



Peningkatan Literasi Digital Remaja dalam Menyikapi Pengaruh Media Sosial terhadap Gaya Hidup di Era Digital

Matius Adwil Kaha¹, Sumiati Rewa Rara², Ndara Takka³, Sitti Aisah M.Ahmad⁴,
Noksia Bora⁵, Pelipus Maghu Ate⁶, Petrus Dima
Rato^{7*}, Siprianus Andreanto Horo⁸, Meldianus Bili⁹, Solviana Sogara¹⁰, Nelson Ngila
Wogar¹¹, Risda Ranbu Awa¹², Indriani Tamo Inya¹³, Roslia Ngongo¹⁴

¹⁻¹⁴Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Stella Maris Sumba, Indonesia

*Penulis korespondensi : rato.carlos123@gmail.com

Abstract. *The rapid development of information and communication technology has increased the use of social media among adolescents as a means of communication, obtaining information, entertainment, and self-expression. However, the use of social media without adequate digital literacy skills can lead to negative impacts, such as the spread of misinformation, consumerist behavior, social media addiction, and declining quality of social interactions. This community service activity aims to improve adolescents' digital literacy in responding to the influence of social media on their lifestyles in the digital era. The methods employed include socialization, educational sessions, interactive discussions, and mentoring focused on understanding digital literacy, evaluating information, and utilizing social media in a healthy and productive manner. The results indicate an improvement in participants' understanding of the importance of digital literacy, their ability to identify valid information, recognize the risks of misinformation, and adopt a more critical attitude toward social media content. Participants also demonstrated greater awareness of using social media positively for self-development, creativity, and enhancing useful life skills sustainably*

Keywords: *Adolescent Lifestyle; Community Service; Digital Era; Digital Literacy; Social Media.*

Abstrak. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah meningkatkan penggunaan media sosial di kalangan remaja sebagai sarana komunikasi, memperoleh informasi, hiburan, dan ekspresi diri. Namun, penggunaan media sosial tanpa didukung kemampuan literasi digital yang memadai dapat menimbulkan dampak negatif, seperti penyebaran hoaks, perilaku konsumtif, kecanduan media sosial, serta menurunnya kualitas interaksi sosial. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan literasi digital remaja dalam menyikapi pengaruh media sosial terhadap gaya hidup di era digital. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi, penyuluhan, diskusi interaktif, dan pendampingan mengenai pemahaman literasi digital, kemampuan menyaring informasi, serta pemanfaatan media sosial secara sehat dan produktif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya literasi digital, kemampuan mengenali informasi yang valid, memahami risiko penyebaran hoaks, serta bersikap lebih kritis terhadap konten media sosial. Peserta juga memiliki kesadaran yang lebih tinggi untuk memanfaatkan media sosial sebagai sarana pengembangan diri, membangun kreativitas, serta meningkatkan keterampilan yang bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari secara berkelanjutan

Kata Kunci: Era Digital; Gaya Hidup Remaja; Literasi Digital; Media Sosial; Pengabdian kepada Masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan remaja dan memengaruhi pola pikir, perilaku, serta gaya hidup di era digital. Remaja menggunakan media sosial sebagai sarana komunikasi, hiburan, dan mengikuti tren yang berkembang (Triandana, Dewi, & Furnamasari, 2021). Namun, penggunaan yang berlebihan dapat memicu gaya hidup konsumtif dan menurunkan kualitas interaksi sosial remaja (Sari & Prasetya, 2021). Oleh karena itu, literasi digital diperlukan agar remaja mampu menggunakan media sosial secara bijak dan bertanggung jawab (Juanita et al., 2023). Edukasi literasi digital juga penting untuk membentuk gaya hidup remaja yang positif dan produktif di era digital (Saputri et al., 2025). Media sosial

memengaruhi pola pikir, perilaku, dan gaya hidup remaja di era digital. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan gaya hidup konsumtif dan menurunkan kualitas interaksi sosial.

Oleh karena itu, literasi digital diperlukan agar remaja mampu menggunakan media sosial secara bijak dan bertanggung jawab (Triananda, Dewi, & Furnamasari, 2021). Peningkatan literasi digital diperlukan agar remaja mampu menggunakan media sosial secara bijak, kritis, dan bertanggung jawab. Literasi digital membantu remaja menyaring informasi, menghindari hoaks, serta membentuk perilaku positif dalam penggunaan teknologi di era digital (Juanita et al., 2023; Saputri et al., 2025). Edukasi penggunaan media sosial yang sehat dapat membantu remaja membangun gaya hidup positif dan produktif. Melalui edukasi digital, remaja dapat menggunakan media sosial secara bijak serta menghindari pengaruh negatif dari konten yang tidak bermanfaat (Sari & Prasetya, 2021; Saputri et al., 2025).

Melalui literasi digital yang baik, remaja dapat memanfaatkan media sosial sebagai sarana belajar, komunikasi, dan pengembangan diri secara positif. Dengan demikian, media sosial tidak hanya digunakan untuk hiburan, tetapi juga untuk meningkatkan pengetahuan dan kreativitas remaja di era digital.

Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak membahas dampak negatif media sosial terhadap remaja, seperti perubahan perilaku, gaya hidup konsumtif, dan menurunnya interaksi sosial. Namun, penelitian yang mengkaji upaya peningkatan literasi digital sebagai solusi preventif dalam menghadapi pengaruh media sosial masih relatif terbatas. Padahal, literasi digital memiliki peran penting dalam membantu remaja menggunakan media sosial secara bijak, kritis, dan bertanggung jawab di era digital.

