

## **Penyuluhan Etika dan Dampak Psikologis Media Sosial dalam Perspektif Agama Kristen untuk Siswa SMTK Soe Kabupaten Timor Tengah Selatan**

Merling T.L.L.C Messakh, Irene Elvira Daik, Eko Paulus Kale, Jemris I.D Mayok, Mazdad Liunokas

*mrln.hime@gmail.com*

### **Abstract**

*Teenagers' lives are inseparable from social media in this digital era. Diverse platforms like Instagram, TikTok, and Facebook offer unlimited connectivity and rapid access to information. However, social media use also brings new challenges, particularly in terms of ethics and psychological impacts. Teenagers, as active social media users, often face dynamic decision-making and psychological issues. Students of SMTK Soe in South Central Timor Regency, who are part of the digital generation, are not immune to this phenomenon. Students spend 3-12 hours a day, lack sleep, are unable to focus on learning, are anxious because they compare their lives to idols or influencers, and are involved in cyberbullying. Therefore, counseling on leadership, ethics, and the psychological impact of social media from a Christian perspective is highly relevant and important for students to be able to manage social media responsibly. Based on the problems found by Community Service partners, the PKM team prepared a counseling activity with the theme Psycho-Social Media: Counseling on Ethics and Psychological Impacts of Social Media in a Christian Perspective for Students of SMTK Soe, South Central Timor Regency to answer Partners' problems. The seminar was delivered to 30 students of SMTK Soe City on November 26, 2024 with 3 sessions, namely the Use of Social Media from a Christian Leader's Perspective, the Psychological Impact of Social Media for Teenagers with Biblical Principles, and Social Media Ethics. The delivery of material using interactive learning methods such as group discussions, case studies, and simulations can help students to more easily understand and internalize Christian values in the context of social media use. After the presentation of the material, students made a commitment card for positive and beneficial use of social media so that they could make decisions to use social media positively and avoid the negative impacts of social media use.*

**Keywords:** Ethics Education; Psychological Impact; Social Media

### **Abstract**

Kehidupan remaja tidak dapat dipisahkan dari media sosial di era digital ini. Platformnya yang beragam seperti instagram, tiktok, dan facebook menawarkan koneksi tanpa batas dan akses cepat terhadap informasi. Namun penggunaan media sosial juga membawa tantangan baru terutama dari segi aspek etika dan dampak psikologis. Remaja sebagai pengguna aktif media sosial seringkali menghadapi, dinamika pengambilan keputusan dan permasalahan psikologis. Siswa SMTK Soe di Kabupaten Timor Tengah Selatan, yang adalah generasi digital tidak luput dari fenomena tersebut. Siswa menghabiskan waktu 3-12 jam sehari, kurang tidur, tidak fokus pada pembelajaran, cemas karena membandingkan kehidupannya dengan idola atau *influencer* dan terlibat *cyberbullying*. Oleh karena itu penyuluhan tentang kepemimpinan, etika dan dampak psikologis media sosial dalam perspektif Kristen sangatlah relevan dan penting bagi siswa agar mampu mengelola media sosial secara bertanggungjawab. Berdasarkan masalah mitra Pengabdian kepada Masyarakat yang ditemukan maka tim PKM menyusun kegiatan penyuluhan dengan tema *Psycho-Social Media: Penyuluhan Etika dan Dampak Psikologis Media Sosial dalam Perspektif Agama Kristen untuk Siswa SMTK Soe Kabupaten Timor Tengah Selatan* untuk menjawab permasalahan Mitra. Seminar telah disampaikan pada 30 siswa SMTK Kota Soe pada tanggal 26 November 2024 dengan 3 sesi yaitu Penggunaan Media Sosial dalam Perspektif Pemimpin Kristen, Dampak Psikologis Media Sosial bagi remaja dengan prinsip Alkitab, dan Etika Bermedia Sosial. Penyampaian materi menggunakan metode pembelajaran interaktif seperti diskusi kelompok, studi kasus, dan simulasi dapat membantu siswa untuk lebih mudah memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai Kristiani dalam konteks penggunaan media sosial. Setelah pemaparan materi, siswa membuat kartu komitmen penggunaan media sosial yang positif dan bermanfaat agar mampu membuat keputusan menggunakan media sosial secara positif dan terhindar dari dampak negatif penggunaan media sosial.

