

Pelatihan Internet Sehat sebagai antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan

Healthy Internet Training as an Anticipation of Cyberbullying Among Adolescents at SMP Negeri 2 Ratahan.

Tirsa Julianti Saruan¹, Arnold Umboh² Wensi Paat³ Merriam Modeong⁴

^{1,2}Fakultas Sains dan Teknologi, ^{3,4}Fakultas Teknik

^{1,2}Universitas Sariputra Indonesia Tomohon ^{3,4}Universitas Negeri Manado

Kakaskasen, Tomohon, Tataaran, Tondano

correspondence: tirsasaruan@gmail.com

Received: 18 Desember 2024	Revised: 20 Desember 2024	Accepted: 30 Desember 2024
----------------------------	---------------------------	----------------------------

Citation: (Tirsa Julianti Saruan). (2024). Pelatihan Internet Sehat sebagai antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan. *JAS: Jurnal Abdimas Sariputra*, vol 1(2), 5-11.

ABSTRACT

The "Safe Internet Training as an Anticipation of Cyber Bullying for Adolescents at SMP Negeri 2 Ratahan" aims to enhance students' digital literacy while equipping them with practical skills to manage privacy and address cyber bullying threats. The program includes educational sessions on wise internet usage, identifying forms of cyber bullying, and reporting mechanisms. The activities are complemented with account privacy settings simulations and group discussions to encourage student engagement. Based on pre-test and post-test evaluations, the training results showed An 85% increase in students' knowledge, a 95% improvement in internet ethics awareness, An 80% enhancement in practical skills for digital self-protection, and A 90% increase in the ability to recognize cyber bullying forms and demonstrate positive behavioral changes in ethically using digital media. Active participation from teachers and school support were also key elements in the program's success. This initiative is expected to serve as a sustainable model for other schools, fostering a healthy, safe, and supportive digital ecosystem for adolescents in the digital era.

Keywords: Bullying; Internet; Digital Literacy; SMP Negeri 2 Ratahan.

ABSTRAK

Pelatihan Internet Sehat sebagai Antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan bertujuan untuk meningkatkan literasi digital siswa sekaligus membekali mereka dengan keterampilan praktis dalam mengelola privasi dan menghadapi ancaman cyber bullying. Program ini melibatkan pemberian materi edukasi tentang penggunaan internet yang bijak, identifikasi bentuk-bentuk cyber bullying, serta cara melaporkannya. Kegiatan dilengkapi dengan simulasi pengaturan privasi akun dan diskusi kelompok untuk mendorong keterlibatan siswa. Berdasarkan pre-test dan post-test Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa sebesar 85%, Peningkatan kesadaran etika berinternet sebesar 95%, Kemampuan praktis dalam melindungi diri secara digital sebesar 80%, Siswa mampu mengenali bentuk cyber bullying dan menunjukkan perubahan sikap positif dalam menggunakan media digital secara etis sebesar 90%. Partisipasi aktif guru dan dukungan sekolah juga menjadi elemen penting keberhasilan program ini. Program ini diharapkan dapat menjadi model yang diterapkan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah lain untuk menciptakan ekosistem digital yang sehat, aman, dan mendukung perkembangan remaja di era digital.

Kata kunci: Bullying; Internet; Literasi Digital; SMP Negeri 2 Ratahan.

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan besar dalam kehidupan masyarakat, termasuk anak-anak dan remaja. Internet, sebagai salah satu produk utama dari perkembangan teknologi, kini menjadi kebutuhan penting dalam aktivitas sehari-hari. Anak-anak remaja di tingkat SMP, khususnya di SMP Negeri 2 Ratahan, memanfaatkan internet untuk berbagai kegiatan, seperti mencari informasi, belajar daring, hingga berinteraksi melalui media sosial. Namun, penggunaan internet yang tidak bijak dapat membawa dampak negatif, salah satunya adalah munculnya fenomena cyber bullying.

