

Pelatihan Penggunaan Internet Sehat dan Aman untuk Meningkatkan Literasi Digital di Lingkungan Masyarakat

Muhammad Ridho Ardiansyah¹, Dahnial²

Program Studi Sistem Informasi, Institut Teknologi dan Bisnis Bina Sriwijaya Palembang¹

Program Studi Administrasi Publik, STIA Satya Negara Palembang²

e-mail: ridho.ard@gmail.com, dahnial.dp@gmail.com

Abstrak

Pelatihan penggunaan internet sehat dan aman sangat krusial untuk meningkatkan literasi digital masyarakat dengan mengajarkan cara berpikir kritis, mengamankan data pribadi, menghindari misinformasi dan cyberbullying, serta memanfaatkan teknologi secara produktif dan etis. Pelatihan ini meliputi dasar-dasar TIK, keamanan siber, privasi online, dan budaya digital, serta menggunakan metode partisipatif seperti survei awal, diskusi, dan kegiatan interaktif untuk mencapai pemahaman yang aplikatif. Tujuan dari penelitian dan manfaat pelatihan ini adalah meningkatkan kemampuan berpikir kritis, melindungi diri dari risiko *online*, memanfaatkan internet secara positif dan produktif dan menciptakan lingkungan digital yang sehat. Adapun permasalahan dalam pelatihan internet sehat dan aman untuk meningkatkan literasi digital di lingkungan masyarakat ini meliputi akses teknologi yang tidak merata, rendahnya minat masyarakat terhadap literasi digital, kualitas konten internet yang meragukan, kurangnya pemahaman mengenai risiko online seperti perundungan siber dan penipuan, serta kesulitan dalam menjaga privasi data pribadi di dunia maya. Selain itu, ada juga tantangan dalam mengatasi kecanduan internet dan memastikan penerapan etika digital dalam interaksi online.

Kata Kunci: *Pelatihan, Internet, Literasi Digital, Masyarakat*

Abstract

Training on healthy and safe internet use is crucial for improving digital literacy in the community by teaching critical thinking, securing personal data, avoiding misinformation and cyberbullying, and using technology productively and ethically. This training covers the basics of ICT, cybersecurity, online privacy, and digital culture, and uses participatory methods such as initial surveys, discussions, and interactive activities to achieve practical understanding. The objectives of this research and the benefits of this training are to improve critical thinking skills, protect oneself from online risks, utilize the internet positively and productively, and create a healthy digital environment. Challenges faced in training on healthy and safe internet use to improve digital literacy in the community include unequal access to technology, low public interest in digital literacy, questionable quality of internet content, lack of understanding of online risks such as cyberbullying and fraud, and difficulties in maintaining personal data privacy online. Furthermore, there are challenges in overcoming internet addiction and ensuring the implementation of digital ethics in online interactions.

Keywords: *Training, Internet, Digital Literacy, Society*

PENDAHULUAN

Penggunaan internet sehat dan aman untuk meningkatkan literasi digital menyoroti pesatnya perkembangan digital yang membawa manfaat dan risiko, sehingga masyarakat perlu dibekali kemampuan literasi digital. Pelatihan ini penting untuk meningkatkan kesadaran akan etika digital, keamanan data pribadi, dan kemampuan kritis dalam menghadapi informasi *online*, termasuk *hoaks* dan *cyberbullying*, guna menciptakan ruang digital yang positif dan bertanggung jawab. Pesatnya perubahan era digital ditandai dengan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang sangat pesat, memungkinkan masyarakat mengakses informasi dan peluang tanpa batas. Manfaat dan risiko internet memberikan akses ke sumber pengetahuan, pendidikan, dan pasar global, tetapi juga menyimpan berbagai risiko seperti penipuan *online*, *malware*, dan penyebaran informasi yang tidak benar (Nasution, D., et.,al. 2019).

