

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAWA TIMUR LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Jalan Raya Rungku tMadya, Gunung anyar, Surabaya 60294 Telepon: 031-8781400 Faksimile: 031-8781400 Laman: www.lppm.upnjatim.ac.id email: lppmupnjatim88@gmail.com

<u>SURAT TUGAS</u> Nomor: ST/ 347 /UN63.8/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini:

: Dr. Ir. Rossyda Priyadarshini, M.P Nama

NIP : 19670319 199103 2001

Jabatan : Sekretaris LPPM UPN "Veteran" Jawa Timur

Menugaskan Dosen Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur tersebut dibawah ini :

No.	Nama	NIDN	Progdi	Keterangan
1.	Dr. Zainal Abidin Achmad, M.Si, M.Ed.	0711028201	Ilmu Komunikasi	Penulis ke 1
2.	Dr. Ir. Yenny Wuryandari, MP.	0714016601	Agroteknologi	Penulis ke 2
3.	Dr. Ir. Rossyda Priyadarshini, MP	0019036710	Agroteknologi	Penulis ke 3

Untuk melaksanakan kegiatan Pembuatan Modul Pengabdian kepada Masyarakat dengan Judul:

"PELATIHAN PEMANFAATAN DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN GAME ONLINE **DI SMPN 19 SURABAYA"**

Setelah melakukan kegiatan membuat laporan tertulis/memberikan dokumentasi sebagai bukti pelaksanaan kepada Ketua LPPM

Demikian Surat Tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Surabaya, 30 Mei 2022

Ketua LPPM

yda Priyadarshini, M.P.

NIP. 196770310 199103 2001

Tembusan:

- Arsip



PELATIHAN PEMANFAATAN DAN PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA DAN GAME ONLINE DI SMPN 19 SURABAYA

Dr. Zainal Abidin Achmad, M.Si., M.Ed.

Dr. Ir. Yenny Wuryandari, MP.

Dr. Ir. Rossyda Priyadharsini, MP.

MODUL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

PELATIHAN PEMANFAATAN DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN GAME ONLINE DI SMPN 19 SURABAYA



Oleh:

Dr. Zainal Abidin Achmad, M.Si, M.Ed. (Ilmu Komunikasi - 0719057301)

Dr. Ir. Yenny Wuryandari, MP. (Agroteknologi - 0714016601)

Dr. Ir. Rossyda Priyadarshini, MP. (Agroteknologi - 0019036710)

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN"

JAWA TIMUR

SURABAYA

2022

HALAMAN PENGESAHAN

- 1. Judul: PELATIHAN PEMANFAATAN DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN GAME ONLINE DI SMPN 19 SURABAYA
- 2. Bidang Pemanfaatan Ipteks: Sosial Humaniora

3. Nama Ketua Pelaksana

a. Nama Lengkap : Dr. Zainal Abidin Achmad, M.Si., M.Ed.

b. NIDN : 0719057301c. Jabatan Fungsional : Lektor

d. Program Studi : Ilmu Komunikasi e. Nomor HP : 085736736736

f. Alamat e-mail : z.abidinachmad@upnjatim.ac.id

4. Lokasi Kegiatan: SMP Negeri 19 Surabaya, Jl. Arief Rahman Hakim No.103-B, Klampis Ngasem, Kec. Sukolilo, Surabaya 60117.

5. Anggota:

1. Nama Lengkap : Dr. Ir. Yenny Wuryandari, MP.

NIDN : 0714016601 Program Studi : Agroteknologi

2. Nama Lengkap : Dr. Ir. Rossyda Priyadarshini, MP.

NIDN : 0019036710 Program Studi : Agroteknologi

Surabaya, 23 Mei 2022

Menyetujui, Dekan FISIP

or.Drs.Ec. Gendut Sukarno,MS,CHRA

Dr. Zainal Abidin Achmad, MSi, MEd

Ketua Pelaksana,

NPT. 373059901701

Kette LRPM

ehry Wuryandari, MP

199203 2 001

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah Yang Maha Kuasa karena atas rahmat dan hidayah-Nya Modul Pengabdian Masyarakat dengan judul Pelatihan Pemanfaatan dan Penggunaan Sosial Media dan Game Online dapat diselesaikan dengan baik.

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala SMPN 19 Surabaya karena telah memberikan kesempatan bagi kami untuk melaksanakan kegiatan ini. Tidak lupa juga ucapan terima kasih kami sampaikan kepada mahasiswa pendamping pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini.

Kami menyadari bahwa dalam pelaksanaan kegiatan maupun penulisan modul ini masih jauh dari sempurna sehingga dengan kami dengan hati dan tangan terbuka mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Semoga modul pengabdian masyarakat ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Surabaya, 23 Mei 2022

Para Penulis

DAFTAR ISI

San	npul Dalam	i
Hal	aman Pengesahan	ii
Kat	a Pengantar	iii
Daf	tar Isi	iv
BA	B 1 PENDAHULUAN	1
1.1.	Latar Belakang Masalah	1
1.2.	. Urgensi	2
1.3.	Tujuan Pembuatan Modul	6
1.4.	. Khalayak Sasaran Strategis	7
BA	B 2 PELAKSANAAN KEGIATAN	9
BA	B 3 HASIL DAN PEMBAHASAN	10
3.1.	Media Sosial dan Game Online	10
3.2.	Dont's and Do's Media Sosial	10
3.3.	Dont's and Do's Game Online	14
3.4.	. Dampak Positif Negatif Media Sosial dan Game Online	15
3.4.	1. Dampak Positif dan Negatif Media Sosial	17
3.4.	2. Dampak Positif dan Negatif Game Online	19
3.5.	. Gejala Kecanduan Game Online dan Media Sosial Serta	
	Cara Mengatasinya	21
3.7.	Anak Usia Dini dan Perkembangannya	24
BA	B 4 PENUTUP	25
DA	FTAR PUSTAKA	26
LA	MPIRAN	28
1.	Surat Kesediaan Kerjasama Mitra	28
2.	Peta Lokasi Kegiatan	29
3.	Dokumentasi Kegiatan	
4.	Slide Materi	33

