

## PENINGKATAN KESADARAN BAHAYA KECANDUAN GAWAI DAN CYBER BULLYING MELALUI PROGRAM MABIT DI DESA MEKARSARI KECAMATAN CILAWU

Syauqi Mubarak<sup>1</sup>, Yoga Agustiansyah<sup>2</sup>, Azka Azkia<sup>3</sup>, Gezant Ashabil Haqdu D<sup>4</sup>, Asep Ahmad Taufik, Iqbal Amiludin<sup>6</sup>, Dede Yasa Riswanda<sup>7</sup>, Deden Ruli Cahyadi<sup>8</sup>, Moch Nashrull Maulana Fazri<sup>9</sup>, Rosa Salsabila<sup>10</sup>, Moch Rochmat Hanafiah<sup>11</sup>, Harish Dhiyaaul Haq As<sup>12</sup>, Riani Permata Sari<sup>13</sup>, Shilan Nauri<sup>14</sup>, Aldi Subekti<sup>15</sup>, Rhama Mardiana Muttaqin<sup>16</sup>, M Ripan Riki Mutakin<sup>17</sup>, Khoir Syamsudin A la<sup>18</sup>, Muhammad Salman Alfarizi<sup>19</sup>

<sup>1-21</sup>Institut Teknologi Garut, Garut, Indonesia  
Program Studi Teknik Industri, Teknik Informatika, Teknik Sipil, Arsitektur, Sistem Informasi

Email : \*<sup>1</sup>syauqi.mubarak@itg.ac.id

**Abstrak.** Kegiatan Malam Bina Iman dan Takwa (MABIT) yang dikombinasikan dengan literasi digital tentang bahaya penggunaan gawai berlebihan dan cyber bullying dilaksanakan sebagai bagian dari program Kuliah Kerja Nyata (KKN) mahasiswa Institut Teknologi Garut di Desa Mekarsari, Kecamatan Cilawu, Kabupaten Garut. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat, khususnya remaja, mengenai pentingnya menjaga akhlak terhadap orang tua dan meningkatkan kesadaran akan dampak negatif teknologi, seperti kecanduan gawai dan cyber bullying. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Penelitian Tindakan Partisipatif, di mana peserta dilibatkan secara aktif dalam ceramah keagamaan, diskusi, jurit malam, dan sesi literasi digital. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta tentang bahaya kecanduan gawai dan cyber bullying. Sebagian besar peserta menyatakan bahwa mereka baru sadar akan bahayanya penggunaan gawai secara berlebihan, dan banyak diantaranya menyatakan baru memahami pentingnya menjaga etika di dunia digital setelah mengikuti kegiatan ini. Program ini diharapkan dapat berkelanjutan melalui kolaborasi dengan tokoh agama dan lembaga pendidikan setempat, sehingga literasi digital dan penguatan nilai-nilai moral dapat terus ditingkatkan..

**Kata Kunci:** akhlak, cyber bullying, kecanduan gawai, literasi digital, MABIT.

### I. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang pesat telah membawa banyak dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam pola komunikasi dan interaksi sosial. Kehadiran perangkat gawai seperti smartphone dan tablet memberikan kemudahan dalam berkomunikasi, mendapatkan informasi, dan bersosialisasi secara virtual (Chaidirman et al., 2019). Namun, di balik berbagai kemudahan yang ditawarkan, penggunaan gawai yang berlebihan juga menimbulkan sejumlah dampak negatif, khususnya bagi anak-anak dan remaja. Salah satu masalah utama yang muncul adalah kecanduan gawai, yang dapat mempengaruhi perkembangan sosial, emosional, dan intelektual mereka (Nurbaeti Zen et al., 2024).

Tidak hanya itu, kemajuan teknologi informasi juga membawa fenomena baru yang dikenal dengan istilah cyber bullying, yakni tindakan penindasan atau pelecehan melalui dunia maya (Barlett, 2019; Cretu & Morandau, 2024; Yuniarramah & Adiyanti, 2019). Cyber bullying sering kali terjadi di media sosial atau platform daring lainnya, di

mana pelaku dapat menyembunyikan identitas mereka, sehingga tindakan ini lebih sulit terdeteksi dibandingkan bentuk bullying konvensional. Berdasarkan data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika, kasus cyber bullying di Indonesia terus meningkat, sejalan dengan meningkatnya penggunaan internet di kalangan anak-anak dan remaja (KemKominfo, 2023).

Melihat kondisi ini, penting adanya edukasi yang menyeluruh mengenai bahaya penggunaan gawai yang berlebihan dan ancaman cyber bullying, terutama di lingkungan masyarakat pedesaan yang mungkin belum sepenuhnya menyadari dampak negatif dari teknologi ini. Salah satu cara untuk mengatasi permasalahan ini adalah melalui kegiatan yang melibatkan pendekatan keagamaan, yang dapat membangun kesadaran akan pentingnya nilai-nilai moral dan spiritual dalam penggunaan teknologi.