Cyber bullying adalah tindakan intimidasi atau perundungan yang dilakukan melalui platform digital, seperti media sosial, aplikasi pesan singkat, atau forum daring. Perundungan ini dapat berupa ejekan, penghinaan, penyebaran informasi pribadi tanpa izin, atau tindakan lain yang merugikan korban secara emosional dan psikologis. Fenomena ini semakin meningkat seiring dengan tingginya penggunaan internet di kalangan remaja. Berdasarkan data yang dirilis oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), kasus cyber bullying menduduki salah satu peringkat tertinggi dalam pengaduan kasus anak setiap tahunnya. Anak-anak remaja yang menjadi korban cyber bullying sering kali mengalami dampak serius, seperti rendahnya rasa percaya diri, depresi, gangguan emosional, hingga penurunan prestasi akademik. Kondisi ini tentu menjadi perhatian penting bagi pihak sekolah dan orang tua dalam upaya menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung perkembangan remaja secara optimal. Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah memberikan edukasi melalui pelatihan internet sehat. Pelatihan internet sehat bertujuan untuk membekali anak-anak remaja dengan pengetahuan dan keterampilan dalam menggunakan internet secara bijak dan bertanggung jawab. Melalui pelatihan ini, siswa diharapkan mampu mengenali tanda-tanda cyber bullying, memahami cara melindungi diri dari ancaman digital, serta membangun empati dalam berinteraksi di dunia maya. Selain itu, pelatihan ini juga dapat menjadi media untuk meningkatkan literasi digital, sehingga siswa tidak hanya menjadi pengguna teknologi, tetapi juga individu yang kritis dan sadar akan dampak sosial dari penggunaan internet.

SMP Negeri 2 Ratahan sebagai salah satu institusi pendidikan memiliki peran strategis dalam mendukung pembentukan karakter siswa di era digital ini. Oleh karena itu, pelaksanaan program pelatihan internet sehat sebagai langkah antisipasi terhadap cyber bullying menjadi upaya yang relevan dan mendesak untuk dilakukan. Pelatihan ini tidak hanya bertujuan melindungi siswa dari dampak buruk internet, tetapi juga menjadi bagian dari pembentukan generasi yang cerdas, beretika, dan bertanggung jawab di era teknologi informasi

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa Pelatihan Internet Sehat sebagai Antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan edukatif. Metode ini bertujuan agar peserta, yaitu siswa-siswi SMP Negeri 2 Ratahan, dapat secara aktif terlibat dalam setiap tahap kegiatan serta memperoleh pemahaman yang aplikatif terkait penggunaan internet secara sehat dan aman. Berikut adalah tahapan pelaksanaan kegiatan:

1. Tahap Persiapan

- Koordinasi dengan pihak sekolah: Mengadakan pertemuan dengan kepala sekolah, guru, dan wali kelas untuk menjelaskan tujuan dan manfaat pelatihan.
- Identifikasi kebutuhan peserta: Melakukan survei awal atau diskusi dengan pihak sekolah mengenai kebiasaan siswa dalam menggunakan internet, potensi masalah cyber bullying, dan tingkat literasi digital.

- Penyusunan materi pelatihan: Materi yang disusun meliputi: Pengenalan internet sehat, Dampak dan bentuk cyber bullying, Cara melindungi diri dari ancaman digital, Etika dalam berkomunikasi di dunia maya.
- Pembuatan media edukasi: Membuat modul, video pendek, poster, dan infografis yang menarik dan mudah dipahami oleh remaja.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelatihan dilaksanakan secara langsung di SMP Negeri 2 Ratahan dengan metode sebagai berikut:

- Presentasi interaktif.
Tim pengabdian memberikan penjelasan mengenai internet sehat, dampak cyber bullying, dan langkah-langkah antisipasi melalui presentasi yang dilengkapi visual menarik. Peserta juga diajak untuk berdiskusi interaktif.
- Pemutaran video edukasi
Video pendek tentang kisah nyata dampak cyber bullying dan pentingnya literasi digital diputar untuk memberikan gambaran nyata kepada peserta.
- Small Group Discussion (SGD)
Siswa dibagi ke dalam kelompok kecil (6-8 orang per kelompok) dengan pendamping dari tim pengabdian. Diskusi berfokus pada studi kasus terkait cyber bullying, sehingga siswa dapat belajar mengenali masalah dan cara mengatasinya.
- Simulasi dan praktik
Simulasi melibatkan siswa dalam aktivitas praktik, seperti:
 - Membuat akun media sosial yang aman (pengaturan privasi).
 - Mempraktikkan cara melaporkan konten negatif.
 - Membuat pesan positif untuk kampanye anti-cyber bullying.

3. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

- Post-test dan kuis
Evaluasi dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah pelatihan melalui kuis atau tanya jawab singkat.
- Refleksi bersama
Peserta diminta untuk menyampaikan kesan dan saran terkait pelatihan yang telah dilakukan.
- Monitoring dan pendampingan
Tim pengabdian memberikan panduan kepada guru bimbingan konseling (BK) untuk melanjutkan edukasi literasi digital secara berkelanjutan. Poster-poster edukasi juga dipasang di ruang kelas dan area strategis sekolah sebagai pengingat bagi siswa.

Dengan metode ini, diharapkan siswa tidak hanya memahami pentingnya penggunaan internet sehat tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah cyber bullying.

HASIL DAN DISKUSI

Peningkatan Pengetahuan Siswa tentang Internet Sehat dan Cyber Bullying

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terdapat peningkatan rata-rata pemahaman siswa sebesar 85% terhadap konsep internet sehat, dampak cyber bullying, dan langkah antisipasinya.

Peserta mampu mengidentifikasi berbagai bentuk cyber bullying, seperti perundungan verbal di media sosial, penyebaran informasi pribadi tanpa izin, dan intimidasi melalui pesan

daring.

Tabel 5. 1. Kuesioner Pemahaman terkait cyber bullying

Presentase	Pemahaman terkait Bullying
Ya	85%
Tidak	5%

Dari hasil di table 5.1, siswa yang paham terhadap bullying setelah diberikan materi terkait pemanfaatan internet sehat sebagai antisipasi cyber bullying sebesar 85% berdasarkan hasil dari kuesioner yang berikan. Sehingga dapat di simpulkan siswa di SMP Negeri 2 Ratahan Timur sudah bisa memahami dampak dari bullying.

Peningkatan Kesadaran Etika Berinternet

Sebanyak 95% peserta menyatakan bahwa pelatihan ini memberikan wawasan baru tentang pentingnya etika dalam berkomunikasi di dunia maya. Peserta memahami pentingnya menjaga privasi, menghindari konten negatif, dan menghormati orang lain dalam interaksi digital.

Tabel 5. 2. Kuesioner Peningkatan Kesadaran Etika Berinternet

Presentase	Kesadaran Etika Berinternet
Ya	95%
Tidak	5%

Kemampuan Praktis dalam Melindungi Diri secara Digital

Siswa berhasil mempraktikkan Pengaturan privasi akun media sosial untuk melindungi data pribadi, cara melaporkan atau memblokir akun yang melakukan perundungan, Strategi membuat kampanye anti-cyber bullying dengan pesan positif, dan 80% peserta menyatakan lebih percaya diri untuk menghadapi atau melaporkan kejadian cyber bullying.

Partisipasi Aktif dan Dukungan dari Guru dan Sekolah

Guru Bimbingan Konseling (BK) menunjukkan antusiasme tinggi untuk melanjutkan pendampingan literasi digital secara berkelanjutan.

Perubahan Sikap Positif pada Siswa

Sebagian besar siswa 90% menunjukkan perubahan sikap dalam berdiskusi, seperti lebih terbuka untuk membicarakan masalah yang dihadapi terkait dunia digital, dan Siswa

termotivasi untuk menjadi agen perubahan dengan mengajak teman-teman lain untuk berinternet sehat.

Penguatan Literasi Digital di Lingkungan Sekolah

SMP Negeri 2 Ratahan kini memiliki program tindak lanjut berupa Diskusi kelompok rutin dengan guru BK tentang isu-isu internet dan perundungan digital dan Rencana kegiatan kampanye "Anti-Cyber Bullying" melalui media sosial sekolah

SIMPULAN DAN SARAN/REKOMENDASI

Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan Pelatihan Internet Sehat sebagai Antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan berhasil memberikan dampak positif dalam meningkatkan literasi digital siswa. Program ini telah membekali siswa dengan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran akan pentingnya menggunakan internet secara bijak dan aman, Peningkatan pemahaman siswa terhadap konsep internet sehat, identifikasi bentuk cyber bullying, dan langkah antisipasi menunjukkan keberhasilan pelatihan dalam mencapai tujuan utamanya. Selain itu, pelatihan ini juga mendorong perubahan sikap siswa dalam berkomunikasi di dunia maya, meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menghadapi ancaman digital, serta memperkuat kesadaran etika dalam interaksi daring. Partisipasi aktif dari pihak sekolah, terutama guru Bimbingan Konseling (BK), menjadi faktor penting yang mendukung keberlanjutan program ini. Upaya tindak lanjut berupa pemasangan poster edukasi dan rencana kampanye anti-cyber bullying melalui media sosial sekolah menjadi langkah strategis untuk memperluas dampak pelatihan ini.