PELATIHAN PEMANFAATAN DAN PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA DAN GAME ONLINE DI SMPN 19 SURABAYA

¹Zainal Abidin Achmad, ²Yenny Wuryandari, ³Rossyda Priyadarshini

Email: ¹z.abidinachmad@upnjatim.ac.id, ²yennywuryandari@upnjatim.ac.id, ³ossy.rsd67@gmail.com

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Di era globalisasi ini, perkembangan teknologi semakin cepat terutama dengan hadirnya internet. Hal ini juga dapat dipicu bahwa hadirnya internet saat ini semakin dibutuhkan oleh masyarakaat dalam kehidupan sehari-hari. Mulai dalam hal pendidikan, pekerjaan, sosialisasi, hiburan, dan sebagainya. Dengan adanya rasa ingin berkomunikasi dengan orang lain dan keingintahuan yang besar, internet ini dapat dikatakan sebagai teknologi yang tepat dan mudah diakes oleh siapapun, kapanpun, dan dimanapun. Hal itu juga yang membuat media sosial dan game berbasis online banyak bermunculan.

Media sosial adalah sebuah platform yang memfasilitasi penggunanya untuk saling berbagi dan bersosialisasi, entah itu berkomunikasi atau membagikan sebuah konten yang berupa foto, video, dan tulisan secara terbuka untuk publik. Media sosial juga dapat juga membuka kesempatan kepada siapa saja untuk berpatisiasi dengan memberikan komentar atau feedback secara terbuka dengan waktu tak terbatas. Media sosial yang paling sering digunakan oleh masyarakat saat ini diantaranya intagram, facebook, twitter, youtube, dan tiktok.

Game online adalah suatu permainan yang terhubung melalui jaringan internet dan dimainkan oleh banyak orang dari berbagai penjuru dunia. Sebagian besar masyarakat menghabiskan waktu luangnya dengan bermain game online. Karena menurut Ng & Hastings (2005) pemain game secara online lebih menyenangkan dan memuaskan dari pada bermain game secara offline. adapun beberapa contoh game online yang populer dimainkan oleh masyarakat Indonesia, Mobile Legend, Free Fire, PUBG Mobile, dan Clash of Clan.

Antar media sosial dan game online memberikan pelayanan yang berbeda antara satu dengan yang lain. Pelayanan yang disajikan ini tidak hanya menarik bagi orang dewasa, namun juga anak-anak. Anak-anak yang bisa mengakses pun tidak tergolong sedikit. Hal itu menyebabkan mereka menjadi kecanduan. Kecanduan bermain game online maupun media sosial ini secara tidak langsung dapat mempengaruhi jalannya kehidupan seharihari. Banyak waktu yang akan terbuang secara percuma dan aktivitas seperti sosialisasi dengan lingkungan sekitar akan terganggu. Meskipun begitu, ada manfaat yang bisa diperoleh dari mereka yang bisa mengakses media sosial dan game online.

1.2. Urgensi

Pengabdian ini dilaksanakan di SMPN 19 Surabaya yang berlokasi di jalan Arief Rahman Hakim No.103-B, Klampis Ngasem, Kec Sukolilo, Kota Surabaya, Jawa Timur. Urgensi dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk menumbuhkan kesadaran pemanfaatan dan penggunaan sosial media dan game online di era digital.

SMPN 19 Surabaya dahulunya adalah salah satu sekolah kawasan yang ada di Surabaya sejak tahun 2006. Dimana untuk

masuk sekolah tersebut harus melalui tes kemampuan akademik dan memiliki sarat nilai rata-rata UN minimal 8,5. Namun mengacu Permendikbud 44/2019 maka semua sekolah kawasan dihilangkan dan berlakunya sistem zonasi dalam PPDB sehingga tidak ada tes kemampuan akademik untuk bisa menjadi siswa sekolah kawasan

SMPN 19 Surabaya berdiri sejak 14 Juli 1981 tanpa dilengkapi fasilitas ruang perpustakaan. Seiring dengan berdirinya sekolah maka pada tanggal 18 Juli 1983 didirikanlah perpustakaan untuk mulai menyediakan buku-buku yang sangat dibutuhkan siswa dengan koleksi 7 yang sangat minim. Perpustakaan ini awalnya hanya mampu melayani buku-buku fiksi dan non fiksi dan sedikit buku referensi seperti kamus inggris- indonesia juga sebaliknya dengan jumlah 2 eksemplar saja.

Banyak faktor yang mempengaruhi penyelenggaraan pendidikan di wilayah ini, salah satunya adalah lingkungan sekitar sekolah yang dapat diuraikan sebagai berikut :

- Kondisi sosial masyarakat yang sangat heterogen dengan tingkat kesejahteraan menengah ke atas lebih dominan dibandingkan dengan lainnya.
- Kondisi keamanan sekitar sekolah cukup kondusif karena berada di wilayah lingkungan permukiman elite dengan sistem shift 24 jam serta dekat dengan kantor Polsek sebagai pengayom masyarakat.

SMPN 19 Surabaya adalah salah satu sekolah negeri yang mempunyai sarana dan prasarana yang sangat lengkap dan memadai untuk mendukung kegiatan belajar mengajar, meliputi gedung dan ruang pembelajaran yang nyaman, sarana olahraga seperti dua lapangan yang terletak di utara dan selatan, laboratorium yang terdiri dari laboratorium biologi dan ipa, rumah

belajar, perpustakaan, UKS, kantin, dan koperasi. Selain sarana prasarana, SMPN 19 Surabaya juga memiliki berbagai program ekstrakurikuler yang ditujukan untuk mengapresiasi pengembangan jati diri siswa dalam minat dan bakat untuk menjuarai berbagai lomba dengan harapan siswa dapat masuk sekolah lanjutan lewat jalur prestasi. Program ekstrakurikuler yang ada di sekolah ini yaitu musik, komputer, modern dance, basket pramuka, dan drumband.

Visi SMPN 19 Surabaya adalah terwujudnya peserta didik yang unggul, berkarakter, dan berwawasan global. Misi SMPN 19 Surabaya antara lain: (1) Melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan multilingual dan pemanfaatan IT, (2) Menyediakan wadah penyaluran minat dan bakat siswa melalui ekstrakurikuler, OSIS, MPK, dan Komunitas Pelajar, (3) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran Agama, budaya santun, dan kepedulian sosial melalui kegiatan, (4) Menegakkan peraturan sekolah, (5) Menerapkan manajemen partisipatif dengan melibatkan seluruh warga sekolah dan kelompok kepentingan yang terkait dengan kepentingan sekolah.