Pentingnya literasi digital dalam keterampilan hidup adalah Literasi digital adalah kemampuan esensial untuk menemukan, mengevaluasi, menggunakan, dan menciptakan konten secara efektif dalam dunia digital. Menghadapi informasi negatif dengan meningkatnya literasi digital, masyarakat dapat lebih bijak dalam menyaring informasi, menghindari informasi menyesatkan atau berita bohong (*hoaks*), dan mengenali potensi ancaman (Haryani, P.,et.,al. 2018).

Tujuan pelatihan ini dalam peningkatan kesadaran ini mengedukasi masyarakat tentang pentingnya menggunakan internet secara bijak, sehat, dan bertanggung jawab. Penguatan keamanan digital adalah meningkatkan pemahaman tentang cara melindungi data pribadi, membuat kata sandi yang kuat, dan mengenali ancaman siber seperti *phishing* (Montanesa, D.,et.,al. 2021). Mengatasi Isu Sosial adalah Membangun kesadaran dan kemampuan untuk menghadapi masalah seperti *cyberbullying* dan penggunaan media sosial secara berlebihan. Etika digital adalah mempromosikan etika dan perilaku sopan dalam berinteraksi di ruang digital, menghormati privasi orang lain, dan mencegah penyebaran konten negatif (Azhar, Z., et.,al. 2023).

Urgensi di lingkungan masyarakat adalah melindungi anggota masyarakat pelatihan ini penting untuk berbagai lapisan masyarakat, termasuk anak-anak dan remaja yang rentan terhadap dampak negatif internet dan media sosial (Sofica, V.,et.,al. 2021). Membangun lingkungan digital positif dengan tujuan akhirnya adalah menciptakan komunitas yang sadar digital, mampu memanfaatkan teknologi untuk kebaikan, dan berkontribusi pada lingkungan digital yang lebih sehat (M. W. Pangestika, et.,al. 2017).

Internet telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari, namun penggunaan yang kurang bijak berpotensi menimbulkan dampak negatif seperti kecanduan, perundungan siber, dan penyebaran *hoaks*. Program pengabdian masyarakat "internet sehat" dilaksanakan di desa tanjung gunung dengan tujuan meningkatkan literasi digital, etika berinternet dan keterampilan

verifikasi informasi pada warga usia produktif. pada kegiatan ini adapun materi yang disampaikan meliputi; lokakarya interaktif tentang prinsip dasar keamanan siber dan etika online, simulasi identifikasi hoaks, pendampingan pembuatan konten positif untuk media komunitas desa. Dengan adanya pembekalan materi diatas diharapkan masyarakat dapat mengoptimalkan penggunaan platform online, serta dapat mendeteksi berita hoaks dan resiko penipuan online (Sulaiman, R.,et.,al. 2025). Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, khususnya akses internet, telah membawa dampak signifikan pada berbagai aspek kehidupan masyarakat. Di wilayah pedesaan, penetrasi internet yang semakin meluas membuka peluang besar dalam hal edukasi, ekonomi, dan pemerintahan berbasis daring (Subiakto, H.,et.,al. 2013).

Di era digital saat ini, akses dan pemahaman tentang literasi digital menjadi kunci untuk mengatasi ketidaksetaraan dalam akses pendidikan, pekerjaan, dan ekonomi. Desa sirnagalih, sebuah komunitas pedesaan di kecamatan bayongbong kabupaten garut, jawa barat, menghadapi tantangan dalam mengadopsi teknologi digital. Program literasi digital melalui seminar menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam menggunakan internet secara sehat dan produktif. kuliah kerja nyata tematik 2023 sekolah tinggi teknologi garut, bertujuan memberikan kontribusi kepada masyarakat desa sirnagalih khususnya kampung babakan dan depok dalam bentuk pengetahuan atau edukasi dan kegiatan seminar yang bertema tentang berkembang cerdas, aman dan membangun kemampuan literasi digital. Hasil pembahasan menunjukkan program literasi digital melalui edukasi ke sekolah dan seminar dalam upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat kampung babakan depok desa sirnagalih dalam memanfaatkan internet yang cerdas aman secara umum mendapat tanggapan positif (Pariyatin, Y., et.,al. 2024). Peningkatan pemahaman siswa tentang privasi data, mengidentifikasi misinformasi, dan penggunaan *blog* sebagai media pembelajaran yang kreatif dan reflektif. Selain itu, pengintegrasian kegiatan ini dengan kurikulum sekolah mendukung pendekatan pembelajaran berbasis proyek. Sosialisasi langsung dan tatap muka terbukti lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan pemahaman siswa dibandingkan dengan metode online. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan pendidikan yang tepat dapat menumbuhkan kesadaran digital di kalangan siswa dan berfungsi sebagai langkah mendasar dalam mengembangkan generasi muda yang melek digital. Upaya di masa depan dapat mencakup pelatihan lanjutan, pengembangan modul pembelajaran digital, dan keterlibatan aktif guru dan orang tua dalam mendukung perjalanan literasi digital siswa Witi, F. L.,et.,al. (2025).

