**Penguatan Nilai-Nilai Moderasi Beragama – “Cerdas Bermedia Sosial Dan Kaitannya dengan Kesehatan Mental” di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda Desa Sukaringin Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi Jawa Barat**

**Galuhpritta Anisaningtyas1), Gita Wardani2), Ummi Aviyatin3)**

1*Sekolah Tinggi Agama Islam At-Taqwa Bekasi*

2*Sekolah Tinggi Agama Islam At-Taqwa Bekasi*

3.*Sekolah Tinggi Agama Islam At-Taqwa Bekasi*

Email:

galuhpritta08@gmail.com gitawarda22@gmail.com ummiaviyatin777@gmail.com

**ABSTRACT**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh tingginya intensitas remaja dalam mengakses media sosial. Kemunculan media sosial seperti Whatsapp, YouTube, Facebook, Instagram, Twitter, Tiktok, Telegram, dan lainnya memberikan berbagai fasilitas kemudahan kepada penggunanya, misalnya dalam berkomunikasi, menyebarkan dan mendapatkan akses informasi.

Maka dalam penelitian ini kami memberikan sosialisasi penguatan moderasi beragama-cerdas bermedsos di era disrupsi dengan tema “cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental” kepada siswa-siswi Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda Desa Sukaringin Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi Jawa Barat.

Metode yang digunakan adalah metode yang digunakan adalah PAR *(Participatory Action Research)*. Metode ini melibatkan pelaksanaan penelitian dalam untuk mendefinisikan sebuah masalah maupun menerapkan informasi ke dalam aksi sebagai solusi atas masalah yang telah teridentifikasi. Pengumpulan data dengan metode observasi, wawancara, serta kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas remaja dalam mengakses media sosial tergolong tinggi, dapat dilihat dari frekuensi, durasi, minat, dan motivasi remaja dalam mengakses media sosial.

Hasil dari sosialisasi yang dilakukan adalah adanya penambahan ilmu pengetahuan (*knowledge*) pada peserta didik terkait dari materi sosialisasi yang disampaikan.

**Keywords**

*Media Sosial, Remaja, Kesehatan Mental.*

# Pendahuluan

Media sosial telah menjadi bagian integral masyarakat modern. Hal ini menjadikan ada ruang virtual yang begitu diminati oleh penggunanya. Ada akun- akun untuk berbagi foto, video, status terbaru, salin menyapa dan bertemu secara virtual dengan temanteman baru dan teman- teman lama. Selalu ada jalur melalui media sosial terhadap kebutuhan akan beragam informasi dan komunikasi yang muncul di masyarakat. (Kementerian Perdagangan Republik Indonesia, 2014)

Embrio media sosial sendiri bermula pada era 70-an, tepatnya tahun 1978, saat sistem papan buletin atau *bulletin board system* (BBS) ditemukan oleh Ward Christensen dan Randy Suess yang merupakan pecinta dunia komputer. Sistem papan ini memungkinkan pengguna (user) untuk bisa berhubungan dengan orang lain memakai surat elektronik atau pun mengunggah dan mengunduh melalui perangkat lunak yang tersedia saat itu. Ini merupakan awal sebuah komunitas virtual dalam lingkup terbatas. Kala itu konektivitas internet berlangsung menggunakan saluran telepon yang terhubung dengan modem.

Di Indonesia, data dari Hootsuite di tahun 2023, pengguna media sosial di Indonesia berjumlah sekitar 215 juta orang, yang berarti 78 persen dari total populasi. Bukan hanya jumlahnya besar, tetapi juga pengguna aktif. Setiap hari rata-rata orang Indonesia menghabiskan waktu selama 7 jam 42 menit untuk bermedia sosial. Sepuluh peringkat media sosial yang paling sering digunakan oleh orang-orang Indonesia, (Hootsuite, 2023), Whatsapp (92,1%), Instagram (86,5%), Facebook (83,8%), Tiktok (70,8%), Telegram (64,3%), Twitter (60,2%), Facebook Messanger (51,9%), SnackVideo (37,8%), Pinterest (36%), Line (31,9%), Sedangkan profil pengguna media sosial berdasarkan usia menurut survey Hootsuite (2023). (Riyanto, 2023)

