

Internet, Metode PAR, Participatory Action Research



### ABSTRACT

Perkembangan teknologi digital yang pesat membawa dampak signifikan terhadap pola penggunaan internet di kalangan remaja. Namun, tanpa pemahaman yang memadai mengenai penggunaan internet secara sehat dan bertanggung jawab, kalangan remaja rentan terhadap berbagai risiko seperti paparan konten negatif dan perilaku online yang tidak aman. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat di RW 11 Wanajaya, Cibitung ini bertujuan untuk meningkatkan literasi digital serta kesadaran remaja dalam memanfaatkan teknologi informasi secara positif. Metode yang digunakan adalah pendekatan PAR (Participatory Action Research) yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan, penyelesaian masalah praktis dan pengembangan ilmu pengetahuan dan keberagaman di masyarakat. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap positif peserta kegiatan terhadap penggunaan internet sehat serta kemampuan mereka dalam mengidentifikasi risiko berinternet di dunia maya. Program ini memberikan kontribusi penting dalam membentuk budaya digital yang aman dan produktif bagi remaja setempat khususnya di wilayah RW 11 Desa Wanajaya Cibitung.

*The rapid development of digital technology has had a significant impact on the pattern of internet usage among teenagers. However, without an adequate understanding of the healthy and responsible use of the internet, teenagers are vulnerable to various risks such as exposure to negative content and unsafe online behavior. This socialization and training activity on healthy internet usage in RW 11 Wanajaya, Cibitung aims to increase digital literacy and awareness of adolescents in utilizing information technology positively. The method used is the PAR (Participatory Action Research) approach which focuses on meeting needs, solving practical problems and developing science and diversity in society. The results showed an increase in the participants' knowledge and positive attitudes towards healthy internet use as well as their ability to identify risks in cyberspace. This program makes an important contribution in shaping a safe and productive digital culture for local youth, especially in the RW 11 area of Wanajaya Cibitung Village.*



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

**How to Cite:** Pertama, P., Kedua, P., Ketiga, P (2019). Petunjuk penulisan naskah Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 1(1) 1-3. doi: <https://doi.org/10.31004/jerkin.v1i1>

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi serta komunikasi telah membawa perubahan yang pesat diberbagai aspek kehidupan dalam dekade ini (Sinlae et al., 2024). Salah satu dampak besarnya terlihat pada penggunaan internet yang kini menjadi kebutuhan utama khususnya di kalangan generasi muda atau remaja (Yasir & Sinlae, 2023). Remaja sebagai kelompok usia produktif sangat akrab dengan media sosial seperti *youtube*, *facebook*, *intstagram*, *tiktok* dan platform digital lainnya yang memanfaatkan internet untuk belajar, bekerja, berkomunikasi, hingga sekedar mencari hiburan (Putri et al., 2016). Namun demikian, kemudahan akses ini juga membawa risiko tersendiri yang menyebabkan kalangan remaja rentan terhadap paparan konten negatif seperti berita hoax, *cyberbullying*, perjudian *online* dan kejahatan siber lainnya jika tidak disertai dengan pemahaman literasi tentang penggunaan internet secara sehat dan bertanggung jawab (Yasir, 2023). Kondisi tersebut dapat berdampak buruk pada perkembangan psikologis dan sosial remaja jika tidak segera ditangani secara tepat (Anom Susetyo Aji Nugroho et al., 2022).

Berdasarkan pengamatan awal, terdapat indikasi belum adanya kesadaran akan pentingnya penggunaan internet sehat di kalangan remaja setempat khususnya di wilayah RW 11 Wanajaya Cibitung. Banyak dari mereka menggunakan internet tanpa bimbingan atau edukasi formal, mengenai etika bermedia sosial maupun cara melindungi diri dari risiko online. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa sosialisasi dan pelatihan agar mereka mampu mengenali bahaya sekaligus memanfaatkan teknologi secara positif.

Sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat menjadi langkah strategis untuk membekali remaja dengan pengetahuan serta keterampilan praktis dalam menghadapi tantangan dunia maya saat ini. Program edukatif semacam ini juga bertujuan menumbuhkan budaya digital positif sehingga dapat menciptakan lingkungan *online* yang aman dan nyaman bagi semua pengguna khususnya kalangan remaja di wilayah RW 11 Wanajaya Cibitung

## METODE

Metode yang digunakan pada program pengabdian masyarakat untuk sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat ini dengan pendekatan PAR (*Participatory Action Research*). Fokus pendekatan PAR ini berorientasi kepada 3 elemen yaitu pemenuhan kebutuhan, penyelesaian masalah praktis dan pengembangan ilmu pengetahuan dan keberagaman di masyarakat (Mukrimaa et al., 2016). Adapun tahap pendekatan PAR sebagai berikut (Yasir, 2023) :



Gambar 1. Tahapan PAR (*Participatory Action Research*)

1. *To Know/ Mengetahui*, Tahap ini merupakan proses menjalin komunikasi tahap awal dengan masyarakat untuk mengetahui gambaran keadaan, situasi dan kondisi secara detil dan menyeluruh permasalahan.
2. *To Understand/ Memahami*, Tahap ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan secara sistematis, proses analisa bisa menggunakan alat bantu pendukung agar dapat merumuskan permasalahan lebih terstruktur
3. *To Plan/ Merencanakan*, tahapan ini bertujuan untuk menyusun aksi pemecahan masalah, yaitu membuat perencanaan program kepada masyarakat.
4. *To Act / Bertindak*, Pada tahap ini merupakan inti dari program kerja yang sudah direncanakan pada tahap sebelumnya, yaitu pelaksanaan program kerja untuk menangani masalah sosial
5. *To Change/ Merubah*, pada tahap ini merupakan evaluasi dan merefleksikan hasil program kepada masyarakat untuk menilai dampak serta efektifitas program kerja yang telah direncanakan

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat yang ditujukan kepada remaja di RW 11 Wanajaya, Cibitung. Pembahasan disusun berdasarkan tahapan *Participatory Action Research* (PAR) yang meliputi: tahap mengetahui (*To Know*), memahami (*To Understand*), merencanakan (*To Plan*), bertindak (*To Act*), serta merubah (*To Change*) sebagai berikut.

#### 1. *To Know/ Mengetahui*

Tahap ini merupakan tahap awal menjalin komunikasi dengan masyarakat khususnya Ketua RW 11 Bapak Nuryadi dan jajarannya di Desa Wanajaya Cibitung. Dengan tujuan menjalin silaturahmi dan menyampaikan perencanaan program kerja pengabdian masyarakat di lingkungan tersebut. Proses pendekatan tahap awal ini berfungsi sebagai fondasi dalam memahami konteks sosial sekaligus mengidentifikasi isu-isu utama yang perlu mendapat perhatian dalam program.