Pelatihan pengenalan internet sehat bagi ibu-ibu PKK kelurahan lamokato, kabupaten kolaka adalah sebuah inisiatif untuk meningkatkan literasi digital di komunitas tersebut. Kegiatan ini dilaksanakan dalam empat sesi pelatihan yang mencakup berbagai topik, seperti penggunaan media sosial dengan bijak, menjaga privasi dan keamanan data pribadi, serta mendapatkan informasi kesehatan yang akurat. Pendekatan partisipatif diterapkan dalam

pelatihan ini untuk memastikan keterlibatan aktif peserta. Evaluasi menunjukkan bahwa pelatihan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan digital para peserta, dengan 60% dari mereka menilai pelatihan ini cukup baik. Mayoritas peserta merasa lebih percaya diri dalam menggunakan internet secara positif dan aman. Pelatihan ini juga diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi komunitas, membantu ibu-ibu PKK menjadi agen perubahan dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat melalui penggunaan internet yang sehat dan aman (Yusuf, M., et.,al. (2024).

METODE

Metode pelatihan penggunaan internet sehat dan aman yang efektif untuk meningkatkan literasi digital di masyarakat adalah kombinasi dari ceramah interaktif, simulasi, dan praktik langsung untuk memberikan pemahaman teoretis sekaligus keterampilan praktis dalam menggunakan internet secara aman, terpercaya, dan etis. Pelatihan ini harus mencakup pengenalan konsep dasar, diskusi mendalam, serta simulasi skenario siber untuk mengembangkan kemampuan kritis dalam mengevaluasi informasi dan mengelola keamanan privasi online.

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu, Tanggal 13 Juli 2024. Materi sosialisasi yang diberikan berupa penjelasan mengenai internet sehat dan aman guna memberikan edukasi dan meningkatkan literasi digital kepada perangkat desa dan orang tua di lingkungan masyarakat desa Sungai Rebo Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan. Pendekatan yang dilakukan bersifat edukatif yaitu, pelaksanaan pengabdian masyarakat ini mengandung unsur pendidikan yang dapat mendinamisasikan masyarakat menuju kemajuan dalam memanfaatkan internet sehat dan aman.

Teknik yang digunakan dalam menyampaikan materi pelatihan adalah metode *Hybrid* yakni meenyelenggarakan secara *luring* dan *daring* menggunakan alat bantu yaitu aplikasi *Zoom*. Para peserta dibekali dengan bahan materi berupa modul yang sudah disiapkan oleh tim, setelah materi diberikan dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab agar tim memahami secara langsung permasalahan apa yang sering ditemui oleh anggota desa sungai rebo kabupaten banyuasin sumatera selatan satu dalam menggunakan internet agar materi praktek yang diberikan lebih tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan peserta.

Tahapan Pelaksanaan Pelatihan

Persiapan dan identifikasi kebutuhan: a) koordinasi: melakukan pertemuan dengan tokoh masyarakat atau perwakilan komunitas untuk menjelaskan tujuan pelatihan. b) survei awal: mengidentifikasi kebiasaan pengguna internet, potensi masalah yang dihadapi, dan tingkat literasi digital yang sudah ada di masyarakat.