Berdasarkan uraian di atas, 10 aplikasi tersebut banyak di gunakan oleh masyarakat Indonesia pada rentang usia 16-64 tahun. Hasil laporan di atas menempatkan WhatsApp pada posisi teratas yang paling banyak di gunakan. Melansir Kompas.com, data mengungkapkan bahwa durasi setiap individu untuk mengakses WhatsApp dalam satu bulan berkisar 29 jam 6 menit. Namun, hasil tersebut rupanya mengalami penurunan sebanyak 7,3% secara year-on-year apabila dibandingkan tahun sebelumnya yang waktu penggunaannya capai 31,4 jam tiap bulannya. Peringkat kedua diduduki oleh Instagram dan ketiga facebook dengan rata-rata waktu yang dihabiskan tiap bulannya untuk mengakses Instagram dan facebook sebesar 14 jam 36 menit. Meski tak masuk tiga besar aplikasi yang paling banyak digunakan masyarakat usia 16-64 tahun, nyatanya Tiktok mampu meraup angka 70,8% dengan rata-rata waktu akses penggunanya sebanyak 29 jam per bulannya. Angka ini tentu ungguli *Instagram* dan *Facebook* dalam hal waktu akses per bulannya. Selain 4 nama diatas, beberapa nama lain juga masuk daftar aplikasi yang paling banyak digunakan, yakni *Telegram, Twitter, FB Messenger, SnackVideo, Pinterest*, dan *Line* (Riyanto, 2023).

Dalam tulisannya, Rifauddin (2016) mengulas secara spesifik tentang *cyberbullying* yang dilakukan remaja melalui *Facebook*. *Cyberbullying* didefinisikan sebagai bentuk intimidasi, melalui pesan kejam dan gambar yang tidak pantas dilakukan seseorang untuk melecehkan korban melalui perangkat teknologi (Rifauddin, 2016). Ia mengatakan bahwa perkembangan teknologi dikhawatirkan berdampak negatif pada remaja karena mereka dalam periode ini masih dalam masa transisi sehingga kejiwaan mereka masih mudah dipengaruhi rangsangan luar (Rifauddin, 2016).

Jika menilik di mesin pencarian *Google*, maka begitu banyak ditemukan kasus *cyberbullying* yang dilakukan remaja. Dampak dari *cyberbullying* ini baik bagi pelaku maupun korban berdampak negatif. Menurutnya, pelaku akan merasa bersalah terus menerus, korban merasa sakit hati dan kecewa. Sedangkan korbannya akan mengalami depresi, kecemasan, dan ketidak nyamanan, menurunnya prestasi disekolah, tidak mau bergaul dengan teman sebaya, dan menghindari lingkungan sosial bahkan bisa mengakibatkan upaya bunuh diri (Rifaudin, 2016).

Media sosial juga menjadi media bagi predator untuk melakukan kejahatan yang berbahaya bagi anak-anak dan remaja. Hal ini karena anak-anak dan remaja umumnya belum bisa mengidentifikasi sepenuhnya identitas orang yang dikenalnya di media sosial. Mereka rentan pula terpapar pornografi yang bisa dengan mudah di akses melalui kiriman teman di media sosial. Dampaknya berakibat siswa kesulitan berkonsentrasi dalam belajar sehingga minat belajar menurun, melakukan hal yang terlarang, dan berperilaku berbeda dari biasanya (M. R. Haryani, Mudjiran, 2012).

Oleh sebab di atas, kepekaan remaja dengan lingkungan sekitar menjadi berkurang. Hal ini menjadikan media sosial sebagai hal utama untuk dicari tahu. Bila tidak melihat media sosial, rasanya ada yang kurang dalam hidup. Tidak jarang, remaja menjadi lebih senang “hidup” di dunia maya dibandingkan dengan di dunia nyata.