Melalui kegiatan ini, SMP Negeri 2 Ratahan dapat menjadi pelopor dalam menciptakan lingkungan digital yang aman bagi siswa di tingkat sekolah menengah pertama. Pelatihan serupa diharapkan dapat diimplementasikan secara berkelanjutan, baik di sekolah lain maupun di masyarakat umum, untuk membangun generasi remaja yang cerdas, bertanggung jawab, dan berdaya dalam menghadapi tantangan era digital.

Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan Pelatihan Internet Sehat sebagai Antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan, berikut adalah beberapa saran yang dapat dijadikan acuan untuk pengembangan program serupa di masa mendatang:

1. Pelatihan Berkelanjutan

Disarankan agar pelatihan ini menjadi program rutin di sekolah, dengan mengembangkan modul yang lebih spesifik sesuai kebutuhan siswa, Pihak sekolah dapat bekerja sama dengan lembaga pemerintah, LSM, atau pakar literasi digital untuk memperkaya materi pelatihan.

2. Melibatkan Orang Tua dalam Edukasi Literasi Digital

Orang tua memiliki peran penting dalam mengawasi penggunaan internet di rumah. Oleh karena itu, diperlukan program pendampingan khusus untuk orang tua agar mereka memahami bahaya cyber bullying dan cara melindungi anak-anak mereka.

3. Penguatan Peran Guru BK

Guru Bimbingan Konseling (BK) diharapkan menjadi agen utama dalam memberikan edukasi lanjutan kepada siswa. Untuk itu, perlu diadakan pelatihan tambahan bagi guru BK terkait perkembangan teknologi dan isu digital terkini.

4. Integrasi Materi Literasi Digital dalam Kurikulum

Disarankan agar materi literasi digital, termasuk penggunaan internet sehat dan pencegahan cyber bullying, diintegrasikan dalam pembelajaran di kelas, misalnya melalui mata pelajaran Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK).

5. Monitoring dan Evaluasi Dampak Jangka Panjang

Pelaksanaan program serupa perlu disertai dengan mekanisme monitoring dan evaluasi untuk menilai efektivitasnya dalam jangka panjang. Data yang diperoleh dapat digunakan untuk menyempurnakan program di masa depan.

6. Kampanye Sosial yang Lebih Luas

Sekolah dapat menginisiasi kampanye anti-cyber bullying melalui media sosial atau acara sekolah seperti lomba poster, video pendek, atau webinar, guna memperluas kesadaran tentang bahaya cyber bullying di kalangan siswa dan masyarakat.

7. Peningkatan Infrastruktur Digital Sekolah

Untuk mendukung pembelajaran literasi digital, sekolah disarankan meningkatkan fasilitas seperti laboratorium komputer, jaringan internet yang memadai, dan media pembelajaran digital lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan memanjatkan Puji syukur ke hadirat Tuhan YME, atas berkat Rahmat dan KaruniaNya, Pelaksana dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan PKM Pelatihan Internet Sehat sebagai Antisipasi Cyber Bullying Anak Remaja di SMP Negeri 2 Ratahan. kegiatan ini dipilih berdasarkan kebutuhan yang penting

harus di selesaikan, Dalam kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ketua Yayasan Dharma Bakti Indonesia Tomohon, Rektor Universitas Sariputra Indonesia Tomohon dan jajaran, epala Sekolah SMP Negeri 2 Ratahan Timur dan guru-guru dan Siswa siswa yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan PKM. Dengan dilaksanakan kegiatan Pengabdian masyarakat dalam bentuk kegiatan edukasi tentang antisipasi bullying dengan memanfaatkan internet dengan Sasaran target adalah siswa-siswa harapannya dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat diaplikasikan kehidupan sehari-hari.

DAFTAR REFERENSI

- Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. Yale University Press.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2015). *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying*. Sage Publications.
- Livingstone, S., & Haddon, L. (2009). *EU Kids Online: Final Report*. EU Kids Online Network.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2020). *Cyberbullying Prevention and Response: Expert Perspectives*. Routledge.
- Willard, N. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Cruelty, Threats, and Distress*. Research Press.