BHINNEKA PUBLISHING

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT BHINNEKA
Volume 5, No. 2, Tahun 2026
https://bhinnekapublishing.com/ojsbp/index.php/Jpmb

***e-ISSN** : 2963-3753*

Cerdas dalam Dunia Digital: Bijak Menggunakan Gawai bagi Remaja dan Masyarakat Desa Kungkilan

Erwanto[1], Aryanti Agustina[2], Fegi Anora[3]
[1,2,3] Universitas Baturaja, Indonesia

Received : 22 September 2026, Revised : 08 Oktober 2026, Published : 20 Oktober 2026

Corresponding Author
Nama Penulis: Erwanto
E-mail: erwantow420@gmail.com

Abstrak

Perkembangan teknologi digital yang sangat pesat saat ini memberikan dampak signifikan terhadap perubahan perilaku kehidupan remaja maupun masyarakat umum, khususnya dalam penggunaan gawai sehari-hari. Tanpa pengelolaan yang baik, paparan teknologi dapat memicu dampak negatif seperti ketergantungan dan penurunan interkasi sosial. Menanggapi fenomena tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan di desa Kungkilan kecamatan Sosoh Buay Rayap Kabupaten Ogan Komering Ulu. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan utama membentuk dan menumbuhkan perilaku bijak dalam pemanfaatan gawai di kalangan remaja dan masyarakat desa Kungkilan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara interaktif melalui metode penyuluhan edukatif yang dipadukan dengan diskusi kelompok terarah. Pendekatan ini memungkinkan peserta didik tidak hanya menerima materi, melainkan juga saling bertukar ide dan membagikan pengalaman seputar penggunaan teknologi di lingkungan keluarga. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dari peserta mengenai pentingnya penggunaan gawai secara sehat, dan produktif. Melalui pemahaman baru ini, masyarakat dan remaja desa Kungkilan lebih terdorong untuk mengoptimalkan potensi gawai sebagai sarana penunjang Pendidikan, alat komunikasi yang bernilai positif, serta sarana pengembangan diri yang berdaya guna bagi kehidupan bermasyarakat.
***Kata kunci -** bijak, digital, gawai, literasi, masyarakat, remaja*

Abstract

The rapid advancement of digital technology has significantly impacted the behaviors and lifestyles of both adolescents and the general public, particularly regarding daily device usage. Without proper management, exposure to technology can lead to negative consequences such as dependency and diminished social interaction. In response to this phenomenon, a community service initiative was conducted in Kungkilan Village, Sosoh Buay Rayap District, Ogan Komering Ulu Regency. The primary objective of this activity was to foster and cultivate responsible device usage habits among the adolescents and residents of Kungkilan Village. The program was delivered interactively, combining educational outreach with focused group discussions. This approach enabled participants not only to receive information but also to exchange ideas and share experiences regarding technology use within their families. The results of the initiative demonstrated an increased understanding among participants regarding the importance of using devices in a healthy and productive manner. Armed with this new understanding, the residents and adolescents of Kungkilan Village are now more motivated to leverage the potential of their devices to support education, facilitate positive communication, and foster personal development that benefits the community.
***Keywords -** wise, digital, gadget, literacy, public, teenager*

***How To Cite :** Erwanto, E., Agustina, A., & Anora, F. (2026). Cerdas dalam Dunia Digital: Bijak Menggunakan Gawai bagi Remaja dan Masyarakat desa Kungkilan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka, 5(2), 1144 - 1153. https://doi.org/10.58266/jpmb.v5i2.1832*
***Copyright** ©2026 Erwanto Erwanto, Aryanti Agustina, Fegi Anora*

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Di era modern saat ini, hampir segala sesuatu dapat diselesaikan secara praktis sebagai dampak dari hadirnya teknologi yang telah mengubah kehidupan manusia dari yang semula sederhana menjadi lebih modern (Afriani & Fitria dalam Lestari, 2022:158). Perkembangan teknologi menjadikan dunia semakin canggih, terutama dalam bidang komunikasi dan informasi yang kini berlangsung sangat cepat seolah tanpa batas jarak. Smith dalam Prasetyaningrum (2024:1) menyatakan bahwa pemanfaatan teknologi digital, khususnya dalam bentuk gadget, mengalami perkembangan yang sangat pesat dalam beberapa dekade terakhir. Perkembangan teknologi digital dan gawai ini telah mengubah interaksi sosial serta pola konsumsi informasi masyarakat hingga ke tingkat pedesaan. Salah satu bentuk perkembangan teknologi komunikasi dan informasi yang paling dekat dengan kehidupan masyarakat adalah gawai (handphone). Pada awalnya, gawai hanya dimiliki oleh kalangan tertentu, tetapi seiring perkembangan zaman gawai telah digunakan oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak hingga orang tua. Gawai tidak lagi sekadar alat komunikasi, melainkan juga menjadi sarana hiburan, pendidikan, dan akses informasi. Saat ini, hampir seluruh aktivitas komunikasi dan informasi dapat diperoleh melalui gawai sehingga perangkat tersebut menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Melalui gawai dan internet, masyarakat dapat dengan mudah memperoleh ilmu pengetahuan dan mengakses berbagai perkembangan dunia sehingga wawasan semakin meningkat. Pemanfaatan literasi informasi juga membantu masyarakat terhindar dari kebodohan karena masyarakat dapat mengetahui sumber informasi yang tepat dalam menyelesaikan suatu permasalahan (Dewita dalam Sari, 2023:1560).