## PENDAHULUAN

Data menunjukkan dari sekitar 88,1 juta pengguna internet di Indonesia sebagian besar adalah remaja. Berdasarkan hasil penelitian APJII dan Pusat Kajian Komunikasi Universitas Indonesia (UI), mayoritas pengguna internet di Indonesia berada dalam rentang usia 18-25 tahun. Jumlah pengguna dari kelompok usia muda ini hampir setengah (49%) dari total pengguna internet di Indonesia, (Iskandar & Isnaeni, 2019). Remaja aktif berinternet untuk berbagai kebutuhan salah satunya membangun relasi lewat media sosial online yaitu facebook, whatsapp, tik tok, instagram, telegram dan lain-lain. Hasil penelitian yang dilakukan pada remaja di kota Medan (Saragih et al., 2023) diperoleh hasil 34,4% remaja mengalami dampak negatif akibat peggunaan media sosial dengan rincian sebagai berikut remaja sulit tidur (34,3 %), dan membandingkan diri dengan orang lain (31,4 %) serta mengalami *loneliness* atau terisolasi secara sosial (17,1%).

Remaja mempunyai pandangan semakin mereka aktif di media sosial maka semakin dipandang positif dalam arti remaja terlihat modern dan memiliki relasi pergaulan yang luas sedangkan, remaja yang tidak aktif bermedia sosial dinilai kuno dan kurang pergaulan ( Suryani & Suwarti dalam Aprilia et al., 2020). Namun remaja sebagai individu belum mampu memilih dan menggunakan media sosial secara positif dan bertanggungjawab cederung mengalami kecanduan bermedia sosial. Kecanduan adalah suatu perilaku ketergantungan yang berkembang menjadi kebiasaan buruk remaja (Wulandari & Netrawati, 2020).

Kegiatan PKM ini dilakukan berdasarkan permasalahan yang dialami mitra terkait fenomena penggunaan media sosial di kalangan siswa yang berdampak negatif. Berdasarkan hasil survei dan wawancara dengan kepala sekolah dan 5 orang siswa ditemukan fenomena penggunaan media sosial yang mengarah pada kecanduan. Penggunaan media membuat siswa tidak fokus saat pembelajaran, kurang tidur, tidak mengerjakan tugas sekolah, menjadi pelaku *cyberbullying* atau korban *cyberbullying*, menjadi stress, cemas dan lain-lain. Fenomena ini menjadi permasalahan remaja pada umumnya dan membutuhkan penanganan tepat berkelanjutan sehingga siswa mampu memaksimalkan penggunaan media sosial secara positif dan terhindar dari dampak buruk media sosial.

Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi dampak negatif media sosial terhadap remaja misalnya lewat literasi digital. Literasi digital menurut UNESCO dalam (Restianty,

2018) adalah kecakapan menggunakan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) untuk menemukan, menggunakan, menilai, membuat dan membagikan informasi dengan kapasitas kognitif, etika, sosial, emosional dan aspek teknis serta teknologi. Salah satu penyebab remaja terpapar dampak negatif media sosial adalah keterbatasan kemampuan literasi digital. Program seperti ini berhasil menjangkau ribuan pelajar di seluruh Indonesia, sehingga melahirkan agen perubahan di kalangan remaja. Namun mengingat kompleksitas permasalahan terkait media sosial, diperlukan pendekatan yang lebih komprehensif dan kontekstual. Untuk itu dibutuhkan upaya lewat integrasi perspektif kepemimpinan, pendekatan psikologi dan Etika Kristen sehingga siswa memiliki perspektif yang komprehensif dan mampu menentukan sikap yang tepat dalam menyikapi media sosial.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan di Sekolah Menengah Teologi Kristen (SMTK) Soe pada tanggal 26 November 2024. Kegiatan ini dilaksanakan oleh tim PKM dosen dan mahasiswa Program Studi Pendidikan Penyuluhan Agama Institut Agama Kristen Negeri Kupang. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman peserta secara mendalam dan menyeluruh mengenai bagaimana menerapkan prinsip-prinsip kepemimpinan dalam pengambilan keputusan terkait penggunaan media sosial sehingga siswa membangun kapasitas memimpin diri sendiri, dampak psikologis penggunaan media sosial dan meningkatkan pemahaman peserta tentang etika Kristen dalam bermedia sosial. Target dan sasaran kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Program Studi Pendidikan Penyuluhan Agama Kristen adalah Siswa SMTK Kota Soe berjumlah 30 orang. Siswa SMTK termasuk kategori usia remaja yakni 15-19 tahun.

## METODE PENELITIAN

Pelaksanaan kegiatan PKM dilaksanakan melalui tahapan:

1. Tahapan I: analisis masalah siswa di SMTK Soe. TIM PKM melakukan wawancara dengan kepala sekolah dan survey untuk mengetahui permasalahan yang dialami siswa.
2. Tahapan II: Tim PKM mengadakan rapat untuk membahas masalah yang ditemukan. Selanjutnya tim menyusun proposal dan mengajukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
3. Tahapan III: tim melakukan rapat untuk mempersiapkan kegiatan PKM. Dalam Rapat dibahas hal-hal terkait bentuk kegiatan, sub tema, pemateri, susunan acara dan lain-lain.