Pendidikan pada hakikatnya adalah usaha sadar untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan peserta didik dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Terdapat beberapa konsep dasar mengenai pendidikan yakni (1) pendidikan berlangsung seumur hidup sejak manusia lahir dari kandungan ibu sampai meninggal, (2) Tanggung jawab pendidikan merupakan tanggung jawab bersama antara keluarga, masyarakat, dan pemerintah, (3) Bagi manusia, pendidikan merupakan suatu kewajiban karena dengan adanya ini, manusia memiliki kemampuan dan kepribadian yang berkembang. Oleh karena itu, pendidikan itu sendiri memerlukan sebuah pembaharuan sesuai

dengan masanya. SMPN 19 Surabaya juga senantiasa melakukan segala pembaharuan dengan segala kemampuan yang dimiliki dengan perkembangan anak didik dan tercapainya konsep dan tujuan pendidikan.



Gambar 1. Siswa kelas 8 SMPN 19 Surabaya



Gambar 2. Siswi kelas 8 SMPN 19 Surabaya



Gambar 3. Pendopo SMPN 19 Surabaya



Gambar 4. Lapangan SMPN 19 Surabaya

1.3. Tujuan Pembuatan Modul

Tujuannya adalah memberikan pengetahuan tentang pemanfaatan dan penggunaan media sosial dan game online, yang belum didapatkan oleh murid-murid secara maksimal dari bapak dan ibu guru. Hal ini dikarenakan bapak dan ibu guru mereka juga sedang dalam fase belajar untuk melek dengan era digital ini yang erat kaitannya dengan media sosial dan game online. Media sosial adalah sebuah platform digital atau media daring yang digunakan oleh para penggunanya untuk saling terhubung dan berkomunikasi serta menciptakan sebuah konten, serta berbagi foto, vidio,

maupun blog dan pengguna juga dapat dengan mudah mengakses dan berbagi. Dalam menggunakan sosial media ada hal-hal yang tidak boleh kita lakukan seperti menyebarkan hoax, mempercayai begitu saja semua hal yang dibaca tanpa mencari pembenaran terlebih dahulu, menyebarkan pendapat yang berisi SARA, hate speech, menggunakan bahasa kasar, memposting tentang aktivitas illegal, dan asal curhat.

Lalu hal-hal yang tidak diperbolehkan ketika bermain game online adalah suka menyalahkan dan tidak mau disalahkan orang lain ketika kalah dalam sebuah permainan padahal kekalahan seharusnya menjadi hal yang wajar. Kita hanya memikirkan diri sendiri ketika bermain game padahal ada beberapa game yang menuntut kerja sama tim. Terkadang juga diiringi dengan provokasiprovokasi yang dapat menggoyahkan pikiran lawan dan kawan sendiri. Padahal dalam semua permainan kita dituntut untuk sportif atau tidak curang.

Penggunaan dan pemanfaatan sosial media dan game online di era digital ini bagaikan pisau bermata dua karena dapat berdampak positif dan negatif. Dampak positif yang dapat diperoleh yaitu menambah teman, sebagai media hiburan dalam mengisi waktu luang dan mengobati kejenuhan dan stress, menambah wawasan mereka mengenai informasi, kemampuan berbahasa asing, dan lain sebagainya. Lalu dampak negatif yang diperoleh dalam menggunakan kedua hal ini adalah salah satunya kecanduan. Kecanduan dapat didefinisikan sebagai sesuatu 9 yang dapat membuat seseorang ketagihan dan ketergantungan pada yang berlebihan. Untuk sesuatu kegemaran mengatasi permasalahan ini dapat dilakukan dengan saling berinteraksi dengan teman, keluarga, dan orang lain di kehidupan nyata, membuat daftar jadwal main dengan efektif dan konsisten,

menyibukkan diri dengan mencari bakat baru dan mengeksplorasinya.

1.4. Khalayak Sasaran Strategis

Khalayak yang menjadi sasaran dalam kegiatan ini adalah Siswa SMPN 19 Surabaya kelas 8 yang memerlukan pengetahuan mengenai pemanfaatan dan penggunaan sosial media dan game online di era digital.

2. PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan ini dilakukan di SMP Negeri 19 yang berada di jalan Arief Rahman Hakim No.103-B, Klampis Ngasem, Kec. Sukolilo, Kota SBY, Jawa Timur 60117. Pada hari Jum'at, 20 Mei 2022, pukul 08.00-09.30.

Jenis dari kegiatan ini adalah pelatihan pemanfaatan dan penggunaan sosial media dan game online di era digital. Metode yang dilakukan adalah memberikan sosialisasi di SMPN 19. Kelompok yang dituju ialah siswa-siswi kelas 8 SMPN 19 dan diberikan materi oleh Zainal Abidin Achmad, Yenny Wuryandari, dan Rossyda Priyadarshini.

Berikut adalah susunan acaranya:

No.	Waktu	Durasi	Pokok Bahasan
1.	07.30 - 08.00	30 mnt	Persiapan Panitia
2.	08.00 - 08.05	5 mnt	Pembukaan Acara
3.	08.05 - 08.25	20 mnt	Penyampaian Materi 1 + Tanya Jawab
4.	08.25 - 08.45	20 mnt	Peyampaian Materi 2 + Tanya Jawab
5.	08.45 - 08.55	10 mnt	Ice Breaking
6.	08.55 - 09.15	20 mnt	Penyampaian Materi 3 + Tanya Jawab
7.	09.15 - 09.20	5 mnt	Penyampaian Kesimpulan
8.	09.20 - 09.25	5 mnt	Penutup
9.	09.25 - 09.35	10 mnt	Pembagian Sertifikat + Buah Tangan
10.	09.35 - Selesai		Evaluasi Panitia

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Media Sosial dan Game Online

Media sosial adalah sebuah platform digital atau media daring yang digunakan oleh para penggunanya untuk saling terhubung dan berkomunikasi serta menciptakan sebuah konten, serta berbagi foto, vidio, maupun blog dan pengguna juga dapat dengan mudah mengakses dan berbagi. Menurut pendapat Andreas Kaplan dan Michael Haenlein mendefinisikan media sosial sebagai "sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang membangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0, dan yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran user-generated content".