Dunia maya dapat mengelabui mata, seerti adanya fasilitas edit foto dan video, dimana remaja bisa mengubah tampilan dirinya menjadi lebih menarik dan sesui dengan keinginannya. Artinya, media sosial berdampak kurang bik terhadap kesehatan mental remaja. Keseharian hidupanya tidak bisa lepas dari media sosial. Menurut mereka, media sosial adalah hal menarik yang ada pada zaman sekarang ini.

Kehadiran media sosial Bagai 2 mata pisau, bisa berdampak positif dan bisa juga berdampak negatif. Remaja zaman sekarang atau lebih dikenal dengan generasi Z menjadi bagian dari manusia yang menikmati teknologi. Hal ini tidak lepas dari media sosial sebagai sarana untuk berinteraksi dengan mudah. Untuk itu atau remaja dituntut untuk cerdas bermedia sosial agar terus selalu dalam jalur yang benar. Tidak cerdas bermedia sosial sangat berdampak pada kesehatan mental, dimana media sosial membuat kecanduan hingga lupa diri dan lupa kewajiban-kewajibannya sebagai individu, anak, siswa dan hamba Allah. Selain itu, media sosial bisa menjadikan remaja lupa dengan sisi kemanusiaan. Untuk itu, ilmu tentang cerdas bermedia sosial perlu diberikan atau disosialisasikan, dengan harapan remaja bisa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Ardianto dalam bukunya yang berjudul Komunikasi Massa, tingkat penggunaan media dapat dilihat dari frekuensi dan durasi dari penggunaan media tersebut (Elvinaro, 2004).

Menurut Lometti, Reeves, dan Bybee penggunaan media oleh individu dapat dilihat dari tiga hal, yaitu: (Rahmani, 2016)

1. Jumlah waktu, hal ini berkaitan dengan frekuensi, intensitas, dan durasi yang digunakan dalam mengakses situs;
2. Isi media, yaitu memilih media dan cara yang tepat agar pesan yang ingin disampaikan dapat dikomunikasikan dengan baik.
3. Hubungan media dengan individu dalam penelitian ini adalah keterkaitan pengguna dengan media sosial.

Media sosial sendiri didefinisikan sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog, jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia.

Andreas Kaplan dan Michael Haenlein mendefinisikan media sosial sebagai "sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang membangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0, dan yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran user-generated content". Menurut Shirky, media sosial dan perangkat lunak sosial merupakan alat untuk meningkatkan kemampuan pengguna untuk berbagi (to share), bekerja sama (to cooperate) diantara pengguna dan melakukan tindakan secara kolektif yang semuanya berada diluar kerangka institusional meupun organisasi. Media sosial adalah mengenai menjadi manusia biasa. Manusia biasa yang saling membagi ide, bekerjasama, dan berkolaborasi untuk menciptakan kreasi, berpikir, berdebat, menemukan orang yang bisa menjadi teman baik, menemukan pasangan, dan membangun sebuah komunitas. Intinya, menggunakan media sosial menjadikan individu sebagai diri sendiri (Haenlein, 2010).

Berdasarkan uraian di atas tentang penggunaan media sosial, maka dapat disimpulkan penggunaan media sosial adalah suatu kegiatan yang dilakukan seseorang dengan menggunakan media yang dapat digunakan untuk berbagi informasi, berbagi ide, berkreasi, berfikir, berdebat, menemukan teman baru dengan sebuah aplikasi online yang dapat digunakan melalui gadget. Selanjutnya, berdasarkan permasalahan di atas, maka kegiatan sosialisasi pada kegiatan pengabdian masyarakat berbasis penelitian harus dilakukan. Sosialisasi dilakukan kepada siswa/siswi kelas VII, VIII dan IX di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda Desa Sukaringin untuk belajar lebih cerdas dan bijak dalam menggunakan media sosial.