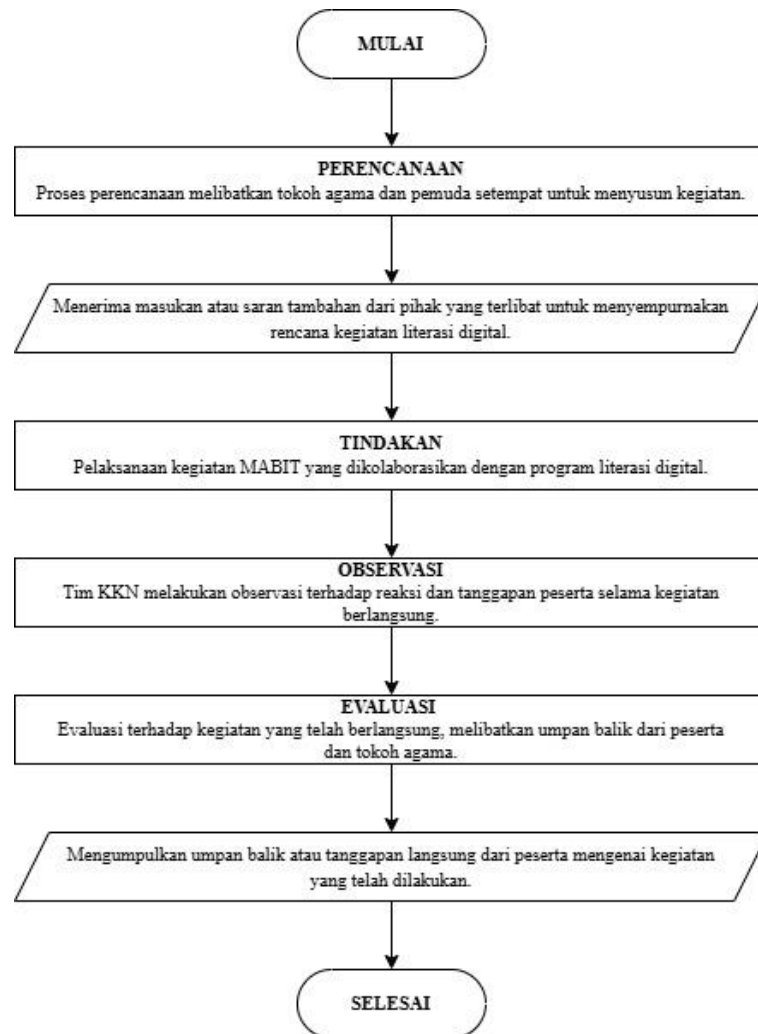
Kegiatan Malam Bina Iman dan Takwa (MABIT) merupakan salah satu kegiatan keagamaan yang bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai moral, keimanan, dan akhlak yang baik kepada masyarakat, khususnya anak-anak dan remaja (Andriyadi, 2021). MABIT sering kali menjadi momentum penting untuk mengajak peserta merenungi kembali pentingnya menjaga keseimbangan antara dunia digital dan kehidupan nyata. Dalam rangka memberikan manfaat yang lebih luas, pada pelaksanaan MABIT di Desa Mekarsari, program ini dikolaborasi dengan kegiatan literasi digital yang membahas bahaya kecanduan gawai dan cyber bullying. Kolaborasi antara pembinaan iman dan takwa dengan literasi digital diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif kepada peserta mengenai pentingnya penggunaan teknologi secara bijak.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama anak-anak dan remaja, tentang bahaya penggunaan gawai secara berlebihan serta risiko cyber bullying. Kegiatan ini juga diharapkan dapat membantu peserta memahami dampak negatif teknologi jika tidak digunakan dengan bijak, serta bagaimana menjaga keamanan diri dalam dunia digital. Selain itu, melalui pendekatan keagamaan dalam MABIT, diharapkan peserta dapat menumbuhkan kesadaran akan pentingnya nilai moral dan keagamaan sebagai landasan dalam berinteraksi di dunia maya.

## II. METODE

### A. Desain Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan **Penelitian Tindakan Partisipatif (Participatory Action Research)** (Cornish et al., 2023; Gumiran & Daag, 2021). Pendekatan ini melibatkan partisipasi aktif dari peserta, tokoh masyarakat, dan mahasiswa dalam merencanakan, melaksanakan, mengamati, serta mengevaluasi kegiatan (Rahmat & Mirnawati, 2020). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengedukasi peserta mengenai bahaya penggunaan gawai secara berlebihan dan cyber bullying, serta mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan yang disampaikan melalui kegiatan *Malam Bina Iman dan Takwa* (MABIT). Penelitian tindakan ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan siklus, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan evaluasi.



Gambar 1. Diagram Alir Tahapan Kegiatan MABIT dan Literasi Digital

## B. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di RW 06, Desa Mekarsari, Kecamatan Cilawu, Kabupaten Garut, dalam rangka pelaksanaan program kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kelompok 15 mahasiswa Institut Teknologi Garut. Acara berlangsung pada malam hari setelah sholat Magrib, bertepatan dengan kegiatan MABIT pada tanggal 3 sampai 4 Agustus 2024.