Namun, dibalik berbagai manfaat dan kemudahan, penggunaan gawai juga dapat menimbulkan dampak negatif apabila tidak dimanfaatkan secara bijak serta tidak terkontrol, khususnya pada perkembangan psikologis dan sosial remaja. Konten-konten di internet, seperti video yang tidak sesuai dengan etika dan budaya Indonesia serta game online, dapat memberikan pengaruh buruk bagi masyarakat, terutama anak-anak dan remaja (Widyastuti dalam Tulasmi, 2021:387). Gawai berpotensi menimbulkan kecanduan game, baik online maupun offline, yang dapat mengganggu kesehatan fisik dan psikis pengguna. Selain itu, penggunaan gawai yang tidak bijak dapat menyebabkan berkurangnya fokus belajar, terjadinya cyberbullying, penyebaran informasi palsu, serta menurunnya kualitas interaksi sosial. Oleh karena itu, diperlukan pendidikan literasi digital yang mengajarkan kemampuan berpikir kritis, etika dalam dunia maya, serta pengelolaan waktu dalam memanfaatkan perangkat elektronik (Nasrullah, 2020). Kondisi tersebut selaras dengan fenomena yang ada di desa Kungkilan. Berdasarkan observasi awal dengan tokoh masyarakat dan orang tua di desa Kungkilan, mayoritas anak-anak, remaja menghabiskan waktu dengan mengakses konten media sosial yang tidak terfilter. Kondisi ini menimbulkan berbagai dampak mulai dari penurunan kedisiplinan dan fokus belajar, hingga rendahnya etika digital. Selain itu, kesenjangan yang dihadapi masyarakat desa Kungkilan terlihat daei rendahnya tingkat literasi digital dikalangan remaja yang belum diimbangi dengan kapasitas pengawasan orang tua. Sebagian orangtua masih menganggap gawai hanya sebagai alat hiburan agar anak tetap tenang di rumah, tanpa menyadari resiko kecanduan dan dampak psikologis yang dapat ditimbulkan dalam jangka Panjang. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pemberian edukasi mengenai penggunaan gawai secara sehat, bijak dan bertanggung jawab. Namun, hingga saat ini belum terdapat kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang sejenis di desa Kungkilan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman remaja dan orang tua mengenai etika digital serta membekali mereka keterampilan menajemen waktu sehingga mampu memanfaatkan gawai secara cerdas, bijak dan produktif.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Aula Desa Kungkilan Kecamatan Sosoh Buay Rayap, pada Rabu, 23 Juli 2025. Peserta kegiatan melibatkan remaja dan masyarakat/ orangtua yang berdomisili di desa Kungkilan. Karakteristik peserta dipilih karena remaja merupakan penggunaan aktif gawai yang rentan terhadap dampak negatif internet, sedangkan masyarakat atau orangtua berperan penting dalam pengawasan penggunaan gawai di lingkungan keluarga. Kegiatan ini dibuka oleh Ketua LPPM dan Kepala Desa yang diwakili oleh Sekretaris Desa. Metode pelaksanaan yang digunakan berupa penyuluhan interaktif melalui ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Metode interaktif tersebut digunakan untuk memberikan penjelasan kepada peserta mengenai penggunaan dan pemanfaatan alat komunikasi berupa gawai atau handphone secara tepat dan bijak.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Gambar 1. Pembukaan oleh Ketua LPPM dan Kepala Desa yang diwakilkan oleh Sekretaris Desa.

Tahap pelaksanaan PkM meliputi tiga tahap:

1. Tahap Persiapan

   Tahap persiapan dilakukan dengan menyusun materi penyuluhan, dan menyiapkan media presentasi
2. Tahap Pelaksanaan

   Kegiatan dibuka oleh Ketua LPPM dan Sekreatris desa Kungkilan, dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif berbasis ceramah, tanya tanya jawab, dan diskusi tentang pemanfaatan gawai secara tepat dan bijak. Media yang digunakan pada tahap ini meliputi Power point, proyektor serta brosur edukatif yang dibagikan kepada peserta. Sesi diskusi dan tanya jawab dimanfaatkan untuk menggali kendala peserta serta menyamakan persepsi mengenai dampak negatif penyalahgunaan gawai. Pada diskusi dan sesi tanya jawab dimanfaatkan sebagai sarana untuk menyamakan persepsi antara narasumber, remaja, dan masyarakat mengenai kesalahan dalam penggunaan gawai yang dapat menimbulkan berbagai dampak negatif.