# Metode Penelitian

Metode yang digunakan adalah PAR (Participatory Action Research). Metode ini melibatkan pelaksanaan penelitian dalam pengabdian masysrakat untuk mendefinisikan sebuah masalah maupun menerapkan informasi ke dalam aksi sebagai solusi atas masalah yang telah teridentifikasi. PAR (Participatory Action Research) adalah penelitian oleh, dengan dan untuk orang, bukan penelitian terhadap orang.

Penelitian PAR (Participatory Action Research) merupakan salah satu model penelitian yang melibatkan semua pihak yang relevan untuk mengkaji suatu tindakan yang sedang berlangsung dalam rangka melakukan perubahan dan perbaikan kearah yang lebih baik. Hal yang mendasari dilakukannya penelitian Participatory Action Research (PAR) adalah untuk mendapatkan hasil perubahan yang diinginkan.

Jenis penelitian Participatory Action Research (PAR) memiliki tiga tolok ukur yaitu partisipasi, riset dan aksi. Semua riset tersebut berhubungan satu sama yang lain, ketiganya harus diimplementasikan dalam aksi. Tiga tolok ukur tersebut bersinergi untuk merubah atau melakukan perbaikan dari yang sebelumnya. Penelitian jenis participatory action research (PAR), peran dari peneliti diantaranya berkedudukan sebagai perencana (planner), pengarah (leader), perancang (designer), memperlancar (fasilitator), pendidik (educator), pendengar (listener), pengamat (Observer), penghubung (catalyzer), dan penyelaras akhir (synthesizer).

Dalam melakukan kegiatan Participatory Action Reseacrh (PAR), terdapat enam langkah diantaranya pertama learning in action, peneliti bersama masyarakat melakukan kegiatan diskusi tentang perencanaan, penyelidikan, evaluasi, pelatihan, dan pemetaan. Kedua exploring problems, peneliti membuat rancangan yeng berisi tentang jadwal waktu, tanggapan masyarakat, dan sumber pemetaan. Ketiga fact, finding, dan listening, peneliti mengetahui dari fakta, temuan, dan mendengarkan informasi apa saja dari masyarakat dan suara masyarakat. Keempat knowing the actors, peneliti melakukan identifikasi dari semua pihak yang relevan (stakeholders) meliputi analisis sosial, kekuatan dan ketertarikan masyarakat. Kelima assesing options, peneliti menerima saran dari pihak yang terkait. Keenam understanding system, peneliti harus memahami sistem keselurahan yang terkait meliputi melakukan analisi domain, domain yang dianalisis adalah ekologi, aktivitas, problem, problem, pilihan, dan domain sosial.

Salah satu teknik pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat berbasis penelitian ini dilakukan dalam bentuk kegiatan sosialisasi sehari kepada siswa-siswa kelas VII, VIII dan IX di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda. Materi sosialisasi diberikan oleh dosen pembimbing dalam bentuk materi interaktif dengan siswa tentang cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental.

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 10 Agustus 2023 pukul 13.00 s.d 15.00 WIB. Sebelum diadakan sosialisasi, siswa-siswa diminta untuk mengisi Pretest tentang penggunaan media sosial. Sosialisasi berlangsung selama dua jam. Setelah selesai sosialisasi, diadakan sesi diskusi tanya jawab dengan peserta. Pada acara diskusi ini, pemateri memberikan pertanyaan secara acak, siswa-siswi yang benar dalam menjawab pertanyaan diberi hadiah. Setelah pemaparan materi sosialisasi, siswa-siswi diminta untuk mengisi posttest sebagai output dari kegiatan ini.