Menurut pendapat Kim et al dalam Azis (2011:3) yang dikutip oleh Kustiawan& Utomo (2018) game online merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh banyak orang dari berbagai penjuru dunia di waktu yang sama dan terhubung melalui jaringan internet. Game online merupakan salah satu hiburan yang diminati oleh sebagian besar remaja dan anak-anak saat ini. Sesuai dengan perkembangannya, bermain game kini sudah menjadi semacam hobi yang dilakukan banyak remaja dan yang tua dengan berbagai latar belakang yang berbeda. Dengan bermain game online dapat dari membuat terlepas stress. dan mungkin iuga menimbulkan stress karena game tak kunjung dapat terselesaikan.

3.2. Dont's and Do's Media Sosial

Di zaman ini, siapa yang tidak tahu apa itu media sosial. Sangat sedikit orang-orang yang tidak memiliki media sosial. Hampir semua kalangan tahu dan memiliki media sosial. Bahkan, balita yang masih belum lancar berbicara ada yang mempunyai media sosial yang sering kali digunakan oleh orang tuanya untuk

membagikan momen putra atau putri kecil mereka. Penggunaan media sosial juga bisa membuat seseorang menjadi terkenal atau mendapatkan penghasilan. Ramainya pengguna media sosial membuat beberapa pengusaha tertarik untuk membuka usaha mereka disana. Dalam hal ini, sebagai salah satu pengguna media sosial, wajib untuk mengetahui dan diterapkan hal-hal apa saja yang boleh dan tidak boleh dilakukan di sosial media, berikut hal-hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan:

A. Don'ts

1. Menyebarkan HOAX

HOAX adalah berita palsu, atau fakta yang dipelintir untuk tujuan tertentu. Secara bahasa, hoax adalah lelucon, kenakalan, berita bohong, olokan, menipu, dan sebagainya yang tersebar di dunia maya. Hoax ini termasuk dalam kejahatan cyber atau kejahatan dunia maya. Bila sengaja menyebarkan hoax, bisa terkena pasal 45A ayat (1) UU ITE yang berisi tentang siapapun yang sengaja menyebarkan berita bohong atau hoax dan mengakibatkan kerugian konsumen akan terkena pidana penjara paling lama enam tahun dan/atau denda maksimal 1 miliar.

Di era digital yang serba cepat ini, sangat memungkinkan hoax sanagt cepat menyebar, bahkan sampai bisa menghebohkan satu negara. Hoax yang sudah menyebar dan tidak diluruskan bisa sangat berbahaya untuk integritas nasional, hal itu dikarenakan hoax yang menyebar dan parahnya 11 dipercaya bisa menimbulkan keretakan integritas dan memicu satu atau lebih konflik yang tidak diperlukan.

2. Mempercayai Semua yang Dibaca

Berkaitan dengan hoax, mempercayai begitu saja berita yang tersebar adalah sebuah kesalahan fatal. Berita yang dipercaya begitu saja akan disebar dan semakin tersebar hingga bisa menyebabkan suatu hal yang tidak diinginkan, seperti keretakan sebuah hubungan, atau lebih parah perang saudara. Bila tidak mencari pembenarannya terlebih dahulu, maka bisa menimbulkan kepanikan dan keributan yang tidak perlu.

3. Menyebarkan Pendapat yang Berisi Tentang SARA Konflik SARA ialah tindakan yang melibatkan diskriminasi, pelecehan, dan kekerasan yang didasarkan pada identitas diri serta golongan. Bahayanya ketika pendapat yang mengandung SARA dan menjelekjeleknya orang suku, agama, budaya lain tersebar adalah hal itu bisa membawa pertikaian, hoax, serta fitnah dalam kehidupan nyata.

4. Hate speech

Hate speech adalah ujaran atau ucapan kebencian yang dilakukan oleh suatu individu atau kelompok yang dikemas dalam bentuk hasutan, provokasi, ataupun hinaan kepada individu yang lain, seperti fisik, gender, dan cara berpikir.

5. Menggunakan Bahasa Kasar

Jangan sampai meninggalkan jejak buruk di internet karena tidak akan menghilang dari internet. Sama seperti penggunaan bahasa kasar. Media sosial adalah tempat dimana tak jarang seseorang mengenal orang lain di era ini, termasuk perusahaan. Ketika sebuah perusahaan tahu bagaimana sebuah sikap diperlihatkan melalui sosial media dan apa juga bagaimana saja kontennya, akan menjadi sebuah pertimbangan untuk diterima kerja. Jadi lebih baik berhatihati dalam berkomentar.

6. Memposting Tentang Aktivitas Illegal

Ada beberapa kasus dimana seseorang ditangkap setelah memposting sesuatu yang ilegal di media sosial. Minum minuman keras di bawah umur atau bercanda tentang memposting barang curian bisa menjadi contohnya.

7. Asal Curhat

Mengeluarkan keluh kesah di media sosial artinya membuka aib sendiri. Walau akun sudah di private, tetap saja para followers bisa membacanya dan bisa menyebarkannya hingga diketahui lebih banyak orang.

B. Do's

1. Memposting Konten yang Bermanfaat atau Berkualitas Membuat konten tidak perlu harus viral lantas mengabaikan perasaan orang lain atau membuat tindakan yang sebenarnya tidak perlu diperlihatkan oleh orang lain. Seperti melakukan perbuatan baik hanya untuk mendapat pujian dari orang lain. Posting lah konten yang bermanfaat untuk orang lain dan berkualitas seperti memposting quotes dari para pemimpin, tokoh-tokoh, yang dapat menginspirasi orang lain.

2. Respect Terhadap Opini Orang Lain Setiap orang mempunyai opini dan persepsi yang berbeda. Alangkah baiknya bila perkelahian karena perbedaan pendapat ditiadakan. Bukankah hal itu terlihat lebih nyaman dari pada membaca isi komentar yang berisi perdebatan atau ujaran kebencian.