Gambar 2. Pemaparan materi



Gambar 3. tanya jawab dan diskusi

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

3. Tahap Evaluasi Capaian

Capaian kegiatan dievaluasi melalui observasi, diskusi, refleksi dan umpan balik peserta. Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah dipaparkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa kondisi awal sebagain besar peserta cenderung menggunakan gawai untuk hiburan, seperti mengakses media sosial dan bermain permainan daring. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan gawai sebagai sarana informasi, pembelajaran, dan aktivitas produktif masih perlu ditingkatkan.Setelah mengikuti kegiatan, peserta mulai menunjukkan pemahaman mengenai pentingnya menggunakan gawai secara bijak dan bertanggung jawab. Perubahan tersebut terlihat dari keaktifan peserta selama kegiatan, kemampuan peserta dalam mengidentifikasi manfaat dan dampak penggunaan gawai serta munculnya kesadaran untuk mengendalikan penggunaan gawai dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan memberikan materi konsep, fungsi, manfaat, dampak penggunaan gawai, literasi digital serta cara mengendalikan dan mengawasi penggunaan gawai. Materi disampaikan melalui pemaparan, diskusi dan tanya jawab dan refleksi sehingga peserta tidak hanya memperoleh informasi tetapi juga diberi kesempatan untuk menghubungkan materi dengan pengalaman penggunaan gawai dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan terdapat tiga capaian utama yaitu meningkatnya keterlibatan peserta, bertambahnya mengenai pemanfaatan gawai secara positif serta tumbuhnya kesadaran untuk mengendalikan dan mengawasi penggunaan gawai. Adapun capaian kegiatan dapat dilihat pada indikator berikut :

Tabel 1. Capaian Kegiatan

No	Indikator Capaian	Kondisi/Capaian Peserta	Bukti Evaluasi
1	Antusias dan keterlibatan peserta	Peserta aktif mengikuti pemaparan materi, mengajukan pertanyaan dan memberikan tanggapan, terutama mengenai manfata dan dampak penggunaan gawai dalam kehidupan sehari-hari.	Dokumentasi, partisipasi dan notulensi
2	Pemahaman mengenai pemanfaatan gawai secara positif	Peserta mampu mengidentifikasi manfaat gawai serta menyebutkan contoh penggunaan gawai yang bijak dan produktif. Peserta juga mampu mengidentifikasi dampak negative penggunaan secara berlebihan.	Hasil tanya jawab, tanggapan peserta dan umpan balik
3	Kesadaran pengendalian penggunaan gawai	Peserta mulai menyadari pentingnya mengatur durasi penggunaan gawai, mimilih konten yang sesuai, serta menghindari penggunaan gawai secara berlebihan pada waktu belajar dan istirahat.,	Hasil diskusi, sesi refleksi dan lembar umpan balik peserta
4	Kesadaran pengawasan penggunaan gawai	Peserta memahami pentingnya peran orang tua dalam mendampingi, mengarahkan, dan mengawasi penggunaan gawai pada anak dan remaja.	Hasil diskusi dan tanggapan peserta mengenai pengawasan dan penggunaan gawai dalam keluarga.

Secara rinci, indikator dan kondisi capaian kegiatan tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Antusias dan keterlibatan peserta

Antusiasme dan keterlibatan peserta menjadi salah satu capaian yang terlihat selama pelaksanaan kegiatan. Peserta secara aktif mengikuti pemaparan materi, mengajukan pertanyaan, serta memberikan tanggapan selama sesi diskusi. Pertanyaan yang disampaikan terutama berkaitan dengan pengalaman penggunaan gawai, manfaat dan dampak penggunaan gawai secara berlebihan, serta cara mengendalikan penggunaan gawai dalam kehidupan sehari-hari.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Keaktifan peserta menunjukkan adanya keterlibatan selama proses kegiatan. Peserta tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga menghubungkan materi yang disampaikan dengan kebiasaan penggunaan gawai yang mereka alami Kondisi tersebut menjadi salah satu indikator bahwa materi yang diberikan relevan dengan kebutuhan peserta. Dengan demikian, sesi diskusi interaktif menjadi bagian penting dalam membantu peserta merefleksikan kebiasaan penggunaan gawai dan memahami pentingnya pemanfaatan teknologi secara lebih bijak. Capaian tersebut juga memiliki keterkaitan dengan Kasmawati (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai literasi digital dan dampak penggunaan gawai dapat membantu peserta memahami penggunaan teknologi secara lebih bijak. Penerapan teknologi digital dalam pembelajaran dapat meningkatkan motivasi belajar secara signifikan terutama dalam minat keterlibatan dalam pembelajaran" (Nastiti dkk dalam Kamalia dkk., 2025:23). Sebelum diberikan pemahaman materi, sebagian siswa dalam penelitian tersebut belum sepenuhnya memahami konsep literasi digital dan masih banyak menggunakan gawai untuk hiburan dan komunikasi tanpa mempertimbangkan dampaknya. Setelah pemaparan materi, siswa mulai menunjukkan perhatian terhadap pemilihan konten, pengaturan waktu penggunaan, dan dampak penggunaan gawai secara berlebihan. Temuan tersebut memperkuat hasil kegiatan bahwa kegiatan edukasi yang disampaikan secara interaktif dapat menjadi sarana untuk membangun perhatian dan kesadaran peserta terhadap penggunaan gawai.

2. Peningkatan pemahaman peserta mengenai pemanfaatan gawai
   a. Capaian pemahaman peserta mengenai fungsi dan manfaat gawai.

