

Penyuluhan Tentang Pentingnya Membatasi Diri Dalam Pergaulan Dan Bermedia Sosial di Lembaga Kursus Universal Technology Computer (UTC)

Riri Safitri¹, Novita Br Ginting Munthe², Iskandar Markus Sembiring³

^{1,2,3}Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Indonesia

Informasi Artikel

Sejarah Artikel :

Diterima, Juni 3, 2023

Revisi, Juni 14, 2023

Disetujui, Juni 30, 2023

Kata kunci :

penyuluhan, pergaulan, bermedia sosial

ABSTRAK

Pembatasan diri dalam pergaulan dan bermedia sosial merupakan hal yang perlu dilakukan oleh semua lapisan masyarakat dan berbagai tingkatan usia, baik itu dari usia anak-anak, remaja, maupun dewasa. Oleh karena itu penulis melakukan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang pentingnya membatasi diri dalam pergaulan dan bermedia sosial di lembaga kursus UTC yang tujuannya untuk memberikan arahan dan bimbingan dalam bergaul dan bermedia sosial, khususnya kepada seluruh peserta didik di lembaga kursus UTC, sehingga peserta didik mengetahui tentang bahaya pergaulan bebas serta lebih bijak dalam bermedia sosial. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan antara lain ceramah, diskusi, tanya jawab dan metode interaktif. Hasil dari pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah bahwasanya setelah diberikan penyuluhan, peserta telah memahami tentang pentingnya membatasi diri dalam pergaulan sehingga nantinya tidak terjerumus dalam pergaulan bebas yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi diri sendiri dan orang lain seperti seks bebas dan narkoba, serta peserta penyuluhan sudah lebih memahami tentang pentingnya membatasi diri dalam bermedia sosial agar peserta lebih bijak dalam menggunakan aplikasi media sosial agar terhindar dari kecanduan yang dapat menimbulkan masalah kesehatan fisik dan mental seperti terjadinya gangguan pada perkembangan otak dan emosi yang tidak terkontrol, selain itu pentingnya membatasi diri dalam bermedia sosial agar juga terhindar dari berbagai tindakan kejahatan melalui media sosial seperti perselisihan, penculikan, penipuan dan perilaku lainnya membahayakan diri sendiri, keluarga dan masyarakat sekitar.

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



Korespondensi Penulis :

Riri Safitri,

Program Studi Teknologi Laboratorium Medik,

Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Jl. Sudirman No.38, Petapahan, Kec. Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang,

Sumatera Utara 20512, Indonesia.

Email: ririsafitribiologi@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Pembatasan diri dalam pergaulan dan bermedia sosial merupakan hal yang perlu dilakukan oleh semua lapisan masyarakat dan berbagai tingkatan usia, baik itu dari usia anak-anak, remaja, maupun dewasa. Hal tersebut dikarenakan banyaknya permasalahan yang dapat disebabkan karena tidak adanya pembatasan diri dalam pergaulan seperti terjadinya seks bebas, narkoba dan lain sebagainya. Serta permasalahan tersebut dapat menjadi lebih meningkat jika dibarengi dengan tidak adanya pembatasan diri dalam penggunaan media sosial. Bimbingan dan arahan dari keluarga, sekolah, lembaga masyarakat, pemerintah dan penegak hukum sangat diperlukan agar permasalahan tersebut dapat diatasi.

Salah satu masalah sosial saat ini adalah masalah pergaulan bebas dan bijak bermedsos yang terjadi pada kalangan remaja. Ada dua dampak yang ditimbulkan dari perilaku pergaulan bebas dan bijak bermedsos di kalangan remaja yaitu kenakalan remaja dan penggunaan media sosial. Seperti kita ketahui bahwa banyak dampak buruk dari kenakalan remaja dan cenderung bersifat negatif seperti halnya, pergaulan bebas yang menimbulkan seks bebas dapat berakibat fatal bagi kesehatan. Seks bebas dapat terjadi karena pengaruh dari lingkungan dan salah pilihnya seseorang terhadap lingkungan tempatnya bergaul. Selain itu juga penggunaan media sosial yang harus kita lakukan adalah bagaimana cara menggunakan media sosial secara bijak (Rofii, A., Herdiawan, R. D., Nurhidayat, E., Fakhrudin, A., Sudirno, D., & Nahdi, D. S. 2021).