Pelaksanaan pelatihan: a) ceramah dan presentasi visual: memberikan pengantar konsep dasar literasi digital, pentingnya internet sehat, serta etika

berinternet menggunakan media seperti powerpoint atau video. b) simulasi dan studi kasus: menggunakan simulasi online untuk mempraktikkan penanggulangan situasi di dunia maya, seperti penipuan online atau pelecehan siber, untuk membangun pemahaman aplikatif. c) praktik langsung: memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan pengaturan keamanan pada media sosial, mengelola privasi, atau menggunakan perangkat lunak pengaman. d) diskusi interaktif: mengadakan sesi tanya jawab dan diskusi untuk memperdalam pemahaman peserta dan berbagi pengalaman antar anggota masyarakat.

Evaluasi dan tindak lanjut: a) evaluasi pengetahuan: mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah pelatihan untuk memastikan materi tersampaikan dengan baik. b) umpan balik dan kepuasan: mengumpulkan umpan balik peserta untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan dan kepuasan mereka terhadap pelatihan. c) pendampingan: memberikan dukungan berkelanjutan bagi masyarakat dalam menerapkan pengetahuan literasi digital secara mandiri.

Elemen kunci dalam metode pelatihan a) pendekatan partisipatif: melibatkan peserta secara aktif dalam setiap tahap kegiatan. b) keseimbangan teori dan praktik: menggabungkan pengetahuan teoritis dengan keterampilan praktis agar peserta dapat langsung menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. c) materi adaptif: menyediakan modul pelatihan yang mudah dipahami, relevan dengan kondisi masyarakat setempat, dan mencakup topik-topik krusial seperti etika berinternet, keamanan siber, dan identifikasi informasi palsu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM pelatihan internet sehat dan aman yang telah dilaksanakan di balai desa sungai rebo kabupaten banyuasin sumatera selatan ini melewati langkah-langkah sebagai berikut: a) pembuatan modul pelatihan terdiri dari dua materi yaitu sosialisasi tentang internet sehat dan aman dan pemanfaatan internet sehat pada sosial media. b) pembuatan *booklet* internet sehat berisi tentang penggunaan internet sehat dan aman. c) pengajuan izin ke kepala desa sungai rebo merupakan tahap awal sebelum melakukan pelatihan sekaligus koordinasi tempat dan jumlah peserta pelatihan. d) tahapan pelaksanaan pelatihan dimulai dengan pembukaan oleh ketua panitia kemudian dilanjutkan dengan kata sambutan dari ibu kepala desa sekaligus membuka pelatihan internet sehat dan aman bagi lingkungan masyarakat. Berturut-turut kata sambutan dari sekretaris desa, badan pengawas desa, ketua lembaga keamanan desa dan ketua tim pengabdian kepada masyarakat sekaligus menyampaikan maksud dan tujuan pelatihan ini. e) penyebaran dan pengisian kuisisioner oleh peserta sebelum pemaparan materi kepada peserta pelatihan dan pengumpulan kembali kuisisioner serta mentabulasinya.

Setelah pembukaan dan penyebaran dan pengisian kuisisioner dilanjutkan dengan kegiatan inti yaitu pemaparan 2 (dua) materi dengan judul Sosialisasi Internet Sehat dan Aman judul lain adalah Pemanfaatan Internet Sehat pada

Sosial media. Pelatihan berjalan dengan baik, peserta sangat antusias mendengar dan mengikuti praktek yang diberi oleh pemateri.