## C. Responden/Peserta

Peserta dalam kegiatan ini mencapai lebih dari 50 orang. Namun yang dijadikan sampel adalah 20 peserta, yang menyasar semua kalangan warga di wilayah RW 6, namun yang menjadi target utamanya adalah anak-anak dan remaja yang rentan terhadap penggunaan gawai secara berlebihan dan terpapar risiko cyber bullying. Tokoh agama setempat, sebagai pembicara dan pendamping, juga berperan aktif dalam kegiatan ini.

Tabel 1. Responden/Peserta Kegiatan

No	Aktivitas	Manusia
1	Pembukaan Oleh Tokoh Agama Setempat	20 Orang
2	Ceramah Singkat Setelah Sholat Maghrib	20 Orang
3	Jurit Malam dan Renungan	20 Orang
4	Literasi Digital Tentang Bahaya Gawai dan Cyber Bullying	20 Orang
5	Evaluasi Bersama dan Penutupan	20 Orang

#### D. Tahapan Kegiatan

##### 1. Perencanaan

Pada tahap ini, tim mahasiswa KKN bekerja sama dengan tokoh agama setempat untuk merancang alur kegiatan MABIT dan sesi literasi digital. Berdasarkan hasil observasi awal terhadap kebutuhan warga, terutama remaja yang banyak terlibat dalam penggunaan gawai, topik literasi digital dipilih untuk melengkapi aspek spiritual yang disampaikan dalam MABIT.

##### 2. Pelaksanaan Tindakan

Kegiatan dibagi menjadi beberapa sesi:

- **Pembukaan oleh Tokoh Agama Setempat:** Pembukaan acara dilakukan oleh tokoh agama yang menjelaskan rangkaian kegiatan.
- **Ceramah Singkat Setelah Sholat Magrib:** Ceramah dengan tema *Akhlak yang Baik kepada Orang Tua* disampaikan oleh mahasiswa KKN. Ceramah ini bertujuan menekankan pentingnya akhlak dan iman dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam konteks hubungan dengan orang tua.
- **Jurit Malam dan Renungan:** Setelah pengajian, peserta mengikuti acara jurit malam sebagai upaya untuk menguatkan iman dalam menghadapi hal-hal mistis yang sering kali menjadi isu di masyarakat pedesaan. Kegiatan ini diakhiri dengan renungan malam yang fokus pada hubungan spiritual dan penghormatan terhadap orang tua.
- **Literasi Digital tentang Bahaya Gawai dan Cyber Bullying:** Materi disampaikan dengan pendekatan partisipatif, menggunakan presentasi visual, video pendek, dan diskusi yang melibatkan peserta secara aktif. Dalam sesi ini, peserta diajak memahami dampak negatif kecanduan gawai dan cyber bullying, serta bagaimana cara menghadapinya.
- **Evaluasi Bersama dan Penutupan:** Kegiatan diakhiri dengan evaluasi yang melibatkan peserta, panitia mahasiswa KKN, dan tokoh agama setempat. Evaluasi dilakukan secara terbuka melalui diskusi mengenai pengalaman peserta dan manfaat kegiatan.

Tabel 2. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

No	Aktivitas	Penanggung Jawab	Waktu
1	Pembukaan Oleh Tokoh Agama Setempat	RW 6	18:00
2	Ceramah Singkat Setelah Sholat Maghrib	Team KKN 15	18:30
3	Jurit Malam dan Renungan	RW 6 dan Team KKN 15	19:00
4	Literasi Digital Tentang Bahaya Gawai dan Cyber Bullying	Team KKN 15	19:50
5	Evaluasi Bersama dan Penutupan	RW 6 dan Team KKN 15	21:25

### 3. Observasi dan Pengumpulan Data

Selama kegiatan berlangsung, pengamatan dilakukan untuk melihat keterlibatan peserta dalam diskusi, serta respons mereka terhadap materi yang disampaikan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, dan wawancara informal dengan peserta serta tokoh agama setempat.

Wawancara dilakukan dengan menggunakan serangkaian pertanyaan terstruktur untuk mengevaluasi tingkat pemahaman peserta sebelum dan setelah kegiatan MABIT dan literasi digital. Desain pertanyaan difokuskan pada aspek pengetahuan dasar dan persepsi peserta mengenai cyber bullying dan kecanduan gawai. Berikut adalah rincian pertanyaan yang digunakan:

1) Pemahaman tentang bentuk-bentuk cyber bullying

Pertanyaan ini dirancang untuk mengidentifikasi seberapa luas pemahaman peserta mengenai jenis-jenis tindakan yang termasuk dalam cyber bullying. Berikut ini pertanyaan yang disampaikan saat kegiatan dilangsungkan:

*"Menurut kamu, apa saja contoh tindakan yang termasuk membuli orang lain di internet atau media sosial?"*

2) Pemahaman tentang cakupan bidang cyber bullying

Pertanyaan ini dirancang untuk mengukur sejauh mana peserta memahami berbagai aspek atau topik yang sering menjadi sasaran cyber bullying, seperti pelecehan seksual, ejekan terhadap bentuk tubuh (*body shaming*), penyerangan terhadap identitas ras atau agama, serta perundungan terkait kemampuan akademik atau status sosial seseorang. Berikut ini pertanyaan yang disampaikan saat kegiatan dilangsungkan:

*"Apa kamu pernah dengar tentang hal-hal yang sering diejek di internet Menurut kamu, apa yang biasanya dijadikan bahan ejekan di media sosial?"*

3) Pemahaman dampak kecanduan gawai hanya pada kesehatan psikis

Pertanyaan ini mengevaluasi pengetahuan peserta tentang dampak kecanduan gawai pada aspek psikis, seperti kecemasan atau depresi. Berikut ini pertanyaan yang disampaikan saat kegiatan dilangsungkan:

*"Menurut kamu, kalau terlalu sering main handphone, apa saja efeknya buat perasaan atau pikiran kita?"*

- 4) Bagaimana cara Anda mengatasi kecanduan gawai?