      Peserta mulai mampu mengidentifikasi bahwa gawai tidak hanya digunakan sebagai sarana hiburan, tetapi juga dapat dimanfaatkan untuk memperoleh informasi, mendukung pembelajaran, berkomunikasi, dan melakukan aktivitas produktif. Peserta juga mampu menyebutkan beberapa contoh penggunaan gawai secara bijak serta mengenali penggunaan yang perlu dibatasi. Secara konseptual, gawai merupakan perangkat elektronik yang memiliki berbagai fungsi praktis. Menurut Megiati (2025:345), gadget atau gawai merupakan alat elektronik yang memiliki berbagai layanan, fitur, dan aplikasi berbasis teknologi terbaru yang dapat membantu memudahkan kehidupan manusia. Sejalan dengan hal tersebut, Warissyah dalam Watak (2023:44) menyatakan bahwa gawai dapat dimanfaatkan sebagai media informasi, media pembelajaran, dan sarana hiburan. Rachmawati dalam Watak (2023:44) juga menjelaskan bahwa gadget dapat membantu proses pembelajaran dan berbagai aktivitas manusia menjadi lebih efektif dan efisien apabila digunakan secara baik, bijak, dan sesuai kebutuhan. Perkembangan fungsi gawai tersebut juga dijelaskan oleh Chusna dalam Santoso (2020:50), yang menyatakan bahwa perkembangan teknologi telah menjadikan gawai sebagai perangkat multifungsi dengan berbagai fitur, seperti kamera, pemutar audio dan video, permainan, layanan internet, serta fungsi lainnya yang menyerupai komputer. Salis Hijriyani dan Astuti dalam Ribaah (2025:71) menambahkan bahwa telepon pintar, tablet, dan laptop telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari anak dan pelajar. Dengan demikian, hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mulai memahami fungsi gawai secara lebih luas, tidak hanya sebagai alat hiburan, tetapi juga sebagai sarana yang dapat mendukung kegiatan edukatif dan produktif.

   b. Capaian Pemahaman peserta mengenai dampak penggunaan gawai

      Selain memahami manfaat gawai, peserta juga menunjukkan pemahaman mengenai dampak yang dapat muncul akibat penggunaan gawai secara berlebihan. Peserta mulai mampu menyebutkan beberapa dampak negatif, seperti berkurangnya waktu belajar, terganggunya waktu istirahat, menurunnya interaksi sosial, serta munculnya ketergantungan terhadap gawai. Pemahaman ini menjadi bagian penting dari capaian kegiatan karena peserta tidak hanya diarahkan untuk mengetahui manfaat teknologi, tetapi juga memahami risiko penggunaannya. Ariston dan Frahasini dalam Amelia (2023:14) menjelaskan bahwa perkembangan teknologi telah menyebabkan gawai digunakan untuk berbagai kebutuhan, termasuk pekerjaan, pendidikan, dan aktivitas sehari-hari. Namun, Hidayah et al. dalam Amelia (2023:14–15) menjelaskan bahwa penggunaan gawai juga dapat memberikan dampak negatif apabila tidak dilakukan secara tepat, termasuk terhadap interaksi sosial dan aktivitas anak. Hal tersebut sejalan dengan hasil kegiatan bahwa pemanfaatan gawai perlu disertai dengan pemahaman mengenai manfaat dan risiko penggunaannya. Penggunaan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

gawai yang berlebihan membawa dampak negatif yang signifikan, seperti kecanduan yang memicu pemborosan waktu, sikap konsumtif, berkurangnya kebiasaan bersosialisasi secara langsung di dunia nyata, hingga masalah kesehatan fisik seperti mata perih, sakit pada jari tangan, dan pegal-pegal (Ainiyah, 2018:226). Dampak negatif dari pemakaian media sosial terhadap meliputi: Meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan (Ananda dkk., 2024:317). Dalam konteks pendidikan, HP dapat mengganggu fokus belajar, mengurangi interaksi sosial yang sehat, dan berdampak pada kesehatan mental siswa (Anam, 2025:505). Syfa et al. dalam Watak (2023:45) juga menunjukkan bahwa penggunaan gadget berpengaruh terhadap perkembangan psikologis siswa sekolah dasar. Penelitian tersebut menemukan bahwa penggunaan gadget dapat memberikan manfaat berupa kemudahan memperoleh informasi pembelajaran dan berkomunikasi, tetapi penggunaan yang berlebihan juga dapat memengaruhi aspek emosi dan moral. Anak dapat menjadi lebih mudah marah, membangkang, meniru perilaku yang dilihat melalui gadget, dan lebih memilih menggunakan gadget dibandingkan berinteraksi secara langsung. Penggunaan gawai tanpa sikap hati-hati/bijak dapat membentuk *budaya stres* karena tersedianya fasilitas internet 24 jam (Masruri dalam Hidayat & Mattiro, 2021:64). Temuan tersebut memiliki keterkaitan dengan hasil kegiatan karena peserta mulai memahami bahwa penggunaan gawai secara berlebihan tidak hanya berkaitan dengan waktu yang dihabiskan di depan layar, tetapi juga dapat berpengaruh terhadap kegiatan belajar, interaksi sosial, kesehatan, dan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, materi mengenai dampak penggunaan gawai menjadi salah satu bagian penting dalam membangun kesadaran peserta.