# Hasil dan Bahasan

## Hasil

Hasil yang telah dicapai pada kegiatan ini adalah bahwa sosialisasi ini berada pada tahap dimana seseorang lepas pada satu identitas masyarakat yang lama dan masuk kepada identitas yang baru. Cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental yang diberikan kepada Siswa Kelas VII, VIII, dan IX Madrasah Tsanawiyah Miftahul Huda Desa Sukaringin ini adalah bahwa adanya perubahan berupa nilai-nilai dan norma baru yang tertuang di dalam pengetahuan (knowledge) peserta terkait dengan tema yang diangkat. Peserta memahami tentang seluk beluk media sosial seperti fungsi dari media sosial, dampak positif dan negatif dari media sosial, memahami apa itu cerdas bermedia sosial serta tujuannya, memahami bagaimana etika bermedia sosial.

Selanjutnya, peserta juga memahami hal-hal yang harus diperhatikan dalam bermedia sosial, pentingnya cerdas bermedia sosial, memahami apa saja yang harus dihindari dalam bermedia sosial serta memahami bagaimana memanfaatkan media sosial dengan bijak. Hal ini terangkum di dalam posstest (lampiran) yang diberikan setelah peserta mendapatkan materi tentang cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental.

## 3.2 Bahasan

Pengabdian masyarakat berbasis penelitian ini dilakukan dengan tujuan bertambahnya ilmu pengetahuan peserta terkait dengan tema yang diangkat dalam sosialisasi, yaitu cerdas bermedia sosial. Cerdas bermedia sosial dikatkan dengan kesehatan mental, dimana pemateri menjelaskan bahwa penggunaa media sosial dapat berdampak kepada kesehatan mental remaja, baik yang positif maupun yang negatif. Menurut Karl Menninger, Kesehatan Mental adalah individu yang memilki kemampuan untuk menahan diri, menunjukkan kecerdasan, berperilaku dengan menenggang perasaan orang lain, serta memiliki sikap hidup yang bahagia.

Menurut Alexander Schneiders mental hygiene adalah suatu seni yang praktis dalam mengembangkan dan menggunakan prinsip-prinsip yang berhubungan dengan kesehatan mental dan penyesuaian diri, serta pencegahan dari gangguan-gangguan psikologis. Menurut Isaac Ray Mental hygiene *“The art of preserving the mind against all incidents and influences calculated to deteriorate its qualities, impair its energies, or derange its movements”*

(Seni memelihara akal atau fikiran dalam menghadapi semua peristiwa yang diperhitungkan dapat memperburuk kualitas dirinya, mengurangi energi, atau menghambat gerakannya/aktifitasnya).

Menurut Frank, L.K, Kesehatan Mental adalah orang yang terus menerus tumbuh, berkembang, dan matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian dalam berpartisipasi dalam memelihara aturan sosial dan tindakan dalam budayanya. Berdasarkan teori-teori diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah kondisi dimana seseorang dapat mengembangkan dirinya secara optimal baik secara intelektual, emosional mapun spiritual dalam menjalani kehidupan. Sebelum pemaparan materi, peserta terlebih dahulu mengisi pretest sebagai bentuk informasi awal bagi pemateri sampai sejauh mana pengetahuan peserta tentang cerdas bermedia sosial. Hasil yang didapat dari pretest yang dilakukan adalah bahwa tidak semua peserta memahami apa itu cerdas bermedia sosial. Terdapat juga peserta yang belum memahami dampak yang ditimbulkan dari media sosial baik positif dan negatifnya. Selain itu, pemahaman peserta hanya sebatas menggunakan media sosial, tanpa memahami cara-cara yang positif dalam memanfaatkan media sosial.