Pergaulan bebas adalah salah satu bentuk salah satu bentuk perilaku menyimpang yang mana “Bebas” yang dimaksud adalah melewati batas norma ketimuran yang ada. Masalah pergaulan bebas ini sering kita dengar baik di lingkungan maupun dari media massa. Remaja adalah individu labil yang emosionalnya sangat rentan pengetahuan yang minim dan ajakan teman yang bergaul bebas membuat makin berkurangnya potensi generasi muda dalam kemajuan zaman (Sakti, G. P., Lestari, N. A., & Al Qudsi, M. A. 2022).

Oleh karena itu penulis melakukan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang pentingnya membatasi diri dalam pergaulan dan bermedia sosial di lembaga kursus UTC yang tujuannya untuk memberikan arahan dan bimbingan dalam bergaul dan bermedia sosial, khususnya kepada seluruh peserta didik di lembaga kursus UTC, sehingga peserta didik mengetahui tentang bahaya pergaulan bebas serta lebih bijak dalam bermedia sosial.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan antara lain ceramah, diskusi, tanya jawab dan metode interaktif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Jadwal dan Identitas Peserta Penyuluhan

Penyuluhan dilaksanakan di lembaga kursus UTC (gambar 1) pada hari senin tanggal 8 mei 2023 pukul 14.00 wib s/d 18.00 wib. Jumlah peserta penyuluhan sebanyak 20 orang, yang berusia 8 s/d 17 tahun, dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 8 orang dan perempuan sebanyak 12 orang (gambar 2 dan 3).



Gambar 1. Lembaga Kursus UTC



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan di UTC



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan di UTC

1. Kegiatan penyuluhan

Dalam kegiatan penyuluhan dilakukan beberapa tahapan, yang pertama peserta penyuluhan diberikan questioner (tabel 1) tentang pergaulan dan bermedia sosial. Questioner tersebut diberikan kepada peserta penyuluhan sebagai data survei lapangan dari masing-masing peserta tentang pergaulan dan bermedia sosial. Selanjutnya peserta penyuluhan diberikan materi atau bimbingan dan arahan tentang pentingnya membatasi diri dalam pergaulan dan bermedia sosial.

Tabel 1. Questioner peserta penyuluhan tentang pergaulan dan bermedia sosial.

No	Questioner
1	Aplikasi media sosial yang digunakan
2	Jenis perangkat teknologi yang digunakan
3	Tujuan menggunakan media social
4	Alokasi waktu menggunakan medsos dalam sehari
5	Apakah orang tua selalu mengarahkan anda untuk memilih pergaulan yang benar
6	Apakah kamu terpengaruh dengan pergaulan lingkungan sekitar kamu ?
7	Baik atau buruk kondisi pergaulan sekitar lingkungan kamu tinggal ?