c. Pemanfaatan gawai sebagai media pembelajaran dan informasi

Hasil kegiatan juga menunjukkan adanya pemahaman peserta bahwa gawai dapat dimanfaatkan untuk kegiatan yang lebih produktif. Peserta diperkenalkan pada berbagai bentuk pemanfaatan teknologi untuk memperoleh informasi pendidikan, mengakses sumber belajar, berkomunikasi, serta mengembangkan pengetahuan dan keterampilan. Pemanfaatan tersebut menjadi alternatif agar penggunaan gawai tidak hanya berorientasi pada permainan daring dan media sosial. Menurut Chusna (2017:10–12), gawai memiliki sejumlah manfaat positif, antara lain mempermudah komunikasi, menambah pengetahuan, memperluas relasi sosial, dan mendukung proses pembelajaran. Gawai memungkinkan pengguna mengakses berbagai sumber informasi, seperti situs berita, e-book, jurnal ilmiah, dan video pembelajaran. Selain itu, Siswa dapat memahami konsep 'HP Sehat', mampu memilah konten positif, dan mengerti etika berinternet (Sukatno et al., 2026:25173). Penggunaan media digital dalam pembelajaran dapat memberikan alternatif metode belajar yang lebih fleksibel melalui video, simulasi, dan aplikasi edukasi. Pendapat Veronika (2017) juga menunjukkan bahwa gawai memiliki fungsi positif sebagai alat komunikasi, sumber informasi, sarana hiburan, alat bantu aktivitas sehari-hari, serta media yang mendukung kegiatan bisnis dan interaksi sosial. Berdasarkan pandangan tersebut, peserta diarahkan untuk melihat gawai sebagai perangkat multifungsi yang dapat memberikan manfaat apabila digunakan sesuai kebutuhan. Hasil kegiatan memperlihatkan bahwa materi tersebut membantu peserta memahami adanya perbedaan antara penggunaan gawai untuk hiburan semata dan penggunaan gawai untuk tujuan yang lebih produktif. Peserta mulai diarahkan untuk memilih aplikasi dan konten yang memberikan manfaat, terutama yang berkaitan dengan pendidikan, informasi, dan pengembangan keterampilan.

3. Kesadaran pengendalian penggunaan gawai

Capaian berikutnya terlihat dari munculnya kesadaran peserta mengenai pentingnya pengaturan waktu penggunaan gawai. Melalui sesi refleksi, peserta diarahkan untuk mengenali kebiasaan penggunaan gawai dalam kehidupan sehari-hari, termasuk waktu yang digunakan untuk bermain gim, mengakses media sosial, belajar, berkomunikasi, dan beristirahat. Peserta juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya membatasi penggunaan gawai agar tidak mengganggu aktivitas utama. Bermain game dan media sosial tidak dilarang jika dalam porsi standar. Namun penggunaan yang berlebihan dapat membuat anak malas beraktivitas dan mengganggu konsentrasi belajar, serta dampaknya terhadap kesehatan tubuhnya" (Hasanah & Saputra, dalam Nuraliyah, 2022:1589). Siswa mulai menerapkan aturan penggunaan yang lebih

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

terstruktur, seperti menggunakan HP setelah kegiatan belajar selesai dan tidak menggunakannya ketika belajar maupun beristirahat. Selain itu, kesadaran siswa terhadap dampak negatif penggunaan HP secara berlebihan juga meningkat. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan pengetahuan mengenai gawai, tetapi juga mendorong peserta untuk melakukan refleksi terhadap kebiasaan penggunaan gawai. Kesadaran tersebut menjadi capaian awal yang penting dalam membentuk perilaku penggunaan teknologi yang lebih terkontrol.

4. Kesadaran pengawasan penggunaan gawai
   a. Kesadaran terhadap pengawasan dan peran orang tua

      Penggunaan gawai pada anak dan remaja juga membutuhkan pengawasan dari lingkungan keluarga. Orang tua perlu menerapkan kombinasi pendekatan mediation/pengawasan, seperti membuat aturan akses gawai, berbicara/berdiskusi secara teratur, memantau akun secara konsisten, serta menjadi "teman" di jejaring sosial anak untuk menciptakan lingkungan siber yang aman tanpa menghambat otonomi anak. (Chanra, 2024: 15-20). Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mulai memahami pentingnya pengawasan dan pendampingan orang tua dalam penggunaan gawai. Pengawasan tidak hanya dilakukan dengan membatasi waktu penggunaan, tetapi juga dengan memberikan arahan mengenai konten yang diakses, cara berkomunikasi di ruang digital, serta aktivitas yang dilakukan menggunakan gawai. Chusna dalam Anwar (2023:90) menjelaskan bahwa penggunaan gawai pada siswa tetap membutuhkan pengawasan orang tua karena dapat menimbulkan dampak negatif, termasuk kecanduan gawai yang dapat memengaruhi perkembangan siswa. Sejalan dengan hal tersebut, Siregar dalam Megiati (2025:344) menjelaskan bahwa orang tua memiliki peran penting dalam membimbing dan mencegah dampak negatif penggunaan gadget pada anak. Pengawasan dapat dilakukan melalui pembatasan durasi penggunaan, penyusunan jadwal kegiatan, serta pengalihan perhatian anak pada kegiatan yang lebih positif. Mubarok (2024:89) juga menjelaskan bahwa orang tua perlu menyediakan alternatif kegiatan di luar dunia digital, seperti olahraga, kegiatan kreatif, dan aktivitas keluarga yang interaktif. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengendalian penggunaan gawai tidak cukup hanya dilakukan melalui larangan, tetapi juga perlu disertai dengan penyediaan aktivitas alternatif yang menarik dan bermanfaat. Hasil kegiatan tersebut menunjukkan bahwa peserta mulai memahami bahwa penggunaan gawai membutuhkan kontrol dan pendampingan. Dengan demikian, pengawasan orang tua dapat menjadi salah satu faktor pendukung dalam mempertahankan kesadaran yang telah dibangun melalui kegiatan edukasi.