Pertanyaan ini menilai kesadaran peserta terhadap efek fisik dari kecanduan gawai, seperti gangguan tidur atau masalah pada mata. Berikut ini pertanyaan yang disampaikan saat kegiatan dilangsungkan:

*"Kalau kita sering main handphone dalam waktu lama, menurut kamu, apa dampaknya buat tubuh kita?"*

#### 4. Refleksi dan Evaluasi

Setelah kegiatan, dilakukan refleksi terhadap seluruh rangkaian acara. Hasil dari dievaluasi untuk melihat sejauh mana perubahan pemahaman peserta terkait penggunaan gawai yang bijak dan cyber bullying. Refleksi juga digunakan untuk memberikan saran bagi pengembangan program serupa di masa mendatang.

#### E. Alat dan Bahan

Kegiatan ini didukung oleh berbagai alat dan bahan untuk menunjang keberhasilan pelaksanaannya, antara lain:

- 1) Proyektor dan layar untuk memvisualisasikan materi literasi digital
- 2) Laptop untuk menampilkan presentasi dan video
- 3) Sound system untuk memperjelas penyampaian materi

#### F. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan melalui metode diskusi evaluatif antara peserta, mahasiswa, dan tokoh agama untuk mendapatkan umpan balik mengenai pengalaman dan manfaat yang mereka peroleh dari kegiatan ini. Hasil evaluasi ini juga menjadi refleksi bagi tim KKN dalam mengembangkan metode pembelajaran yang lebih baik untuk program selanjutnya.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi 3 bagian, masing-masing terdiri dari beberapa poin, hasil yang dicapai sebagai berikut:

#### A. Hasil Aktivitas

##### 1. Observasi

Tahap observasi dilakukan sebelum kegiatan MABIT dan literasi digital dimulai. Tim mahasiswa KKN melakukan observasi awal terhadap lingkungan RW 06 di Desa Mekarsari, yang mencakup wawancara terhadap 20 orang remaja secara acak untuk memahami tingkat pengetahuan mereka terkait bahaya penggunaan gawai berlebihan dan cyber bullying. Dari hasil wawancara, ditemukan bahwa 15 dari 20 remaja beranggapan bahwa cyber bullying hanya sebatas ketika mengolok-olok orang lain di media sosial, sedangkan 5 orang lainnya mengaku tidak tahu apa itu cyber bullying. Selain itu, hampir semua responden menyebutkan bahwa dampak dari kecanduan gawai hanyalah membuat mereka malas belajar, tanpa menyadari dampak negatif lain yang lebih serius.

Observasi ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di desa tersebut memiliki akses terhadap gawai, namun memiliki pemahaman yang terbatas tentang dampak negatif penggunaannya secara berlebihan, serta ketidaktahuan mengenai

berbagai bentuk dan dampak dari cyber bullying. Tokoh agama setempat juga mengonfirmasi bahwa nilai-nilai moral terkait akhlak kepada orang tua perlu diperkuat, terutama melalui kegiatan keagamaan seperti MABIT.

Hasil observasi ini menjadi dasar dalam merancang program yang menggabungkan literasi digital dengan kegiatan spiritual MABIT, yang diharapkan mampu mengedukasi peserta secara holistik, baik dari segi moral maupun teknologi. Dengan kombinasi pendekatan keagamaan dan edukasi teknologi, diharapkan peserta dapat lebih memahami dampak negatif dari penggunaan gawai berlebihan dan ancaman cyber bullying, serta mengembangkan kesadaran untuk menggunakan teknologi secara bijak.



Gambar 2. Observasi Untuk Perancangan Kegiatan Literasi Digital

## 2. Penyampaian Materi

Setelah observasi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi penyampaian materi. Terdapat dua bagian utama dalam sesi ini:

- **Ceramah Keagamaan tentang Akhlak kepada Orang Tua:** Ceramah singkat ini disampaikan oleh mahasiswa KKN setelah sholat Magrib, dengan tema akhlak yang baik kepada orang tua. Materi ini bertujuan untuk menanamkan kembali nilai-nilai moral yang penting dalam hubungan keluarga, terutama bagaimana peserta, sebagai anak-anak dan remaja, harus menghormati dan menghargai orang tua mereka. Peserta memberikan respons yang baik terhadap materi ini, terlihat dari antusiasme mereka selama sesi tanya jawab setelah ceramah.