3. Posting Sesuai Hobi dan Ketertarikan Untuk membuat image, coba posting tentang hobi, hanya sekedar hobi dan tidak lebih. Karena ada beberapa hobi yang

bisa dijadikan pekerjaan. Media sosial ini bisa menjadi portofolio yang lain. Karena ada beberapa tempat kerja yang juga melihat media sosial sebagai bentuk penilaian diri.

4. Kritis Ketika Mendapatkan Info Terbaru

Agar hoax tidak semakin bertebaran dan menimbulkan kekacauan, sebagai konsumen yang baik, alangkah baiknya bila mencari pembenaran dari berbagai sumber terlebih dahulu. Bila seseorang lebih berhati-hati dalam menerima sebuah informasi, maka informasi tersebut tidak menimbulkan kekacauan yang tidak diperlukan.

5. Tidak Share Informasi Pribadi

Terlalu oversharing di media sosial bisa membuat seseorang menajdi tidak aman. Orang jahat bisa mengumpulkan banyak informasi dari apa yang diposting rangkai demi rangkai hingga menjadi rangkaian yang lengkap. Ketika itu terjadi, maka orang jahat bisa melakukan, lebih parahnya mengancam untuk sesuatu yang pastinya tidak baik.

6. Bisa Mengatur Waktu

Jangan sampai media sosial menjadi sesuatu yang candu. Gunakan waktu untuk hal yang lain selain membuka media sosial. Batasi dengan disiplin waktu yang ditentukan, kalau perlu berikan hukuman berat atau yang sangat dibenci agar tidak bermain berlebihan. Seringlah mengobrol dengan keluarga, sahabat, atau yang lain. Agar waktu tidak hanya terbuang di internet ataupun media sosial.

3.3. Dont's and Do's Game Online

Sejak zaman dahulu, game adalah salah satu sumber hiburan untuk anakanak. Meskipun begitu, tidak jarang terlihat orang dewasa juga masih memainkannya. Semakin berkembangnya

zaman, game pun ikut berkembang. Semakin banyak variasi game yang keluar, termasuk game online, sebuah game yang perlu menggunakan internet untuk memainkannya. Game online ini lebih diminati oleh anak-anak hingga remaja.

Seperti hal nya media sosial, walaupun game dibuat untuk melepas penat dan menghibur pemainnya, ada hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan sebagai pemain game online, berikut adalah hal yang tidak boleh = boleh dilakukan:

Suka Menyalahkan dan Tidak Mau Disalahkan = Interopeksi Diri

Kalah dan menang adalah hal biasa dalam sebuah permainan, namun ada orang yang tidak ingin disalahkan dan cenderung menyalahkan yang lain, seperti bagaimana kinerja timnya, lawannya, sistemnya, dan sebagainya. Orang-orang seperti ini menyelipkan tak iarang you message ke dalam penyalahannya. Untuk mengatasi hal itu, alangkah baiknya bila interopeksi diri sebelum melihat orang lain, dengan begitu kemampuan akan meningkat dan mengurangi pertikaian.

2. Egois = Altruis

Memikirkan orang lain sebelum dirinya adalah perbuatan yang baik. Ketika kita bersikap egois, rasa sebuah permainan tidak menjadi menyenangkan karena hanya memikirkan dirinya sendiri. Tidak semua game menganut sistem kerja tim, tapi ketika game tersebut menganut sistem kerja tim, maka alangkah baiknya bila bertindak altruis atau memikirkan orang lain dan tidak bersikap egois juga ingin menang sendiri.

3. Spam Chat = Bijak

Chat Dalam sebuah permainan tentu memerlukan fokus, bila fokus tersebut terganggu karena chat yang terus menerus

masuk bisa mengganggu pemain yang lain dan memungkinkan untuk kalah. Lebih baik chat digunakan seperlunya dan tidak menjadi luapan emosi pribadi.

4. Berisik = Tenang

Seperti halnya perihal spam chat yang bisa mengganggu, terlalu berisik dalam verbal juga dapat mengganggu orang lain, entah itu lawan, kawan, maupun orang lain yang ada disekitar tapi tidak ikut bermain. Lebih baik bermain dalam diam atau tenang, berbicara seperlunya agar bisa lebih fokus dalam permainan.

5. Suka Provokasi = Diskus atau diam Lebih Baik

Memprovokasi lawan atau kawan bisa menimbulkan kekesalan yang dapat menggoyahkan konsentrasi. Bila memaksa orang lain untuk mengikuti kemauan sendiri, maka tidak berbeda dengan egois. Jadi daripada lelah memprovokasi, kenapa tidak berdiskusi saja, agar kawan juga tahu harus melakukan apa dari posisinya. Kalau tidak, diam juga merupakan jalan yang benar, biarkan orang lain yang mengambil alih untuk rencana tim pada game tersebut.

6. Curang = Sportif

Semua orang tahu bahwa tindakan curang bukanlah hal yang benar. Bertindak curang hanya manis diawal tapi paht di akhir. Lawan tidak lagi mau melawan karena sudah tidak percaya lagi, juga keadilan yang menjadi transparan. Jadi kenapa tidak bertindak sportif agar lebih terlatih karena kerja keras sendiri.

3.4. Dampak Positif Negatif Media Sosial dan Game Online

Media sosial adalah sebuah media online, dengan para penggunanya yang dapat dengan mudah mengakses, berbagi, dan menciptakan seperti blog, artikel, jejaring sosial, wikipedia, dan dunia virtual. media sosial juga adalah media online yang mendukung interaksi sosial dan media sosial menggunakan teknologi berbasis website yang mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif.

Game online merupakan salah satu hiburan yang diminati oleh sebagian besar remaja dan anak-anak saat ini. Remaja dan anak-anak mampu bertahan di depan layar untuk bermain game online dalam kurun waktu yang tidak sebentar. Bermain game online menimbulkan efek ketergantungan. Fenomena kecanduan game online ini dapat menimbulkan berbagai dampak negatif dan dampak positif bagi kesehatan tubuh. Sesuai dengan perkembangannya, bermain game kini sudah menjadi semacam hobi yang dilakukan banyak remaja dan yang tua dengan berbagai 14 latar belakang yang berbeda. Dengan bermain game online dapat membuat terlepas dari stress, dan mungkin juga dapat menimbulkan stress karena game tak kunjung dapat terselesaikan.