   b. Dampak penggunaan gawai terhadap anak dan remaja

      Pemahaman mengenai dampak penggunaan gawai menjadi penting karena penggunaan yang tidak terkontrol dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan anak dan remaja. Febrino (2017) menjelaskan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan dapat berkaitan dengan munculnya perilaku seperti mudah marah, menangis atau berteriak ketika gawai diambil, serta berkurangnya interaksi dengan teman sebaya. Dari sisi sosial, anak dapat lebih memilih bermain gawai dibandingkan berinteraksi secara langsung. Sementara itu, Hastuti dalam Lubis (2022:1541) menjelaskan bahwa penggunaan gawai secara berlebihan juga dapat menyebabkan anak menjadi kurang aktif bergerak sehingga berpotensi meningkatkan risiko obesitas. Veronika (2017) juga menjelaskan bahwa penggunaan gawai yang tidak bijak dapat menyebabkan seseorang mengabaikan waktu, menurunkan produktivitas, mengurangi interaksi sosial secara langsung, serta mengganggu waktu istirahat. Selain itu, penggunaan teknologi secara tidak terkontrol juga dapat meningkatkan risiko terpapar informasi yang tidak sesuai, termasuk berita bohong dan perundungan siber (*cyberbullying*).

      Temuan tersebut memperkuat materi yang diberikan dalam kegiatan. Peserta diarahkan untuk memahami bahwa dampak penggunaan gawai tidak hanya berkaitan dengan kesehatan, tetapi juga dapat memengaruhi aspek sosial, emosional, pendidikan, dan produktivitas. Oleh karena itu, penggunaan gawai perlu dilakukan secara bijak dan proporsional

   c. Upaya mengatasi dampak negatif penggunaan gawai

      Berdasarkan hasil kegiatan, peserta juga memperoleh pemahaman mengenai

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak negatif penggunaan gawai. Budiyati (2022) menyatakan bahwa penggunaan gawai pada remaja dapat diantisipasi melalui pemberian edukasi mengenai penggunaan gawai secara bijak. Edukasi tersebut perlu melibatkan peran aktif orang tua agar anak memperoleh pendampingan dalam beradaptasi dengan perkembangan teknologi. Beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain menetapkan waktu tanpa perangkat, membatasi durasi penggunaan, memperhatikan keamanan informasi, membatasi notifikasi yang tidak diperlukan, serta memberikan pemahaman mengenai etika berkomunikasi di ruang digital. Selain itu, orang tua dapat mengarahkan anak untuk melakukan kegiatan alternatif, seperti olahraga, kegiatan kreatif, dan aktivitas keluarga. Mubarok (2024:89) menegaskan bahwa keteladanan orang tua dalam menggunakan gawai secara bijak serta keterlibatan anak dalam kegiatan keluarga dapat membantu mengurangi ketergantungan terhadap teknologi.

Muslim dalam Sinambela (2025) juga menekankan pentingnya pengawasan dan pengendalian penggunaan gawai. Orang tua perlu bersikap hati-hati dan bijaksana dalam menyediakan perangkat bagi anak serta melakukan pengawasan terhadap aktivitas anak ketika menggunakan gawai. Dengan demikian, materi yang diberikan dalam kegiatan tidak hanya berorientasi pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga memberikan alternatif tindakan yang dapat diterapkan peserta dalam kehidupan sehari-hari.

d. Peran orang tua dan lingkungan Pendidikan

Peran keluarga menjadi bagian penting dalam menjaga keberlanjutan hasil kegiatan. Jailani dalam Novita (2020:137) menjelaskan bahwa peran orang tua tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik anak, tetapi juga mencakup pemberian perhatian, bimbingan, arahan, motivasi, pendidikan, dan penanaman nilai-nilai kehidupan. Sejalan dengan hal tersebut, Anshori dalam Novita (2020:137) menyatakan bahwa orang tua memiliki tanggung jawab dalam mempersiapkan perkembangan jasmani, rohani, dan karakter anak agar mampu menjalani kehidupan bermasyarakat. Selain keluarga, lingkungan sekolah juga memiliki peran dalam mendukung perkembangan anak. Guru tidak hanya berfungsi sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pendidik yang memberikan bimbingan selama anak berada di lingkungan sekolah. Jessica dalam Novita (2020:137) menekankan pentingnya kerja sama antara orang tua dan guru dalam memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan anak. Dalam konteks penggunaan gawai, kerja sama antara keluarga dan lingkungan pendidikan menjadi penting karena pengawasan tidak dapat hanya dilakukan pada saat kegiatan pengabdian berlangsung. Pemahaman yang diperoleh peserta perlu diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, orang tua dan guru dapat berperan dalam mengingatkan peserta mengenai pengaturan waktu, pemilihan konten, etika digital, serta pemanfaatan gawai untuk kegiatan yang positif.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai penggunaan gawai dapat menjadi salah satu upaya untuk membangun pengetahuan dan kesadaran remaja serta masyarakat mengenai pemanfaatan teknologi secara bijak. Hasil kegiatan juga memperlihatkan bahwa peserta mulai memahami bahwa gawai memiliki manfaat yang luas apabila digunakan sesuai kebutuhan, tetapi dapat menimbulkan dampak negatif apabila digunakan secara berlebihan dan tanpa pengawasan. Temuan ini sejalan dengan pandangan Chusna (2017:10–12), Kasmawati (2025), Siregar dalam Megiati (2025:344), serta Budiyati (2022) mengenai pentingnya edukasi, pengendalian, dan pendampingan dalam penggunaan gawai. Keberlanjutan hasil kegiatan dapat dilakukan melalui pendampingan secara berkala, penguatan literasi digital, penyusunan kesepakatan penggunaan gawai di lingkungan keluarga, serta pelibatan orang tua dan guru dalam mengawasi penggunaan gawai. Dengan demikian, hasil kegiatan tidak berhenti pada peningkatan pemahaman setelah kegiatan berlangsung, tetapi dapat diarahkan pada pembentukkan kebiasaan penggunaan gawai yang lebih cerdas, bijak, sehat, dan produktif dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertema *"Cerdas dalam Dunia Digital: Bijak Menggunakan Gawai bagi Remaja dan Masyarakat Desa Kungkilan"* secara signifikan berhasil meningkatkan partisipasi aktif, pemahaman, dan kesadaran peserta mengenai pemanfaatan gawai secara bijak dan produktif. Melalui penyuluhan berbasis interaktif yang disampaikan terbukti efektif