Gambar 2. Izin Perencanaan Program Abdimas

#### 2. *To Understand/ Memahami*

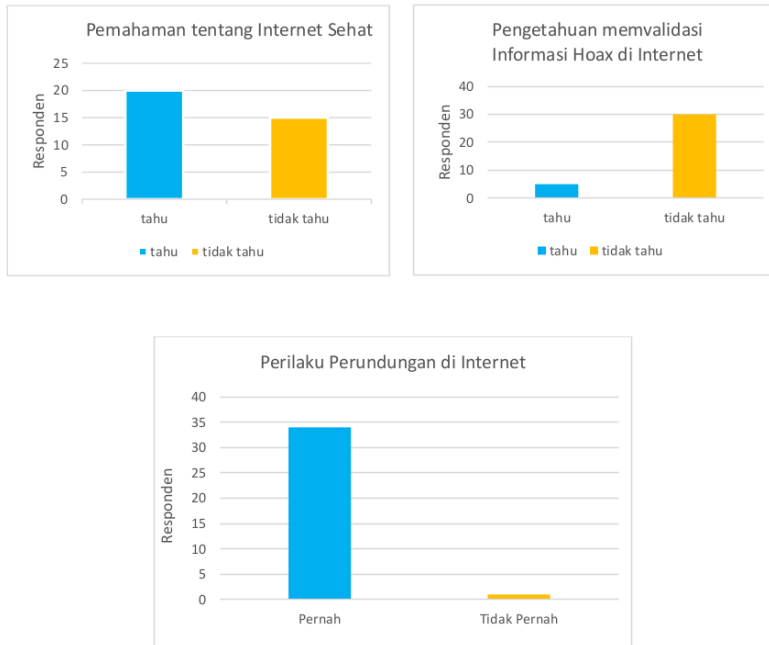
Tahap kedua ini adalah proses identifikasi masalah secara terstruktur, yaitu pendekatan analisis dengan cara melakukan wawancara dan menyebarkan survey pre-test ke 35 orang remaja dalam range usia 13-25 tahun di lingkungan RW 11 Desa Wanajaya Cibitung. Terdapat 3 kategori survey yang dilakukan, yaitu:

- Pemahaman tentang Internet Sehat
- Pengetahuan memvalidasi Informasi Hoax di Internet
- Perilaku perundungan di Internet

Dari ketiga survey pre-test tersebut. Dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masih minimnya pemahaman literasi digital mengenai istilah-istilah di internet sehingga mudah terjerumus melakukan *cyberbullying*, menerima berita *Hoax*, bermain *game online* yang terafiliasi perjudian *online* dll.
2. Belum adanya edukasi terkait pemahaman pembatasan waktu *screen time* diluar keperluan belajar, ini penting agar tidak menimbulkan dampak negatif pada kesehatan fisik dan mental.
3. Belum mengetahui cara memfilter dan mevalidasi informasi yang beredar di internet sehingga menerima mentah-mentah informasi yang di dapatkan

4. Dan dari 35 remaja, 34 remaja pernah melakukan dan mengalami perundungan di internet.



Gambar 3. Hasil survey pre-test

### 3. To Plan/ Merencanakan

Tahap selanjutnya adalah menyusun rencana aksi berupa program sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat bagi remaja di wilayah RW 11 Wanajaya Cibitung berdasarkan pemahaman mendalam terhadap permasalahan yang telah diidentifikasi. Perencanaan dilakukan secara kolaboratif bersama para pemangku kepentingan termasuk remaja itu sendiri serta warga sekitar agar program relevan dengan kebutuhan. Materi pelatihan dirancang mencakup aspek etika digital, keamanan berinternet, pengelolaan waktu penggunaan media digital secara bijak, identifikasi konten negatif serta pemanfaatan internet sebagai sarana edukatif.

Tabel 1. Rencana Pelaksanaan Kegiatan

| Waktu         | Kegiatan                                                                       |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 13.00 – 13.15 | Pembukaan pelaksanaan sosialisasi oleh Ketua RW 11 Wanajaya, Cibitung          |
| 13.15 – 13.30 | Sambutan dari Tokoh Masyarakat RW 11 Wanajaya Cibitung                         |
| 13.30 – 13.45 | Sambutan dari Koordinator Program Sosialisasi Internet Sehat (Fried Sinlae)    |
| 13.45 – 14.00 | Pemaparan Sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat (Muhammad Yasir) |
| 14.00 - 14.15 | Diskusi dan Tanya Jawab                                                        |
| 14.15 - 14.30 | Doa dan penutup                                                                |

#### 4. *To Act / Bertindak*

Pada tahap merupakan acara inti dari rencana kerja yang telah disusun sebelumnya, melalui kegiatan sosialisasi dan pelatihan langsung kepada kelompok sasaran yaitu para remaja RW 11 Wanajaya beserta pendampingnya dari keluarga maupun komunitas sekitar. Kegiatan berlangsung interaktif dengan metode ceramah dialogis serta simulasi praktis agar peserta dapat memahami materi secara optimal sekaligus menerapkan prinsip-prinsip penggunaan internet sehat dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 4. Pemaparan Program Kerja