Menurut pendapat Ardianto dalam bukunya yang berjudul Komunikasi Massa, tingkat penggunaan media dapat dilihat dari frekuensi dan durasi dari penggunaan media tersebut. Menurut Lometti, Reeves, dan Bybee penggunaan media oleh individu dapat dilihat dari tiga hal, yaitu:

* + 1. Jumlah waktu, hal ini berkaitan dengan frekuensi, intensitas, dan durasi yang digunakan dalam mengakses situs
		2. Isi media, yaitu memilih media dan cara yang tepat agar pesan yang ingin disampaikan dapat dikomunikasikan dengan baik.
		3. Hubungan media dengan individu dalam penelitian ini adalah keterkaitan pengguna dengan media sosial

Menurut Shirky media sosial dan perangkat lunak sosial merupakan alat untuk meningkatkan kemampuan pengguna untuk berbagi (to share), bekerja sama (to cooperate) diantara pengguna dan melakukan tindakan secara kolektif yang semuanya berada diluar kerangka institusional meupun organisasi. Media sosial adalah mengenai menjadi manusia biasa. Manusia biasa yang saling membagi ide, bekerjasama, dan berkolaborasi untuk menciptakan kreasi, berpikir, berdebat, menemukan orang yang bisa menjadi teman baik, menemukan pasangan, dan membangun sebuah komunitas. Intinya, menggunakan media sosial menjadikan kita sebagai diri sendiri.

Setelah dilakukan prestest dan menganalisanya, selanjutnya pemateri menjelaskan informasi-informasi tentang cerdas bermedia sosial dan apa kaitannya dengan kesehatan mental yang dijabarkan ke dalam bentuk dampak-dampak dari media sosial baik positif maupun negatif. Hal ini dilakukan agar peserta memiliki gambaran yang konkrit tentang cerdas bermedia sosial dan komponen-komponen penting lainnya. Pemaparan materi sosialisasi cerdas bermedia sosial dilakukan dengan diselingi dialog interaktif sehingga terjadi komunikasi dua arah. Hal ini dilakukan agar menambah minat peserta untuk mendengarkan pemaparan materi selanjutnya. Selain itu, peserta juga diberikan hadiah apabila bisa menjawab dengan benar mengenai apa yang sudah disampaikan. Tentu saja hal ini dilakukan untuk menstimulasi peserta mengingat kembali materi sosialisasi yang sudah diberikan.

Setelah pemaparan materi, peserta diminta untuk mengisi lembar posttest. Hal ini bertujuan untuk melihat sejauh mana peserta memahami pemaparan materi mengenai cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental. Hasil yang didapat adalah bahwa peserta memahami secara keseluruhan mengenai materi yang diberikan. Dapat diartikan bahwa adanya penambahan ilmu pengetahuan (knowledge) terkait dari tema yang diangkat dalam sosislisasi tersebut. Hal ini sejalan dengan pendapat ahli bahwa sosialisasi merupakan proses yang terus terjadi selama hidup individu. Salah satu teori peran yang dikaitkan dengan sosialisasi ialah teori George Herbert Mead.

Dalam teorinya yang diuraikan dalam buku Mind, Self, and Society (1972), Mead menguraikan tahap pengembang diri manusia. Manusia yang baru lahir belum mempunyai diri. Diri manusia berkembang secara bertahap melalui interaksi dengan anggota masyarakat lain. Menurut Mead pengembangan diri manusia berlangsung melalui tahaptahap sebagai berikut:

1. Tahap persiapan (Preparatory Stage)

Tahap ini dialami sejak manusia dilahirkan, saat seorang anak mempersiapkan diri untuk mengenal dunia sosialnya. Pada tahap ini juga anak mulai melakukan kegiatan meniru meski tidak sempurna. Dalam tahap ini, individu sebagai calon anggota masyarakat dipersiapkan dengan dibekali nilai-nilai dan norma-norma yang menjadi pedoman bergaul dalam ,masyarakat oleh lingkungan yang terdekat, yaitu keluarga. Lingkungan yang memengaruhi termasuk individu yang berperan dalam tahapan ini relatif sangat terbatas, sehingga proses penerimaan nilai dan norma juga masih dalam tataran yang paling sederhana.