Gambar 3. Ceramah Keagamaan tentang Akhlak kepada Orang Tua

- **Materi Literasi Digital tentang Bahaya Gawai dan Cyber Bullying:** Materi disampaikan menggunakan presentasi visual dan video pendek yang relevan, membahas tentang dampak negatif kecanduan gawai seperti penurunan produktivitas, kesehatan mental, serta gangguan fisik. Selain itu, dijelaskan pula tentang jenis-jenis cyber bullying, bagaimana mengenalinya, dan langkah-langkah pencegahan yang dapat diambil oleh peserta. Peserta sangat tertarik dengan materi ini, terutama saat dijelaskan tentang cara melindungi diri mereka dari cyber bullying dan bagaimana menggunakan teknologi secara bijak.



Gambar 3. Materi Literasi Digital tentang Bahaya Gawai dan Cyber Bullying

### 3. Implementasi

Pada tahap implementasi, peserta didorong untuk aktif berdiskusi dan berbagi pengalaman tentang penggunaan gawai dan dampak yang mereka rasakan. Dalam diskusi ini, peserta remaja mengungkapkan bahwa mereka sering merasa sulit untuk mengatur waktu penggunaan gawai, terutama untuk bermain game atau media sosial, yang menyebabkan mereka sering mengabaikan tanggung jawab akademik dan keluarga. Selain itu, beberapa peserta juga mengakui pernah mengalami atau menyaksikan bentuk cyber bullying di media sosial.



Setelah diskusi, peserta diajak untuk mempraktikkan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengurangi kecanduan gawai, seperti membuat jadwal penggunaan gawai yang lebih teratur, serta cara melaporkan kasus cyber bullying yang mereka alami atau saksikan. Implementasi ini memberikan dampak yang positif, terlihat dari komitmen peserta untuk mengurangi waktu mereka dalam menggunakan gawai dan meningkatkan kesadaran mereka tentang bahaya cyber bullying.

#### 4. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan cara mengulang wawancara terhadap 20 orang peserta yang sama, untuk menilai peningkatan pemahaman mereka setelah mengikuti kegiatan MABIT dan literasi digital. Hasil wawancara menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di antara para peserta.

Sebelum kegiatan, 15 dari 20 peserta beranggapan bahwa cyber bullying hanya sebatas tindakan mengolok-olok orang lain di media sosial, sementara 5 peserta lainnya belum mengetahui apa itu cyber bullying. Setelah kegiatan, 18 dari 20 peserta mampu menjelaskan bahwa cyber bullying mencakup berbagai bentuk pelecehan dan tindakan tidak menyenangkan di dunia maya, seperti penyebaran informasi palsu, ancaman, dan eksklusi sosial. Hanya 2 peserta yang masih memerlukan penjelasan lebih lanjut mengenai berbagai bentuk cyber bullying.

Untuk pemahaman mengenai dampak kecanduan gawai, sebelum kegiatan, hampir semua peserta menyebutkan bahwa dampaknya hanya terbatas pada penurunan semangat belajar, dan hanya 3 dari 20 peserta yang mampu menjawab selain itu. Namun, setelah kegiatan, 17 dari 20 peserta menyadari bahwa kecanduan gawai tidak hanya berdampak pada penurunan prestasi akademik, tetapi juga menyebabkan gangguan tidur, penurunan interaksi sosial dengan keluarga dan teman, serta risiko gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi.

Tabel 3. Hasil Evaluasi Penelitian

No	Kategori Pertanyaan	Sebelum Kegiatan (% Responden)	Setelah Kegiatan (% Responden)
1	Pemahaman tentang bentuk-bentuk cyber bullying	25%	90%
2	Pemahaman tentang cakupan bidang cyber bullying	30%	85%
3	Pemahaman dampak kecanduan gawai hanya pada kesehatan psikis	15%	80%
4	Pemahaman dampak kecanduan gawai hanya pada kesehatan fisik	10%	85%

Secara keseluruhan, evaluasi ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta mengenai topik yang dibahas. Program MABIT dan literasi digital yang dilaksanakan berhasil memberikan edukasi yang komprehensif kepada peserta mengenai bahaya teknologi yang tidak bijak serta pentingnya menjaga nilai-nilai moral dalam menggunakan gawai.

Sebelum mengakhiri kegiatan, peserta juga diberikan kesempatan untuk berdiskusi, di mana beberapa pertanyaan diajukan baik oleh remaja maupun oleh tokoh agama setempat. Berikut adalah beberapa pertanyaan beserta jawaban yang diberikan:

**1. Seberapa bahaya jika kita sampai kecanduan memainkan gawai?**

Kecanduan memainkan gawai sangat berbahaya, terutama bagi perkembangan sosial dan kesehatan mental. Kecanduan ini dapat menyebabkan seseorang kehilangan produktivitas, kurangnya interaksi sosial, gangguan tidur, dan bahkan gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Selain itu, ketergantungan pada gawai dapat menghambat kemampuan seseorang dalam mengelola emosi, berkomunikasi dengan baik, dan mengembangkan keterampilan interpersonal. Oleh karena itu, penting untuk mengatur waktu penggunaan gawai dengan bijak dan memastikan kita tetap terhubung dengan lingkungan sosial di sekitar kita.