Hasil survei yang dilakukan kepada 20 peserta penyuluhan, diketahui bahwa (1) urutan aplikasi media sosial yang banyak digunakan dimulai dari yang terbanyak digunakan antara lain whatsapp, youtube, facebook, tiktok. (2) Urutan jenis perangkat teknologi yang digunakan dimulai dari yang terbanyak digunakan antara lain smartphne, laptop. (3) Urutan tujuan peserta penyuluhan menggunakan media sosial yang paling banyak digunakan antara lain untuk komunikasi, pendidikan, hiburan. (4) Urutan alokasi waktu peserta penyuluhan dalam menggunakan medsos dalam sehari yang paling banyak yaitu 4 jam, 5 jam dalam sehari. (5) Selanjutnya dari data survei diketahui bahwa orang tua peserta selalu mengarahkan untuk memilih pergaulan yang benar. (6) Serta diketahui bahwa peserta penyuluhan sebagian besar terpengaruh dengan pergaulan lingkungan sekitarnya. (7) Diketahui juga kondisi pergaulan sekitar lingkungan peserta penyuluhan sebagian dalam kondisi yang kurang baik.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa peserta penyuluhan merupakan pengguna aktif media sosial. Oleh karena itu penyuluhan yang diberikan sangat bermanfaat bagi peserta. Serta diketahui bahwa peserta penyuluhan banyak menggunakan aplikasi whatsapp, kemudian diikuti dengan aplikasi youtube. Dimana tujuan dari penggunaan media sosial tersebut untuk komunikasi, pendidikan, hiburan. Serta diketahui bahwa peserta penyuluhan menggunakan media sosial selama 4-5 jam dalam sehari dengan menggunakan smartphne atau gadget. Perilaku tersebut merupakan sesuatu yang sangat perlu untuk diberi bimbingan dan arahan dikarenakan usia peserta penyuluhan merupakan usia yang masih bersifat labil dan mudah terpengaruh dan emosional, sehingga dalam penggunaan media sosial yang tidak terkontrol dapat mempengaruhi perkembangan mental mereka dan menimbulkan perilaku yang tidak baik serta dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan.

Kecanduan Gadget dapat mempengaruhi perkembangan otak anak karena produksi hormon dopamine yang berlebihan mengganggu kematangan fungsi prefrontal korteks yaitu mengontrol

emosi, kontrol diri, tanggung jawab, pengambilan keputusan dan nilai-nilai moral lainnya. Kecanduan gadget dapat menimbulkan gangguan pemusat perhatian dan hiperaktivitas (Lensoni, L., Zannah, R., Syahputra, M. R., Safitri, E., & Arham, N. 2021).

Selanjutnya dari data survei diketahui bahwa orang tua dari peserta penyuluhan selalu mengarahkan mereka untuk memilih pergaulan yang benar, perhatian dan aturan yang diberikan orang tua tersebut merupakan suatu sikap yang sangat tepat, dikarenakan bimbingan dan arahan yang pertama yaitu dari keluarga, walaupun lingkungan seperti teman dapat mempengaruhi pergaulan mereka, akan tetapi peran orang tua dalam membimbing anak dapat menyelamatkan mereka dari berbagai pengaruh negatif.

Pada perkembangan zaman saat ini yang tampak jelas memang pergaulan negatif yang lebih mengarah kepada para remaja dalam bertingkah laku didalam kehidupan sosial. Dalam kehidupan sosial banyak kita lihat remaja berperilaku negatif dalam pergaulan, hal ini dikarenakan remaja mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan khusus yang ada disekitarnya. Para remaja sudah mulai diberikan kepercayaan untuk memilih sendiri pergaulan yang baik maupun tidak baginya. Sehingga peran cara mendidik orang tua di rumah berpengaruh terhadap pembentukan karakter remaja, baik di lingkungan rumah, masyarakat, maupun sekolah. Pengaruh lingkungan pun sangat berperan dalam pembentukan perilaku remaja, karena remaja tak jarang banyak menghabiskan waktu di luar rumah setelah pulang sekolah. Dalam kehidupan sosial ada berbagai bentuk pergaulan, ada yang sehat ada pula yang dikategorikan pergaulan yang tidak sehat (Wardani, S. P. D. K., & Fitri, D. M. 2021).

Remaja terkena pergaulan bebas salah satunya pengaruh teman atau lingkungan, pengaruh tekanan keluarga, pengaruh teknologi yang canggih dan seterusnya (Munif, A., Syahamah, W., Damayanti, B. A., & Fadhilah, R. Y. 2023).

Permasalahan yang ada disebabkan karena minimnya pemahaman tentang dampak pergaulan bebas yang diakibatkan kepada hal-hal menyimpang. Minimnya pemahaman siswa dalam bahaya pergaulan bebas disebabkan oleh beberapa faktor di antaranya: 1) rendahnya informasi dan motivasi dalam diri siswa dalam penguatan pendidikan karakter; 2) minimnya materi-materi dalam pelajaran di sekolah yang membuat siswa tidak memahami bahaya pergaulan bebas yang dapat merusak kondisi fisik dan psikis siswa (Lubis, A. F., Gany, R., Sakti, G. P., Lestari, N. A., & Al Qudsi, M. A. 2022).