1. Tahap Meniru (Play Stage)

Tahap ini ditandai dengan semakin sempurnanya seorang anak menirukan peran-peran yang dilakukan oleh orang dewasa. Pada tahap ini mulai terbentu kesadaran tentang nama diri dan siapa nama orang tuanya, kakaknya, dan sebagainya. Anak mulai menyadari tentang apa yang dilakukan oleh seorang ibu dan apa yang diharapkan seorang ibu dari dirinya. Dengan kata lain, kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi orang lain juga mulai terbentuk pada tahap ini. Kesadaran bahwa dunia sosial manusia berisikan orang-orang yang jumlahnya banyak telah juga mulai terbentuk.

1. Tahap Siap Bertindak (Game Stage)

Peniruan yang dilakukan sudah mulai berkurang dan digantikan peran yang secara langsung dimainkan sendiri dengan penuh kesadaran. Kemampuannya menempatkan diri pada posisi orang lain pun meningkat, sehingga memungkinkan adanya kemampuan bermain secara bersama-sama. Pada tahap ini ,individu mulai berhubungan dengan teman teman sebaya di luar rumah. Peraturan-peraturan yang berlaku di luar keluarganya secara bertahap mulai dipahami. Bersamaan dengan itu, anak mulai menyadari bahwa ada norma tertentu yang berlaku di luar keluarganya.

1. Tahap Penerimaan Norma Kolektif (Generalizing Stage)

Pada tahap ini seseorang telah dianggap dewasa. Dia sudah dapat menempatkan dirinya pada posisi masyarakat secara luas. Dengan kata lain, dia dapat bertenggang rasa tidak hanya dengan orang-orang yang berinteraksi dengannya, tetapi juga dengan masyarakat secara luas. Manusia dewasa menyadari pentingnya peraturan, kemampuan bekerja sama, bahkan dengan orang lain yang tidak dikenalnya. Manusia dengan perkembangan diri pada tahap ini telah menjadi warga masyarakat dalam arti sepenuhnya. Dalam tahap ini, individu dinilai sudah mencapai tahap kematangan untuk siap terjun dalam kehidupan masyarakat.

# Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan sosialisasi cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental berjalan dengan lancar. Pelaksanaan sosialisasi ini dikemas dengan cara yang menarik, dengan menampilkan power point sebagai acuan yang dapat dilihat dan dipelajari oleh peserta. Pelaksanaan sosialisasi ini juga didukung dengan *pretest/posttest* yang dapat menganalisa pengetahuan peserta tentang cerdas bermedia sosial dan kaitannya dengan kesehatan mental.

 Selain itu, berdasarkan hasil pre-test dan post-test, diperoleh hasil adanya penambahan ilmu pengetahuan (*knowledge*) dari para peserta. Sebelumnya para peserta belum mengetahui manfaat dan penggunaan media sosial yang tepat dan dampaknya bagi kesehatan mental, namun setelah diberikan materi mengenai tema tersebut, peserta sosialisasi menjadi paham dengan tema yang diangkat.

# References

Elvinaro, Ardianto. 2004. *Komunikasi Massa : Suatu Pengantar*, Bandung: Simbiosa Rekatama Media.

Haenlein, Michael. 2010. *Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media".* Business Horizons.

Haryani, M. R., Mudjiran, & Y. Syukur. *Dampak pornografi terhadap perilaku siswa dan upaya guru pembimbing untuk mengatasinya*, 2012, Konselor, hal 1-8.

Kementerian Perdagangan Republik Indonesia.2014. *Panduan Optimalisasi Media Sosial*. Jakarta : Humas Kementerian Perdagangan.

Rahmani, Thea. 2016. *Penggunaan Media Sosial Sebagai Penguasaan Dasar-Dasar Fotografi Ponsel*.Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Rifauddin, M. 2016 *Fenomena cyberbullying pada remaja*. Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khizanah Al-Hikmah.

Riyanto, Andi Dwi. 2023. *Indonesian Digital Report 2023*. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2023/>. Diakses pada 19 Agustus 2023.