3.4.1. Dampak Positif dan Negatif Media Sosial

Di tengah-tengah era globalisasi tidak bisa dipungkiri hadirnya sosial media yang semakin dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari, akan tetapi sosial media menghapuskan batasan-batasan dalam bersosialisasi, dalam sosial media tidak ada batasan ruang dan waktu dan dengan siapa mereka berkomunikasi, mereka dapat berkomunikasi kapanpun dimana pun mereka berada dan dengan siapa pun. Maka tidak dapat dipungkiri bahwa sosial media memiliki pengaruh yang sangat besar dan berdampak dalam

kehidupan banyak orang.

Adapun dampak positif sosial media, vaitu:

- a. Mempermudah kegiatan pembelajaran, karena dapat digunakan sebagai sarana berdiskusi antara teman maupun mencari info tugas.
- b. Mempermudah mencari teman baru dan teman yang sudah lama kenal. baik di lingkungan rumah maupun sekolah dengan bertemu melalui media sosial.
- c. Menghilangkan rasa stress saat memiliki banyak sekali tugas maupun pembelajaran di sekolah.
- d. Dengan menjumpai teman di media sosial membantu remaja termotivasi untuk mengembangkan diri dengan belajar karena dapat berinteraksi dan saling menerima feedback.
- e. Menambah wawasan, remaja dapat menggunakan media sosial akan mempermudah mengasah kemampuan mereka untuk menganalisis, mengakses berbagai informasi yang didapatkan kian meningkat seiring berjalannya waktu, sampai tidak dapat disadari

Selain dampak positif, sosial media juga memiliki dampak negatif, yaitu:

- a. Semakin berkurangnya waktu belajar, karena kecanduan memainkan sosial media seperti terlalu lama menonton Tiktok dan ini cukup menyita waktu belajar.
- b. Terganggunya konsentrasi belajar dikarenakan jika banyak remaja bosan dengan sistem pembelajaran yang monoton maka akan beralih ke sosial media.
- c. Dengan personality yang masih labil dapat menjerumuskan remaja dalam hal negatif dan merusak moral.
- d. Menghabiskan uang jajan berlebihan hanya untuk membeli kuota internet yang cukup berpengaruh terhadap kondisi keuangan.

e. Dengan terlalu lama menatap layar komputer, handphone maupun laptop dapat mengganggu kesehatan mata.

3.4.2. Dampak Positif dan Negatif Game Online

Bermain game sudah tidak asing lagi jika memiliki dampak positif dan negatif yang dapat dialami oleh pemainnya. dampak positif dan beberapa manfaatnya sebagai berikut:

- a. Menambah Teman karena banyak ditemui bahwa banyak orang memiliki hobi bermain game dengan adanya game online dan bermain bersama sistem orang random, maka adapun akan memiliki banyak teman lagi.
- b. Meningkatkan kemampuan berbahasa asing yang biasanya game diseluruh dunia memiliki beberapa bahasa tergantung pembuatannya tetapi paling sering menggunakan bahasa paling umum yaitu bahasa inggris, dengan ini untuk mempermudah bermain maka banyak remaja secara tidak langsung mampu membuat kemampuan berbahasa asing yang meningkat.
- c. Melatih kesabaran. hal ini dikatakan karena banyak pembuat video game membuat karyanya dengan tingkat kesulitan tinggi dan akan mempersulit terselesaikannya game tersebut. dengan itu kesabaran yang muncul akan berguna dalam kehidupan sehari-hari
- d. Sebagai media hiburan dalam mengisi waktu luang atau mengobati kejenuhan karena banyak pekerjaan rumah, dapat melatih otak karena dalam setiap permainannya dibutuhkan strategi dan konsentrasi untuk dapat mengalahkan musuh, dan dapat mengikuti turnamen e-sports yang berkesempatan meraih hadiah jutaan rupiah.
- e. Melatih ketangkasan. Bermain game bisa juga meningkatkan ketangkasan. Ada fungsi kerja, bermain, sekaligus berolahraga.

- Ada banyak permainan dalam video game yang memancing tingkat koordinasi dan kejelian mata para pemainnya.
- f. Membuat pola pikir semakin cepat. Manfaat ini akan anda peroleh jika para pemain sering bermain game strategi yang akan merangsang otak anda untuk mampu berpikir dengan cepat, khususnya dalam mengambil keputusan.

Selain beberapa dampak positif, bermain game online juga memiliki dampak negatif yang dapat diterima jika tidak berhatihati, yaitu:

- a. Kecanduan. jika remaja terlanjur tertarik dengan suatu game online, maka akan dapat mengalami kecanduan. kecanduan ini sangat berbahaya terlebih lagi jika mengabaikan tanggung jawab, kegiatan dan bermalas-malasan.
- b. Radiasi yang membuat mata kurang sehat. dengan seringnya bermain game online dan menatap layar monitor handphone maupun komputer dapat membuat mata sakit karena radiasi yang dipancarkan. jika sudah terserang ini maka dampak yang mungkin didapatkan adalah keharusan memakai kacamata.
- c. Mengalami kerugian finansial. dengan bermain game online biasanya banyak mengandung sistem topup untuk membeli skin dan segala macam. maupun ketika harus kehabisan kuota saat bermain game, biasanya orang yang kecanduan akan sangat mungkin menghabiskan dana puluhan juta hanya untuk bermain game.
- d. Mempengaruhi psikis seorang remaja mulai dari sikap mental yang suka memaki dan mengejek lawan main karena emosi yang tidak stabil. Dan mengganggu kinerja organ tubuh karena sering begadang yang mengakibatkan terlambat bangun pagi, menjadi kurang fokus, tidak konsentrasi dan sering mengantuk saat sekolah berlangsung.

- e. Malas. merupakanakibat dari kecanduan juga karena jika seseorang sudah malas, maka seakan-akan semua akan dilupakan dan langsung tidur setelah lelah bermain game.
- f. Malas Mandi. Jika sudah nyaman di depan PC atau laptop, akan malas bergerak ke manamana kan? Akibatnya, pemain game online jadi tidak menghiraukan suruhan orang tua untuk mandi deh. Tidak hanya itu, kalau habis makan snack sambil main, sampah bekas snack itu juga akan bertebaran di meja karena malas buat bersih- bersih.