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

mengubah orientasi penggunaan gawai peserta yang semula didominasi oleh aktivitas hiburan pasif menjadi perangkat yang mendukung kegiatan pembelajaran, sarana informasi dan efisiensi komunikasi. Selain itu, kegiatan ini menumbuhkan kesadaran kolektif terkait dampak negatif penggunaan gawai yang berlebihan serta sinergi antara pengendalian diri, pengawasan orang tua dan dukungan lingkungan Pendidikan, keberlanjutan keberhasilan program penyuluhan ini memerlukan pendampingan literasi digital secara berkala dan kolaborasi antara keluarga serta sekolah guna membentuk budaya penggunaan teknologi yang sehat, aman dan berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis ucapkan kepada Rektor Universitas Baturaja, Wakil Rektor 1 dan 2, LPPM Universitas Baturaja, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Baturaja, Kepala Desa Kungkilan dan seluruh perangkat yang telah memberi fasilitas sehingga kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dapat terlaksana dengan baik dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

Ainiyah, N. (2018). Remaja millenial dan media sosial: Media sosial sebagai media informasi pendidikan bagi remaja millenial. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, *2*(2), 221–236. https://ojs.pps-ibrahimy.ac.id/index.php/jpii/article/view/76

Amelia, R., Salbiah, S., & Pangestu, R. A. (2023). Penyuluhan dampak penggunaan gawai pada anak di Desa Jambuluwuk Kecamatan Ciawi. *Educivilia: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 4(1), 13–21. https://doi.org/10.30997/ejpm.v4i1.6579

Anam, M. S. (2025). Bahaya negatif penggunaan hp bagi siswa dan siswi di lingkungan SMK Raden Rahmat Mojosari. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-ilmu Sosial*, *2*(6), 505–508[cite: 1, 2]. https://doi.org/10.5281/zenodo.14850840

Ananda, M. L., Talia, J., & Bella, H. S. (2024). Dilema era digital: Dampak positif dan negatif media sosial terhadap proses sosialisasi anak sekolah dasar. *Jurnal Sains Student Research*, *2*(3), 310–322. https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jssr/article/view/1387

Anwar, M. F. N., Sugiharto, F. B., & Rifa'i, M. (2023). Sosialisasi bahaya gawai dan taman edukatif sebagai upaya mengurangi kecanduan gawai pada siswa sekolah dasar di SDN Bunulrejo 04 Kota Malang. *Jurnal Interaktif: Warta Pengabdian Pendidikan*, 3(2), 89–94. https://doi.org/10.29303/jiwpp.v3i2.16

Budiyati, G. A., Suryati, & Hartiningsih, S. N. (2022). Bijak menggunakan gadget pada anak dan remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK)*, 2(2), 36–44. https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3466008

Chanra, H. (2024). Dampak penggunaan media sosial terhadap kehidupan remaja. *Tarbawi: Jurnal Pendidikan Islam*, *7*(1), 13–24. https://ejournal.ibi.ac.id/Tarbawi/article/view/578

Chusna, P. A. (2017). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315–330. https://ejournal.uinsatu.ac.id/index.php/dinamika/article/view/842

Damayanti, P., Syahidin, S., Dhani, F. A., & Armi, W. (2025). Literasi digital pada anak usia dini: Upaya meningkatkan pengetahuan tentang dampak kecanduan handphone. *KENDURI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 20–26. https://doi.org/10.62159/kenduri.v5i1.1741

Harmalis, Kholidin, F. I., Yandri, H., & Juliawati, D. (2022). Pendampingan masyarakat Desa Baru Sungai Betung Mudik Kabupaten Kerinci dalam mereduksi kecanduan gawai pada anak. *Abdimas Altruis: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 17–21. https://doi.org/10.24071/aa.v5i2.4693

Hidayat, Y., & Mattiro, S. (2021). Sosialisasi penggunaan handphone dan media sosial yang bijak pada siswa SMPN 3 Belimbing Baru Kabupaten Banjar. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 63–69. https://doi.org/10.20527/btjpm.v3i1.1805

Kamalia, N., Sukma, D. A., Nisa, S. K., & Raihanna, P. A. (2025). Meningkatkan pengetahuan bijak bermedia sosial melalui psikoedukasi penggunaan handphone. *Jurnal Aplikasi Psikologi*, 1(1), 1–11. https://journals2.ums.ac.id/jap/article/view/14710