Pergaulan bebas dikalangan remaja dewasa ini semakin mengkhawatirkan. Remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai pertualangan dan tantangan serta cenderung berani mengambil resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan matang. Penyakit Menular Seksual Bebas (PMS) yang terjadi pada remaja dewasa ini merupakan dampak pergaulan bebas. Dalam mengatasi masalah ini tentu memerlukan peran serta seluruh lapisan masyarakat, termasuk akademisi di bidang kesehatan masyarakat (Fitriani, F., Farisni, T. N., Yarmaliza, Y., Zakiyuddin, Z., & Reynaldi, F. 2020).

Oleh karena itu dengan adanya penyuluhan tentang membatasi diri dalam pergaulan dan bermedia sosial, tindakan ini merupakan sesuatu yang menambah pengetahuan peserta sehingga dapat mencegah dari perilaku yang membahayakan mereka seperti berbagai tindakan kejahatan, perselisihan, masalah kesehatan fisik dan mental, seks bebas, narkoba, emosi yang tidak terkontrol, dan perilaku lainnya yang meresahkan keluarga dan masyarakat sekitar.

Setelah melakukan penyuluhan, peserta mengatakan telah memahami tentang pentingnya membatasi diri dalam pergaulan sehingga nantinya tidak terjerumus dalam pergaulan bebas yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi diri sendiri dan orang lain, serta peserta penyuluhan sudah lebih memahami tentang pentingnya membatasi diri dalam bermedia sosial agar terhindar dari perselisihan dan berbagai tindakan kejahatan melalui media sosial.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pengabdian masyarakat yang dilaksanakan adalah bahwasanya peserta penyuluhan sudah memahami tentang pentingnya membatasi diri dalam pergaulan sehingga nantinya tidak terjerumus dalam pergaulan bebas serta sudah memahami tentang pentingnya membatasi diri dalam bermedia sosial.

REFERENSI

- Fitriani, F., Farisni, T. N., Yarmaliza, Y., Zakiyuddin, Z., & Reynaldi, F. (2020). Edukasi Bahaya Pergaulan Bebas Terhadap Penyakit Menular Seksual (PMS) Pada Siswa SMPN II Meurebo. *LOGISTA-Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 122-126.
- Lensoni, L., Zannah, R., Syahputra, M. R., Safitri, E., & Arham, N. (2021). Dampak Penyuluhan Bahaya Narkoba, Gadget, Pergaulan Bebas Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Di Smk Pp Negeri Saree. *Malahayati Nursing Journal*, 3(3), 445-451.
- Lubis, A. F., Gany, R., Sakti, G. P., Lestari, N. A., & Al Qudsi, M. A. (2022, November). Penguatan Pendidikan Karakter Melalui Edukasi Bahaya Pergaulan Bebas Pada Usia Remaja Di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Munif, A., Syahamah, W., Damayanti, B. A., & Fadhilah, R. Y. (2023). Sosialisasi pada remaja yang Terdampak Sosial Media terhadap Pergaulan Bebas (Studi di MTs Al-Ihsan Desa Banjaragung, Bareng, Jombang). *NAJWA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(1), 9-19.
- Rofii, A., Herdiawan, R. D., Nurhidayat, E., Fakhruddin, A., Sudirno, D., & Nahdi, D. S. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Pergaulan Bebas Dan Bijak Bermedia Sosial. *Bernas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 825-832.
- Sakti, G. P., Lestari, N. A., & Al Qudsi, M. A. (2022, October). PENYULUHAN BAHAYA PERGAULAN BEBAS PADA USIA REMAJA DI SMA NEGERI 3 TANGERANG SELATAN. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Wardani, S. P. D. K., & Fitri, D. M. (2021). Edukasi tentang Pergaulan Remaja yang Sehat di Lingkungan Sekolah dan Keluarga. *Abdi Wiralodra: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 61-70