3.5. Gejala Kecanduan Game Online dan Media Sosial Serta Cara Mengatasinya

Kecanduan dapat didefinisikan sebagai sesuatu yang membuat seseorang ketagihan dan ketegantungan pada suatu kegemaran yang berlebihan. Terdapat dua aktivitas yang paling banyak dilakukan yaitu bermain game online dan bermain sosial media. Kecanduan pada game online dan sosial media dikalangan remaja dan anak Indonesia saat ini semakin terus meningkat. Tidak ada salahnya bermain game atau bermedia sosial untuk menghilangkan kebosanan, namun jika anak tidak bisa lepas maka akan mempengaruhi kesehatan fisik dan mentalnya.

Kecanduan bermain Game online dan sosial media juga memiliki dampak negatif, terutama dari perspektif psikologis, akademik dan sosial. Secara psikologis, pikiran terus berpikir bahwa permainan sedang dimainkan, membuat siswa sulit berkonsentrasi pada pelajaran, seringkali bolos pelajaran, prestasi di sekolah mengalami penurunan dan juga membuat siswa cuek serta tidak peduli terhadap lingkungan sekitarnya terutama pada keluarga, teman, dan orang terdekat lainnya.

Menurut Griffiths dan Davies (2005), Kecanduan game online memiliki tujuh aspek atau kriteria yaitu arti penting, tolerans, perubahan suasana hati (mood), penarikan diri, kekambuhan, konflik, dan masalah. Berikut ini adalah penjelasan dari masing-masing aspek kecanduan game online:

- a. Memiiki arti penting, game online menjadi aktivitas yang sangat penting dalam kehidupan seseorang ketika bermain game dan mendominasi pikiran, emosi dan tindakan.
- b. Toleransi, saat seseorang mulai bermain lebih sering. Butuh waktu lebih lama untuk bermain.
- c. Perubahan suasana hati (mood), yang mengacu pada permainan yang dapat merangsang pengalaman emosional atau pengalaman subjektif sehingga jika mereka mulai bermain akan merasa tenang dan bergairah.
- d. Ketertarikan diri merupakan perasaan ketidaknyamanan atau efek fisik yang terjadi ketika aktivitas permainan berkurang atau berhenti. Misalnya, menggigil, emosional tinggi, suasana hati berubah-ubah.
- e. Kekambuhan adalah kecenderungan untuk memainkan permainan secara berulang dan kembali bermain dari semula.
- f. Konflik, konflik antara pemain dengan orang-orang di sekitarnya, konflik dengan aktivitas lain (pekerjaan, sekolah, kehidupan sosial, hobi, minat), dan konflik dari diri sendiri karena timbulnya kekhawatiran menghabiskan terlalu banyak waktu untuk bermain game.
- g. Masalah, masalah yang disebabkan oleh penggunaan game yang berlebihan. Masalah dapat terjadi pada individu itu sendiri seperti emosi subjektif dari masalah mental dan kehilangan kendali.

Terdapat beberapa tanda gejala kecanduan game online dan media sosial sebagai berikut:

- a. Sering bermain dalam jangka waktu yang panjang (lebih dari tiga jam) bahkan seharian sehingga membuang waktu efektif yang ada.
- b. Melakukan karena kesenangan sehingga muncul gejala penarikan diri untuk selalu bermain yang berakibat kecemasan, berkhayal, mudah tersinggung dan gelisah jika tidak bermain.
- c. Malas melakukan kegiatan sosial atau aktivitas lain seperti belajar, berinteraksi dengan orang lain, makan, tidur dan lainlain
- d. Menghiraukan perintah dan larangan orang tua atau orang dewasa untuk mengurangi penggunaan internet.
- e. Sulit untuk mengurangi intensitasnya dalam bermain.
- f. Memiliki emosional yang sangat tinggi sehingga mudah marah dan cenderung memiliki kepribadian yang tertutup.
- g. Selalu ingin bermain karena takut tertinggal informasi sehingga mereka akan merasa cemas dan gelisah.
- h. Jika tidak bermain mereka akan kebingungan merasa kesepian.

Hal ini mungkin disebabkan karena kurangnya pengendalian diri dari siswa. Untuk mengatasi dampak negatif dari kecanduan game online dan media sosial tersebut ada beberapa cara sebagai berikut:

- a. Sering berinteraksi dengan teman, keluarga dan orang lain di kehidupan nyata karena ini merupakan cara yang efektif untuk mengatasi kecanduan dalam bermain game dan bersosial media.
- b. Membuat daftar jadwal main dengan efektif dan konsisten untuk mematuhinya agar dapat terbiasa untuk membatasi waktu dalam bermain game dan bersosial media.

- c. Menyibukkan diri dengan mencari bakat baru dan mengeksplorasinya untuk mencari kebiasaan dan gaya hidup sehat di kehidupan nyata.
- d. Memberikan self rewards terhadap diri sendiri agar dapat merasa bangga akan dirinya sendiri.
- e. Sering bermain dengan teman atau keluarga di luar ruangan seperti bermain sepakbola, basket, bulu tangkis dan lain-lain.
- f. Mengadakan liburan bersama keluarga atau teman agar mendapat suasana yang baru dan menghilangkan rasa bosan setelah aktivitas sekolah