Kasmawati, & Hamsah. (2025). Literasi digital dan kesadaran dampak penggunaan HP berlebihan di SD 027 Labuang. *MACOA: Jurnal PKM*, 2(1), 48–53. https://journal.itbmpolman.ac.id/index.php/jurnalmacoa/article/view/132

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Lensoni, L., Lidiawati, M., Arham, N., Savitri, E., & Rahmawati, C. (2019). PKM sosialisasi dampak gadget, bahaya penyalahgunaan narkoba dan pergaulan bebas. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 227–233. https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/abdimas/issue/view/359

Lestari, D., Contessa, E., & Rhamadhaniati, R. U. (2022). Sosialisasi dampak handphone terhadap perkembangan karakter anak. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 5(1), 157–164. https://doi.org/10.31851/dedikasi.v5i1.7816

Lubis, S. P. W., Muzanna, S. R., Yulinar, Y., Samsuar, S., Zaki, A., Fitriani, F., & Askia, D. (2022). Edukasi dampak penggunaan gadget bagi anak-anak Gampong Lambunot Kabupaten Aceh Besar. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1540–1543. https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/10927/5419

Megiati, Y. E., Pratiwi, N. K., Basir, R. R., & Mariyanih, D. (2025). Penggunaan gawai bagi anak usia dini. *Kapas: Kumpulan Artikel Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 338–346. https://doi.org/10.30998/ks.v3i3.3874

Mubarok, S., Agustiansyah, Y., Azkia, A., Haqdu, G. A., Taufik, A. A., Amiludin, I., Riswanda, D. Y., Cahyadi, D. R., Fazri, M. N. M., Salsabila, R., Hanafiah, M. R., Haq, H. D., Sari, R. P., Nauri, S., Subekti, A., Muttaqin, R. M., Mutakin, M. R. R., Syamsudin, K. A., & Alfarizi, M. S. (2024). Peningkatan kesadaran bahaya kecanduan gawai dan cyber bullying melalui program MABIT di Desa Mekarsari Kecamatan Cilawu. *Jurnal PkM MIFTEK*, 5(2), 80–93. https://doi.org/10.33364/miftek/v.5-2.2072

Nasrullah, R. (2020). *Literasi digital: Konsep, teori, dan praktik*. Bandung:Remaja Rosdakarya.

Novitasari, N. F. (2020). Menyamakan pola pikir orangtua, guru, dan siswa: Sebuah usaha memperkenalkan gawai secara bijak. *INTEGRITAS: Jurnal Pengabdian*, 4(1), 135–150. https://doi.org/10.36841/integritas.v4i1

Nuraliyah, E., Fadilah, A., Handayaningsih, E., Ernawati, & Oktadriani, S. L. (2022). Penggunaan handphone dan dampaknya bagi aktivitas belajar. *Jurnal IDEAS: Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, *8*(4), 1585–1592. https://doi.org/10.32884/ideas.v8i4.961

Nurhablisyah, & Handayani, D. (2020). Infografis bijak menggunakan gawai dalam keluarga di Posyandu Cendrawasih Sukmajaya Depok. *SENADA: Semangat Nasional Dalam Mengabdi*, 1(1), 123–132. https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3854766

Prasetyaningrum, N. E., & Sudalyo, R. A. T. (2024). Pelatihan penggunaan gadget yang bijak dan membangun budaya menabung bagi siswa sekolah dasar di SDN Tegalharjo No. 187 Surakarta. *Jurnal BUDIMAS*, 6(1). https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3957923

Ribaah, R. Z., & Masruroh, F. (2025). Workshop bahaya penggunaan gadget pada anak usia dini di Desa Keradenan Banyuwangi. *Karya Nyata: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 70–79. https://doi.org/10.62951/karyanyata.v2i3.2084

Santoso, F. A. (2020). Dampak penggunaan gawai terhadap pembelajaran siswa SD. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 49–54. https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.87

Sari, R. K., Widyawati, E., & Rahayu, S. W. (2023). Penanggulangan anak pada ketergantungan gawai dengan literasi di MT (Majelis Taklim) Assalam Kota Tarakan. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(7). https://bajangjournal.com/index.php/JPM/issue/view/198

Sinambela, J. L., & Simanjuntak, M. (2025). Strategi mengatasi dampak negatif kebiasaan penggunaan gadget. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(1), 1085–1091. https://jurnaldidaktika.org/contents/article/view/1395

Sukatno, Afifah, N., Siregar, A. T., Rambe, M. S., & Handayani, R. (2026). Edukasi HP sehat untuk anak zaman now di SD Negeri 100714 Desa Garoga Kecamatan Batang Toru Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, *4*(4), 25170–25176. https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6322

Tulasmi, T., Mukti, T., Yuniawan, R., & Cantika, V. P. (2021). Penyuluhan literasi bagi ibu-ibu PKK guna mengurangi ketergantungan anak pada produk gawai. *Jurnal BUDIMAS*, 3(2), 386–393. https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/JAIM/article/view/3027/1453

Watak, C. L., Tuwongihide, Y., & Suparlan, M. S. R. (2023). Dampak penggunaan gadget berlebihan pada anak sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat MAPALUS*, 1(2), 43–49. https://id.scribd.com/document/722860798/7-Chintami-Dkk.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license