4. Tahapan IV: pelaksanaan kegiatan PKM kepada siswa SMTK Soe Kabupaten TTS. Kegiatan terdiri atas pemberian materi dan aktivitas siswa. Materi kegiatan disampaikan dalam 3 sesi oleh 3 orang pemateri: Dr Zummy A. Dammy, Irene Elvira Daik, S.Si Teol., M.Psi dan Merling T.L.C Mesakh, M.Pd. Aktivitas siswa terdiri atas diskusi kelompok, studi kasus, membuat refleksi diri terkait penggunaan media dan dampaknya berdasarkan pengalaman siswa, dan membuat kartu komitmen.
5. Tahapan V: publikasi kegiatan pada koran dan jurnal *online*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Aditya dalam (Putri et al., 2024) media sosial disebut sebagai media online dimana para penggunanya dapat dengan mudah menggunakannya, berbagi, dan membuat konten serta mempublikasikan lewat blog, sosial, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Kehadiran media sosial tidak terpisahkan dari hidup manusia dan memberikan pengaruh pada remaja. Penggunaan media sosial memiliki dampak positif dan negative bagi generasi muda. Dampak positif yakni memudahkan interaksi, kreativitas, kesadaran sosial sedangkan dampak negatif antara lain mengalami penyakit mental, *cyberbullying* dan berkurangnya privasi (Iryadi et al., 2024).

Dalam penelitiannya, Waruwu sebagaimana dikutip oleh Belo menekankan signifikansi Pendidikan Etika Kristen yang berlandaskan prinsip-prinsip Alkitab (Belo, 2021). Pendekatan ini memiliki potensi untuk membimbing individu dalam memanfaatkan media sosial secara bijaksana, sejalan dengan nilai-nilai keimanan Kristen, terutama di tengah era disruptif yang kita hadapi saat ini. Pendidikan etika berbasis Alkitab ini dipandang sebagai sarana efektif untuk membantu umat Kristen menyelaraskan perilaku *online* dengan ajaran iman mereka, meskipun dihadapkan dengan berbagai tantangan dan perubahan cepat di dunia digital.

Siswa SMTK Soe di Kabupaten Timor Tengah Selatan, sebagai bagian dari generasi digital pun tidak luput dari fenomena tersebut. Mereka berada pada tahap perkembangan kritis, dimana pembentukan identitas dan nilai-nilai moral sangatlah penting (Kohlberg dalam Lutfya et al., 2024). Oleh karena itu, penyuluhan tentang etika dan dampak psikologis media sosial dalam perspektif Kristen sangatlah relevan dan penting. Melalui penyuluhan ini diharapkan siswa dapat mengembangkan literasi digital yang kritis, etis, dan sehat secara psikologis serta sejalan dengan ajaran Kristen. Di era di mana batasan antara dunia digital dan fisik semakin kabur, pemahaman mendalam tentang etika dan dampak psikologis media sosial menjadi keterampilan hidup yang penting. Dengan memadukan perspektif psikologi dan agama Kristen, penyuluhan ini bertujuan untuk memberdayakan siswa SMTK Soe agar mampu mengarungi

lanskap digital dengan bijak, beretika, dan sehat mental.

Penyuluhan “Psiko-Sosial Media” yang diusulkan kepada siswa SMTK Soe merupakan langkah nyata dalam memberikan pemahaman mendalam mengenai penggunaan media sosial yang etis dan sehat secara psikologis. Solusi yang diberikan adalah dengan memberikan bimbingan praktis dan terukur yang mengintegrasikan bidang keilmuan Kristen antara lain Etika Kristen, Pendidikan Agama Kristen (PAK) Remaja, Psikologi Kristen, dan Ilmu Sosial Budaya Dasar.