Tabel 1. Rekapitulasi Quisioner Pra Pelatihan

No.	Uraian	Hasil			
		SS	S	TS	STS
1.	Internet dibutuhkan untuk mencari informasi/belajar daring	67%	33%	0%	0%
2.	Internet diakses setiap hari	39%	44%	17%	0%
3.	Internet diakses lebih dari 2 jam per hari	33%	33%	28%	0%
4.	Internet digunakan 3 kali dalam seminggu	0%	28%	44%	28%
5.	Internet jarang digunakan	6%	11%	56%	28%
6.	Menggunakan internet untuk berjualan	39%	28%	28%	0%
7.	Menggunakan internet untuk mengajar	33%	11%	50%	0%
8.	Menggunakan internet untuk mencari hiburan	39%	33%	28%	0%
9.	Menggunakan internet untuk main game	6%	28%	44%	22%
10.	Menggunakan internet untuk mengisi waktu luang	44%	44%	11%	0%
11.	Menggunakan Aplikasi Facebook	56%	44%	0%	0%
12.	Menggunakan Aplikasi Youtube	50%	50%	0%	0%
13.	Menggunakan aplikasi messenger	44%	33%	22%	0%
14.	Menggunakan aplikasi whatsapp	72%	28%	0%	0%
15.	Menggunakan zoom meeting untuk pembelajaran daring anak	20%	15%	45%	10%
16.	Menggunakan aplikasi E-mail	35%	40%	15%	0%
17.	Mendampingi anak saat pembelajaran daring	40%	30%	15%	10%

Hasil dan luaran yang dicapai dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan materi pembelajaran teori dan praktek Sosialisasi Internet Sehat dan Aman, diantaranya: a) membangun peserta dengan kegiatan yang positif dan menambah pengetahuan mengenai berinternet sehat dan aman bagi masyarakat. b) mengembangkan potensi diri dikalangan peserta. c) membangun kerja sama dan hubungan sosial yang baik antar peserta dengan peserta itu sendiri, peserta dengan kami, dan dengan penggunaan internet sehat dan aman. d) berbagi ilmu pengetahuan untuk anggota yayasan mathlaul anwar satu merupakan langkah penting untuk menyebar luaskan ilmu pengetahuan khususnya materi internet sehat dan Aman.

Tabel 2. Peningkatan Pengetahuan Internet Sehat dan Aman di Lingkungan Masyarakat

No.	Masalah	Solusi	Peningkatan Mitra
1.	Sedikitnya pengetahuan peserta mengenai manfaat media sosial	Memberikan pelatihan berupa materi pengetahuan dasar mengenai media sosia	Peserta dapat memanfaatkan media sosial tidak hanya sebagai media interaksi tetapi juga bisa di manfaatkan untuk media penghibur, media informasi dan menggali kreatifitas
2.	Kurangnya sosialisasi mengenai internet sehat pada peserta	Memberikan pelatihan Berupa materi pengetahuan dasar mengenai internet sehat	Peserta dapat mengetahui cara berinternet sehat yaitu tidak memberikan informasi pribadi, menyimpan password, menghindari mengunduh file atau aplikasi tanpa ijin, tidak

			membagikan berita hoax, tidak melakukan cyberbullying
3.	Media sosial sebagai informasi yang sehat dan aman	Memberikan Penyuluhan berupa materi pengetahuan dasar mengenai bagaimana membagikan suatu informasi yang benar dan aman	Peserta dapat mengetahui cara membagikan informasi yang benar dan aman yaitu tidak menyebarkan rumor yang dapat menyakiti, menyinggung, menuduh orang lain dan menyebarkan berita bohong. Tidak sembarangan menerima permintaan pertemanan, pikirkan terlebih dahulu sebelum mengirimkan sesuatu di media sosial dan verifikasi berita sebelum dibagikan pada media sosial
4.	Terjadinya konflik sosial ketika ada perbedaan pendapat didalam konten media sosial	Memberikan pemahaman mengenai antisipasi bagaimana menanggulangi perbedaan pendapat dalam konten media sosial seseorang	Memberikan pemahaman kepada peserta dalam membaca konten pada media sosial harus memahai terlebih dahulu permasalahan dalam konten yang dibahas dengan menggali informasi dari isi konten tersebut sebelum mempercayai dan berkomentar pada konten tersebut
5.	Peserta masih belum mengetahui mengenai penggunaan yang aman dalam bermedia sosial	Memberikan edukasi mengenai cara yang dapat dilakukan agar keamana dalam bermedia sosial menjadi lebih baik	Peserta dapat memahami penggunaan yang aman dalam bermedia sosial yaitu dengan cara tidak asal memposting konten, tidak perlu detail mencantumkan informasi pada media sosial, menjaga etika dalam media sosial, selalu waspada dan jangan langsung percaya terhadap informasi yang ada pada media sosial, melakukan filter akun-akun yang diikuti