4. PENUTUP

Berdasarkan modul yang telah kami buat dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- 1. Masih rendahnya kemampuan dan pemanfaatan sosial media dan game online dari siswa SMPN 19 Surabaya.
- 2. Penggunaan sosial media dan game online dapat memberikan dampak yang positif dan juga negatif kepada penggunanya.
- 3. Dalam menggunakan sosial media dan game online terdapat aturan-aturan yang dapat dilakukan dan tidak dilakukan.
- 4. Mengetahui gejala dan cara mengatasi kecanduan dalam menggunakan dan memanfaatkan sosial media dan game online para era digital seperti sekarang ini adalah hal yang sangat penting, karena dapat mencegah seseorang untuk terkena dampak negatif dalam menggunakan sosial media dan game online.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtiyas, S. W. (2017). Peran guru dalam mengatasi kecanduan game online. KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program, 4(1).
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat kecanduan media sosial pada remaja. Journal of Nursing Care, 3(1).
- Fitri, E., Erwinda, L., & Ifdil, I. (2018). Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling. Jurnal Konseling dan Pendidikan, 6(3), 211-219.
- Gani dkk. (2014). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja. Halaman 32-42.
- Hening dkk. (2021). Sosialisasi Dampak Positif dan Negatif Game Online Bagi Anak Sekolah Dasar. Jurnal PKM Pemberdayaan Masyarakat Vol 2 No 3, 89-95.
- Khairuni, Nisa. (2016). Dampak Positif Dan Negatif Sosial Media Terhadap Pendidikan Akhlak Anak. Jurnal Edukasi, Vol 2 No 1.
- Ondang, Gilbert Luis. (2020). Dampak Game Online Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi FISPOL UNSRAT. Jurnal Holistik, Vol. 13 No. 12.
- Rafiq, A. (2021). Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat. Global Komunika, Vol 1 No 1.
- Ramadhana, Afif. (2021). Studi Literatur Faktor Penyebab Remaja Kecanduan Game Online. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Suryaningsih, Anik. (2019). Dampak Media Sosial Terhadap prestasi Belajar Peserta Didik. Wahana Didaktika Vol. 17 No. 3.
- Amelia, Lola. (2020). Konflik SARA Sebagai Masalah Sosial Indonesia. https://www.kompasiana.com/lolaamelia/5ee318e3d541df09bd05 bb24/ko nflik-sara-sebagai-masalah-sosial-di-indonesia
- Ciri Gamer Toxic yang (Mungkin) Tak Kamu Sadari. (2021). https://rexus.id/ciri- gamer-toxic-yang-mungkin-tak-kamu-sadari
- Inilah Dampak Positif dan Negatif Bermain Game. (2012). https://blog.dimensidata.com/inilah-dampak-positif-dan-negatif-bermain- game/
- Kominfo. (2020). Kominfo: Penyebar Hoaks COVID-19 Diancam Sanksi Kurungan dan Denda 1 Miliar.

- https://kominfo.go.id/content/detail/25923/kominfo-penyebar-hoaks-covid-19-diancam-sanksi-kurungan-dan-denda-1-miliar/
- Media Sosial Adalah: Contoh Hingga Manfaatnya Bagi Pebisnis. (2021). https://www.info.populix.co/post/media-sosial-adalah
- Nurchalimah. (2022). Do's & Don'ts Pengguna Media Sosial Bagi Mahasiswa. https://ehef.id/post/dos-donts-penggunaan-media-sosial-bagi-mahasiswa
- Prokomsetda. (2019). Pengertian Hoax dan Ciri-Cirinya. https://prokomsetda.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/pengertian-hoax-dan-ciri-cirinya-41
- Renitasari. (2021). Dampak Game Online Bagi Anak-Anak Dan Remaja. https://kominfo.bengkulukota.go.id/dampak-game-online-bagi-anak-anak-dan-remaja/
- Rohman, Beby Nurdiana. (2019). Dos dan Don'ts dalam Menggunakan Media Sosial. https://rencanamu.id/post/fun/you-have-to-seethis/dos-dan-donts- dalam-menggunakan-media-sosial
- Wikipedia. (2022). Media Sosial. https://id.wikipedia.org/wiki/Media_sosial

6. LAMPIRAN

Surat Kesediaan Kerjasama Mitra

Surat Pernyataan Kesediaan Bekeriasama

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama . Dra. LIBIAH MUFIDAH M.Pd.

Jabatan : Kepala Sekolah

Lembaga : SMP Negeri 19 Surabaya

Alamat : Jl. Arief Rahman Hakim No.103-B, Klampis Ngasem, Kec. Sukolilo,

Kota SBY, Jawa Timur 60117

Dengan ini menyatakan kesediaan untuk bekerjasama dengan Mahasiswa Kelompok 17 Program Studi Ilmu Komunikasi, FISIP, UPN "Veteran" Jawa Timur untuk Kegiatan "SOSIALISASI DAMPAK GAME ONLINE DAN MEDIA SOSIAL".

Nama Ketua : Dr. Zainal Abidin Achmad, M.Si., M.Ed.

Asal Lembaga : UPN "Veteran" Jawa Timur

Alamat : Jl. Raya Rungkut Madya Gunung Anyar, Surabaya

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surabaya, 18 Maret 2022

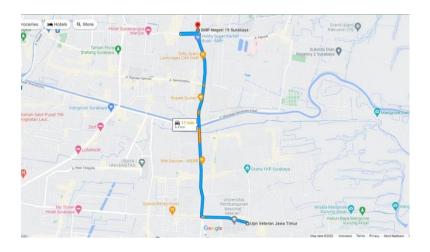
Kepala Sekolah,

Kepala Sekolah,

NEGRAMAN MUSIDAH, M.Pd.

19630912 198803 2 010

Lampiran 2: Peta Jarak Lokasi dari kampus UPN Veteran Jawa Timur (google maps).



Lampiran 3: Dokumentasi kegiatan



Gambar 1: Penyampaian Materi Oleh Dr. Zainal Abidin Achmad



Gambar 2: Ice Breaking oleh Mahasiswa pendamping



Gambar 3: Permainan melibatkan peserta



Gambar 4: Hukuman tidak berhasil menjawab quiz



Gambar 5: Pemberian Hadiah



Gambar 6: Diskusi dan Tanya Jawab

Lampiran 4: Tampilan beberapa slide materi









CARA MENGATASI KECANDUAN GAME ONLINE DAN MEDIA SOSIAL

Sering berinteraksi dengan teman, keluarga dan orang lain di kehidupan nyata	Membuat daftar jadwal main dengan efektif dan konsisten	Menyibukkan diri dengan mencari bakat baru dan mengeksplorasinya untuk mencari kebiasaan dan gaya hidup sehat di kehidupan
Liburan bersama keluarga atau teman agar mendapat suasana yang baru dan	Sering bermain dengan teman atau keluarga di	nyata Memberikan self rewards terhadap diri sendiri
menghilangkan rasa bosan setelah aktivitas sekolah	luar ruangan ¯	Terridad diri selidiri