Untuk meningkatkan pemahaman siswa dan pengendalian diri siswa dalam bermedia sosial maka siswa telah dibekali dengan materi yang disampaikan dalam 3 sesi. Sesi pertama materi disampaikan oleh Dr. Zummy Anselmus Dammy dengan materi Penggunaan Media Sosial dalam Perspektif Pemimpin Kristen. Pemateri 1 mengajak peserta menjawab pertanyaan reflektif terkait penggunaan media sosial peserta dalam kehidupan sehari-hari lalu dilanjutkan penyampaian materi tentang peran media sebagai sarana komunikasi, penunjukan identitas pengguna, pemahaman tentang tindakan tugas dan harapan. Pemateri menjelaskan dalam bermedia sosial siswa perlu memiliki dan membangun kepemimpinan otentik siswa. Kepemimpinan otentik diartikan sebagai perilaku memberi pengaruh dan memotivasi pengikut untuk mencapai tujuan melalui ketulusan dan perspektif moral yang positif. Cara kerja kepemimpinan otentik terdiri atas peran pengambil keputusan, relasional dan informal. Kepemimpinan siswa yang otentik meliputi identitas moral, berpikir kritis, kesadaran diri dan relasi yang otentik. Isi percakapan siswa yang otentik contohnya: kehidupan Kristen, kasih Allah, belas kasih dan sebagainya dikomunikasikan siswa lewat media sosial yang ada sebagai hasil keputusan siswa .

Materi kedua disampaikan oleh Irene Elvira Daik, M.Psi. Dalam Sesi ini pemateri menyampaikan materi dengan tema Dampak Psikologis Media Sosial bagi Remaja dengan Prinsip Alkitab. Pemateri menjelaskan media sosial sebagai media online dan para penggunanya dengan mudah berbagi serta berinteraksi. Pemateri juga menjelaskan dampak positif dan negatif media sosial terhadap aspek kehidupan fisik, psikologis, dan sosial dan pentingnya meningkatkan *self control* penggunaan media. *Self control* atau pengendalian diri termasuk dalam buah Roh sebagaimana diajarkan oleh Tuhan lewat Alkitab menjadi dasar dalam bermedia sosial .

Materi ketiga disampaikan oleh Merling T.LL.C Mesakh, M.Pd. Dalam sesi ini pemateri menjelaskan alasan mengapa etika sosial penting karena tanpa etika media sosial dapat

menjadi sumber masalah berdasarkan kasus atau masalah yang ada di berbagai berita dan media online. Selanjutnya pemateri menjelaskan prinsip utama etika bermedia sosial :STOP. Arti STOP adalah saring sebelum sharing, tunjukkan empati, originalitas dan menghargai privasi diri. Dalam bermedia perlu menerapkan prinsip uji jejak digital, memahami tantangan bermedia sosial. Materi diakhiri dengan penerapan etika positif dalam aktivitas media sosial.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat telah dilaksanakan dengan baik dan bermanfaat positif bagi peserta. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini telah tercapai antara lain meningkatkan pemahaman peserta secara mendalam dan menyeluruh mengenai kapasitas siswa memimpin diri dalam bermedia online, penggunaan media sosial yang etis dan sehat secara psikologis serta meningkatkan pemahaman peserta tentang Etika Kristen dalam bermedia sosial

## **SARAN DAN UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih ditujukan kepada Institut Agama Kristen Negeri Kupang yang telah memberikan kesempatan dan dukungan kepada tim PKM melakukan kegiatan PKM di SMTK Soe. Ucapan terimakasih juga diberikan kepada Sekolah Menengah Teologi Kristen yang telah memberikan dukungan kepada tim PKM melaksanakan kegiatan PKM kepada 30 orang siswa serta sarana prasarana penunjang kegiatan ini.

## **Lampiran Kegiatan**



## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, R., Sriati, A., & Hedrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Jurnal Universitas Padjajaran*, 3(1), 41–53.
- Belo, Y. (2021). Etika Kristen terhadap Penggunaan Media Sosial. *Luxnos.*, 7(2), 288–302.
- Iryadi, A., Dewi, S., Rahmawati, R., Adriani, A. C., & Pertiwi, Q. S. N. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Ilmu Hukum Dan Administrasi Negara: Eksekusi*, 2(1), 73–78.
- Iskandar, D., & Isnaeni, M. (2019). Penggunaan Internet di Kalangan Remaja di Jakarta. *Journal of Communication Study*, 6(1), 57–72.
- Lutfya, Z., Yulianti, I., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Moral Remaja . *Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora: Dewantara*, 3(3), 108–119.
- Putri, A. A., Herwanto, P. R., & Fairuzzia, N. A. H. (2024). Pengaruh Roleplay di Media Sosial terhadap Perkembangan Kepribadian Remaja . *Komunikologi: Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi Dan Sosial*, 8(1), 82–88.
- Restianty, A. (2018). Literasi Digital, sebuah Tantangan Baru dalam LIterasi Media. *Jurnal Kehumasan Gunahumas*, 1(1), 72–87.
- Saragih, A. A., Kartika, A., & Novita, N. (2023). Analisis Dampak Media Sosial bagi Remaja di Kota Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 4(3), 383–390.
- Wulandari, Ri., & Netrawati. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja* , 3(1), 41–46.