**2. Apakah cyber bullying bisa dipenjara?**

Ya, tindakan cyber bullying bisa dikenai hukuman pidana, terutama jika sudah menimbulkan dampak serius bagi korban. Di Indonesia, pelaku cyber bullying dapat dijerat dengan Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE). Ancaman hukuman bisa berupa denda atau bahkan penjara, tergantung pada tingkat keparahan tindakan dan dampak yang ditimbulkan. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan di dunia maya memiliki konsekuensi hukum yang serius, sama seperti tindakan di dunia nyata, dan karena itu kita harus berhati-hati dalam berperilaku di media sosial.

**3. Bagaimana cara mendidik anak agar tidak kecanduan memainkan gawai?**

Salah satu cara untuk mendidik anak agar tidak kecanduan memainkan gawai adalah dengan menerapkan batasan waktu penggunaan gawai dan memberikan alternatif aktivitas yang menarik di luar dunia digital. Misalnya, orang tua bisa mengajak anak untuk melakukan kegiatan fisik di luar rumah, seperti bermain olahraga, atau melibatkan anak dalam kegiatan kreatif seperti menggambar atau bermain musik. Selain itu, penting juga untuk memberikan contoh yang baik sebagai orang tua, dengan menunjukkan penggunaan gawai yang bijak dan tidak terlalu sering menggunakan gawai di depan anak. Melibatkan anak dalam kegiatan keluarga yang interaktif juga dapat memperkuat ikatan dan mengurangi ketergantungan pada teknologi.

**4. Apa yang harus dilakukan agar bisa sembuh dari kecanduan gawai?**

Untuk mengatasi kecanduan gawai, langkah pertama adalah menyadari masalah tersebut dan komitmen untuk mengurangi waktu yang dihabiskan di depan layar. Salah satu cara yang efektif adalah dengan membuat jadwal harian yang mencakup waktu-waktu khusus untuk aktivitas di luar gawai, seperti berolahraga, belajar, atau berinteraksi dengan keluarga dan teman. Menonaktifkan notifikasi yang tidak penting dan menetapkan tujuan harian untuk mengurangi waktu layar juga dapat membantu. Jika kecanduan sudah parah, sebaiknya mencari bantuan dari tenaga profesional, seperti psikolog, yang dapat memberikan bimbingan dan strategi untuk mengatasi ketergantungan tersebut.

## **B. Penyelesaian Masalah**

Dalam Masalah utama yang diidentifikasi dalam kegiatan ini adalah kurangnya pemahaman masyarakat, khususnya remaja, mengenai bahaya penggunaan gawai secara berlebihan dan ancaman cyber bullying. Selain itu, lemahnya kesadaran akan

pentingnya menjaga akhlak terhadap orang tua menjadi perhatian dalam konteks kehidupan digital yang semakin mendominasi keseharian remaja.

Melalui kegiatan MABIT yang dikombinasikan dengan literasi digital, solusi yang diterapkan meliputi:

1. **Penguatan Nilai-Nilai Akhlak melalui Kegiatan Keagamaan**

Ceramah singkat tentang akhlak kepada orang tua bertujuan mengingatkan kembali peserta, khususnya remaja, tentang pentingnya etika dan moral dalam keluarga. Materi ini membantu menyelesaikan masalah kurangnya perhatian remaja terhadap nilai-nilai akhlak. Pendekatan keagamaan dinilai efektif dalam menumbuhkan rasa hormat kepada orang tua, sebagaimana terlihat dari respons positif peserta selama sesi tanya jawab dan renungan malam.

2. **Edukasi tentang Bahaya Kecanduan Gawai**

Pemaparan mengenai dampak negatif kecanduan gawai, seperti menurunnya prestasi akademik, gangguan fisik, dan psikologis, disertai dengan strategi pengelolaan waktu yang lebih baik, memberikan solusi yang dapat diimplementasikan oleh peserta. Peserta diajarkan untuk membuat jadwal penggunaan gawai yang lebih teratur dan seimbang. Dalam evaluasi, banyak peserta yang berkomitmen untuk mulai menerapkan langkah-langkah yang lebih bijak dalam menggunakan gawai.

3. **Penyelesaian Masalah Cyber Bullying**

Salah satu masalah yang diangkat adalah ketidaktahuan peserta tentang bahaya dan bentuk-bentuk cyber bullying. Melalui literasi digital, peserta dibekali informasi mengenai cara mengenali cyber bullying dan langkah-langkah yang harus diambil untuk melindungi diri atau melaporkan kasus cyber bullying. Dengan demikian, mereka dapat lebih siap dalam menghadapi ancaman tersebut di media sosial. Sebagian besar peserta mengaku baru memahami pentingnya menjaga keamanan dan etika di dunia digital setelah sesi ini.