#### 5. *To Change/ Merubah*

Tahapan terakhir merupakan evaluasi menyeluruh terhadap efektivitas program melalui pengumpulan umpan balik pasca-pelaksanaan menggunakan instrumen kuesioner evaluatif maupun wawancara reflektif bersama peserta maupun fasilitator kegiatan. Dari 35 orang kalangan remaja memberikan respon positif, sangat mendukung dan antusias terhadap program sosialisasi kegiatan yang diberikan.

### SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat bagi remaja di RW 11 Wanajaya Cibitung mendapatkan respon positif dari masyarakat sekitar. Sosialisasi ini memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya literasi digital dan etika bermedia sosial. Melalui pendekatan partisipatif, remaja dapat mengenali risiko serta dampak negatif dari penggunaan internet yang tidak bijak, sekaligus memperoleh keterampilan praktis dalam memanfaatkan teknologi secara positif.

Program ini juga meningkatkan kesadaran akan perlunya pengelolaan waktu penggunaan internet agar tetap seimbang dengan aktivitas lain. Evaluasi akhir menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap positif terhadap penggunaan internet sehat di kalangan remaja. Oleh karena itu, sosialisasi ini menjadi langkah strategis dalam membentuk budaya digital yang aman dan bertanggung jawab di lingkungan masyarakat setempat khususnya di wilayah RW 11 Desa Wanajaya Cibitung.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah memberikan kepercayaan kepada kami untuk berkontribusi dalam pelaksanaan sosialisasi dan pelatihan penggunaan internet sehat ini khususnya kepada bapak RW 11 Desa Wanajaya Cibitung dan jajarannya.

### REFERENSI

Anom Susetyo Aji Nugroho, H., Hartati, S., Sonhaji, S., & Ulumuddin, U. (2022). Penyuluhan Etika Dan Keamanan Informasi Pada Penggunaan Aplikasi Smartphone Bagi Peserta Didik Lkp Komputer "Lestari " Slawi. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 3(1), 41–48.  
<https://doi.org/10.36308/jabi.v3i1.386>



- Mukrimaa, S. S., Nurdyansyah, Fahyuni, E. F., YULIA CITRA, A., Schulz, N. D., محمد عثمان, Taniredja, T., Faridli, E. M., & Harmianto, S. (2016). Metodologi Pengabdian Masyarakat. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue August).
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & S., M. B. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1).  
<https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>
- Sinlae, F., Rosyad, F. S., Nurhidayat, F., & Jannah, W. (2024). Evolusi Teknologi Web dan Dampaknya Terhadap Masyarakat Digital. *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(2), 146–154.  
<https://doi.org/10.38035/jim.v3i2.608>
- Yasir, M. (2023). Edukasi Trend Kejahatan Cyber Pada Smk Persada Husada Indonesia. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 1274–1281.  
<https://doi.org/10.59141/comserva.v3i4.912>
- Yasir, M., & Sinlae, F. (2023). *PELATIHAN APLIKASI PENDUKUNG PEMBELAJARAN BERBASIS TEKNOLOGI “ KAHOOT ” PADA SMK PERSADA HUSADA*. October.  
<https://doi.org/10.31004/cdj.v4i4.20019>

# ABDIMAS

## ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

18%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1

[journal.universitaspahlawan.ac.id](http://journal.universitaspahlawan.ac.id)

Internet Source

9%

2

[eprints.unm.ac.id](http://eprints.unm.ac.id)

Internet Source

5%

3

[pdfs.semanticscholar.org](http://pdfs.semanticscholar.org)

Internet Source

3%

Exclude quotes Off

Exclude matches < 3%

Exclude bibliography Off