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi internet sehat dan aman di Lingkungan masyarakat desa sungai rebo kabupaten banyuasin sumatera selatan telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. *Impact* setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tersebut adalah adanya peningkatan pengetahuan kemampuan para pelajar tentang penggunaan internet secara sehat dan diharapkan dapat meningkatkan literasi digital peserta, serta dapat diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari agar lebih bijak dalam memanfaatkan internet serta bermedia social secara bijak dan tepat sesuai dengan etika dan norma yang berlaku dalam masyarakat, serta warga dapat mencegah dan menangkal segala bentuk konten-konten negative. Peserta juga puas dengan kegiatan sosialisasi

internet sehat dan aman ini terbukti dari hasil kuesioner yang diisi oleh para peserta menyatakan puas dalam mengikuti kegiatan ini dan mengharapkan pelatihan ini dilaksanakan secara berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azhar, Z. et.,al. (2023). "Sosialisasi Penggunaan Komputer Dan Internet Sehat Bagi Siswa Siswi Sekolah Menengah Kejuruan," JMM (Jurnal Masy. Mandiri), vol. 7, no. 3, p. 2194, 2023.
- Haryani, P & Susanti, E. (2018) "Sosialisasi Internet Sehat Sebagai Upaya Pornografi Di Internet Bagi Pemuda Pemudi Gedongkuning, Tegal tandan, Banguntapan, Bantul," pp. 43-
- Montanesa, D & Karneli, Y. (2021). "Pemahaman remaja tentang internet sehat di era globalisasi," Edukatif J. Ilmu Pendidik., vol. 3, no. 3, pp. 1059-1066, 2021.
- Nasution, D. et.,al. (2019). "Internet Sehat Dan Aman (Insan),"Jurdimas (Jurnal Pengabdi. Kpd. Masyarakat) R., vol. 2, no. 2, pp. 179-182, 2019.
- Pangestika, M. W., & Brianorman, Y. (2017). "Sosialisasi Pemanfaatan Internet Untuk Pendidikan Pada Pelajar Smk Al-Madani Pontianak," J. Bul. Al-Ribaath vol. 12, no. 1, p. 82, 2017.
- Pariyatin, Y., et.,al. (2024). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Internet Melalui Program Literasi Digital. Jurnal PkM MIFTEK, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.33364/miftek/v.5-1.1477>
- Sofica, V.et.,al. (2021). "Pemanfaatan Internet Sehat Menuju Kemandirian Belajar Bagi Pelajar Tegal Parang Jakarta Selatan," J. Comput. Sci. Contrib., vol. 1, no. 2, pp. 119-126, 2021.
- Sulaiman, R.,et.,al. (2025). Meningkatkan Literasi Digital Masyarakat Melalui Edukasi Internet Sehat. Jurnal Abdimastek (Pengabdian Masyarakat Berbasis Teknologi), 6(01).
- Subiakto, H., & Fisip, U. A. (2013). Internet untuk pedesaan dan pemanfaatannya bagi masyarakat (The usage of internet for the village and villagers). Masyarakat, kebudayaan dan Politik, 26(4), 243-256.
- Witi, F. L.,et.,al. (2025). Upaya Peningkatan Literasi Digital Melalui Sosialisasi Penggunaan Internet Secara Sehat Dan Cerdas. Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 6(2), 208-213. <https://doi.org/10.37478/mahajana.v6i2.5587>
- Yusuf, M.,et.,al. (2024). Bimbingan Teknis Pengenalan Internet Sehat Sebagai Upaya Menuju Masyarakat Berkemajuan. Kongga: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(1), 23-27. <https://doi.org/10.52423/kongga.v2i1.30>