4. **Pendekatan Partisipatif dalam Diskusi dan Evaluasi**

Masalah kecanduan gawai dan cyber bullying tidak dapat diselesaikan hanya melalui ceramah. Oleh karena itu, pendekatan partisipatif dalam bentuk diskusi memberi ruang bagi peserta untuk berbagi pengalaman pribadi dan mencari solusi bersama. Hal ini membuat peserta lebih terbuka dan sadar akan masalah yang mereka hadapi. Evaluasi bersama antara peserta, panitia mahasiswa, dan tokoh agama juga membantu mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan, sekaligus memberikan solusi yang relevan dan berkelanjutan bagi masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil memberikan solusi praktis dan spiritual untuk mengatasi masalah kecanduan gawai dan cyber bullying. Pendekatan kombinasi antara penguatan nilai-nilai agama dan literasi digital terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan peserta, serta membekali mereka dengan langkah-langkah konkret untuk menghadapi tantangan di era digital.

### **C. Keberlanjutan Program**

Kegiatan MABIT dan literasi digital yang telah dilaksanakan tidak hanya berfungsi sebagai program edukasi satu kali, tetapi juga dirancang untuk memberikan dampak berkelanjutan bagi masyarakat. Keberlanjutan program ini direncanakan dalam beberapa aspek:

1. **Pendampingan Berkelanjutan oleh Tokoh Agama dan Warga Setempat**

Tokoh agama yang terlibat dalam kegiatan MABIT akan terus berperan sebagai penggerak utama dalam memperkuat nilai-nilai keagamaan dan moral di masyarakat, khususnya mengenai etika penggunaan teknologi di kalangan remaja. Kegiatan MABIT diharapkan dapat menjadi agenda rutin dengan tema-tema yang relevan dengan perkembangan teknologi dan tantangan yang dihadapi remaja.

## 2. Program Literasi Digital Lanjutan

Sebagai tindak lanjut dari kegiatan literasi digital, tim mahasiswa KKN bekerja sama dengan tokoh agama setempat untuk merancang program literasi digital lanjutan. Program ini akan mencakup hal-hal lain mengenai penggunaan gawai secara bijak, keamanan internet, serta langkah-langkah preventif untuk menghadapi ancaman dunia maya. Kegiatan ini direncanakan untuk diintegrasikan dalam acara komunitas atau kegiatan sekolah, sehingga dampaknya dapat dirasakan lebih luas.

## 3. Kolaborasi dengan Institusi Pendidikan Setempat

Agar program literasi digital dan edukasi keagamaan dapat menyentuh lebih banyak kalangan, kolaborasi dengan institusi pendidikan setempat, seperti sekolah, akan dilaksanakan, sehingga edukasi mengenai penggunaan gawai dan dunia digital dapat disampaikan secara berkelanjutan kepada para siswa.

Keberlanjutan program ini diharapkan dapat menciptakan kesadaran yang terus berkembang di kalangan masyarakat, terutama dalam menghadapi tantangan teknologi di era digital, sembari tetap mempertahankan nilai-nilai keagamaan dan moral yang menjadi fondasi penting bagi kehidupan sehari-hari.

## IV. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Kegiatan *Malam Bina Iman dan Takwa* (MABIT) yang dikolaborasikan dengan literasi digital tentang bahaya penggunaan gawai berlebihan dan cyber bullying di wilayah RW 06 Desa Mekarsari telah memberikan dampak positif bagi peserta, khususnya remaja dan anak-anak. Melalui pendekatan keagamaan dan edukasi teknologi yang seimbang, peserta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya menjaga akhlak terhadap orang tua dan bahaya teknologi jika tidak digunakan dengan bijak.

Dari hasil observasi dan evaluasi, terlihat bahwa peserta mampu menyadari dampak negatif dari kecanduan gawai serta risiko cyber bullying yang sebelumnya tidak mereka sadari. Pendekatan partisipatif, yang melibatkan diskusi dan refleksi diri, memberikan ruang bagi peserta untuk berbagi pengalaman pribadi dan mendiskusikan solusi yang relevan dengan kehidupan mereka sehari-hari. Selain itu, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya menjaga etika di dunia digital serta mendorong mereka untuk lebih bijak dalam menggunakan teknologi.

Keberhasilan program ini juga didukung oleh kolaborasi antara mahasiswa KKN, tokoh agama setempat, dan warga desa, yang menjadikan kegiatan ini tidak hanya sebagai program edukasi, tetapi juga sebagai bagian dari penguatan moral dan spiritual di masyarakat.

### B. Saran

Untuk meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan program ini, beberapa saran yang dapat dipertimbangkan adalah:

**1. Peningkatan Sarana dan Prasarana Teknologi**

Mengingat pentingnya literasi digital di era modern, perlu adanya peningkatan akses teknologi, seperti penyediaan fasilitas internet di lingkungan desa, yang dapat mendukung program edukasi digital secara berkelanjutan. Dengan demikian, masyarakat dapat terus mendapatkan informasi terbaru tentang penggunaan gawai yang bijak dan pencegahan cyber bullying.

**2. Kolaborasi dengan Sekolah dan Komunitas Setempat**

Kolaborasi antara pihak desa, tokoh agama, dan sekolah setempat perlu ditingkatkan agar program literasi digital dan MABIT ini bisa diadopsi menjadi kegiatan rutin yang lebih luas, melibatkan lebih banyak peserta. Dengan melibatkan institusi pendidikan, topik literasi digital dapat dijadikan bagian dari kurikulum atau kegiatan ekstrakurikuler, sehingga pesan yang disampaikan dapat menjangkau lebih banyak kalangan remaja.

**3. Monitoring dan Evaluasi Berkala**

Agar program ini tetap berjalan dengan baik, perlu dilakukan monitoring berkala terhadap perubahan perilaku peserta setelah mengikuti kegiatan. Evaluasi ini juga dapat menjadi alat ukur untuk menilai efektivitas program dalam jangka panjang, sekaligus sebagai bahan masukan untuk pengembangan program lebih lanjut.

**4. Pengembangan Modul Pelatihan Literasi Digital**

Pengembangan modul pelatihan literasi digital yang komprehensif akan sangat membantu dalam memberikan panduan yang jelas kepada para fasilitator maupun peserta dalam mempelajari bahaya teknologi. Modul ini dapat mencakup materi tentang kecanduan gawai, cyber bullying, dan cara menjaga keamanan digital.

Melalui pelaksanaan program yang berkesinambungan dan kolaborasi yang lebih luas, diharapkan kesadaran masyarakat tentang penggunaan teknologi yang bijak dan pentingnya menjaga akhlak dalam kehidupan digital dapat terus ditingkatkan.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Puji dan syukur kami ucapkan kepada Allah SWT. atas kelancaran dan keberhasilan pelaksanaan kegiatan *Malam Bina Iman dan Takwa (MABIT)* yang dikolaborasikan dengan literasi digital tentang bahaya penggunaan gawai berlebihan dan cyber bullying di Desa Mekarsari. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada tokoh agama setempat yang telah mendukung kegiatan ini, perangkat Desa Mekarsari yang menyediakan fasilitas, serta seluruh warga RW 06 yang telah berpartisipasi aktif, khususnya para peserta yang dengan antusias mengikuti setiap sesi. Kami juga berterima kasih kepada dosen pembimbing lapangan yang telah membimbing kami dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi program ini, serta rekan-rekan mahasiswa KKN ITG Kelompok 15 yang telah bekerja sama dengan baik. Dukungan dan partisipasi dari semua pihak sangat berarti bagi kesuksesan kegiatan ini. Semoga program ini memberikan manfaat berkelanjutan bagi masyarakat dan menjadi inspirasi untuk kegiatan positif lainnya di masa yang akan datang.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Andriyadi, A. (2021). Pelaksanaan Kegiatan Malam Bina Iman Dan Taqwa (Mabit) Pada Kelas Atas ( Iii, Iv, Dan V) Di Sdit Darul Ihsan Pontianak Tahun Pelajaran 2019/2020. *Tarbawi Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2). <https://doi.org/10.29406/tbw.v6i2.2780>
- Barlett, C. P. (2019). Predicting cyberbullying: Research, theory, and intervention. *Predicting Cyberbullying: Research, Theory, and Intervention*, 1–172. <https://doi.org/10.1016/C2018-0-00531-9>
- Chaidirman, C., Indriastuti, D., & Narmi, N. (2019). Fenomena Kecanduan Penggunaan Gawai (Gadget) pada Kalangan Remaja Suku Bajo. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 33–41. <https://doi.org/10.14710/hnhs.2.2.2019.33-41>
- Cornish, F., Breton, N., Moreno-Tabarez, U., Delgado, J., Rua, M., de-Graft Aikins, A., & Hodgetts, D. (2023). Participatory action research. *Nature Reviews Methods Primers*, 3(1), 34. <https://doi.org/10.1038/s43586-023-00214-1>
- Cretu, D. M., & Morandau, F. (2024). Bullying and cyberbullying: a bibliometric analysis of three decades of research in education. *Educational Review*, 76(2), 371–404. <https://doi.org/10.1080/00131911.2022.2034749>
- Gumiran, B. A., & Daag, A. (2021). Negotiated participatory action research for multi-stakeholder implementation of early warning systems for landslides. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 58, 102184. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2021.102184>
- KemKominfo. (2023). *Lindungi Anak dari Kejahatan Ruang Digital*. [https://www.kominfo.go.id/content/detail/53029/siaran-pers-no-477hmkominfo112023-tentang-wamenkominfo-lindungi-anak-dari-kejahatan-ruang-digital/0/siaran\\_pers](https://www.kominfo.go.id/content/detail/53029/siaran-pers-no-477hmkominfo112023-tentang-wamenkominfo-lindungi-anak-dari-kejahatan-ruang-digital/0/siaran_pers)
- Nurbaeti Zen, D., Akbar Wibowo, D., Lesmana, I., & Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, P. (2024). The dangers of gadget addiction on the mental health of rural adolescents in Ciamis District. *Science Midwifery*, 12(4), 1469–1477. <https://doi.org/10.35335/MIDWIFERY.V12I4.1694>
- Rahmat, A., & Mirnawati, M. (2020). *Model Participation Action Research Dalam Pemberdayaan Masyarakat*. <http://ejournal.pps.ung.ac.id/index.php/AKSARA/index>
- Yuniarrahmah, E., & Adiyanti, M. G. (2019). Cyberbullying Dan Remaja: Studi Pendahuluan. In *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPI*.