Masih kurangnya kegiatan edukasi dan pendampingan literasi digital yang secara khusus membahas hubungan antara penggunaan media sosial dan perubahan gaya hidup remaja menjadi salah satu permasalahan di era digital. Sebagian besar program literasi digital masih berfokus pada penggunaan teknologi secara umum dan belum menekankan dampak media sosial terhadap pola pikir, perilaku, serta gaya hidup remaja. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih terarah agar remaja mampu memahami dan menyikapi pengaruh media sosial secara bijak dan positif.

Penelitian terdahulu lebih banyak membahas aspek penggunaan teknologi dan intensitas penggunaan media sosial di kalangan remaja. Namun, kajian mengenai peran literasi digital dalam membentuk pola pikir, perilaku, dan gaya hidup positif remaja masih relatif terbatas. Padahal, literasi digital tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menggunakan

teknologi, tetapi juga kemampuan berpikir kritis dan bijak dalam menyikapi informasi serta pengaruh media sosial di era digital.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan literasi digital remaja dalam menyikapi pengaruh media sosial terhadap gaya hidup di era digital, sehingga remaja mampu menggunakan media sosial secara bijak, kritis, dan bertanggung jawab serta membentuk gaya hidup yang positif dan produktif.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain explanatory research untuk menjelaskan hubungan antara literasi digital dan pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di era digital. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden yang telah ditentukan. Populasi penelitian adalah remaja yang aktif menggunakan media sosial, sedangkan sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu remaja berusia 15–22 tahun yang aktif menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner dengan skala Likert untuk mengukur tingkat literasi digital, penggunaan media sosial, dan pengaruhnya terhadap gaya hidup remaja. Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung penelitian. Prosedur penelitian dilakukan melalui tahap penyusunan instrumen, penyebaran kuesioner, pengumpulan data, dan pengolahan data. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial untuk mengetahui hubungan antara literasi digital dan pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi literasi digital memberikan dampak positif terhadap pemahaman remaja mengenai penggunaan media sosial. Melalui kegiatan ini, peserta Smak Susu Wendewa Mamboro memperoleh pengetahuan baru mengenai cara menggunakan media sosial secara lebih bijak dan bertanggung jawab.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Juanita et al. (2023) yang menyatakan bahwa literasi digital membantu remaja dalam memahami dan menyaring informasi yang diperoleh dari internet. Dengan kemampuan literasi digital yang baik, remaja dapat menghindari penyebaran informasi palsu serta lebih kritis dalam menerima berbagai informasi yang beredar di media sosial.

Selain itu, kegiatan ini juga menunjukkan bahwa media sosial tidak selalu memberikan dampak negatif. Apabila digunakan secara tepat, media sosial dapat menjadi sarana

pembelajaran, komunikasi, dan pengembangan diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Saputri et al. (2025) yang menjelaskan bahwa literasi digital berperan penting dalam membentuk karakter dan perilaku positif remaja di era digital.

Namun demikian, masih ditemukan beberapa peserta yang memiliki kebiasaan menggunakan media sosial dalam waktu yang cukup lama setiap harinya. Kondisi ini menunjukkan bahwa edukasi literasi digital perlu dilakukan secara berkelanjutan agar perubahan perilaku yang diharapkan dapat berlangsung dalam jangka panjang. Dukungan dari orang tua, sekolah, dan lingkungan sekitar juga diperlukan untuk menciptakan penggunaan media sosial yang lebih sehat dan produktif.

Media sosial memiliki pengaruh besar terhadap gaya hidup remaja, seperti munculnya perilaku konsumtif, keinginan mengikuti tren, dan kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain. Kondisi ini dapat memengaruhi pola pikir, kepercayaan diri, dan kebiasaan sehari-hari remaja. Peningkatan literasi digital membantu remaja memahami dan menyaring informasi yang diperoleh dari media sosial secara kritis dan bijak. Dengan literasi digital yang baik, remaja dapat memanfaatkan media sosial untuk hal-hal positif, seperti belajar, mengembangkan kreativitas, dan memperluas wawasan, tanpa mudah terpengaruh oleh gaya hidup yang kurang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan mereka.

4. HASIL KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan Di SMAK SUSU WENDEWA-MAMBORO dalam bentuk sosialisasi dan edukasi literasi digital kepada remaja. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai penggunaan media sosial yang bijak, kritis, dan bertanggung jawab. Materi yang diberikan meliputi pengenalan literasi digital, dampak positif dan negatif media sosial, cara menyaring informasi, serta strategi membangun gaya hidup yang sehat di era digital.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyampaian materi melalui presentasi, dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif dan tanya jawab. Peserta diberikan kesempatan untuk menceritakan pengalaman mereka dalam menggunakan media sosial serta berbagai tantangan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari, terlebih khusus dalam literasi bermedia sosial.

5. DOKUMENTASI SMAK SUSU WENDEWA-MAMBORO



Gambar 1. Foto Depan Sekolah SMAK SUSU WENDEWA-MAMBORO.



Gambar 2. Penjelasan materi. **Gambar 3.** Foto bersama siswa. & **Gambar 4.** Foto bersama guru SMAK SUSU WENDEWA-MAMBORO

Tabel 1. Descriptive statistics.

Variabel	N	Minimum	Maksimum
Penggunaan Media Sosial	40	1.00	5.00
Literasi Digital	30	1.00	5.00
Interaksi Siswa	50	1.00	5.00

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa peningkatan literasi digital memiliki peran penting dalam membantu remaja menyikapi pengaruh media sosial secara bijak, kritis, dan bertanggung jawab. Literasi digital membantu remaja memahami, menyaring, dan memanfaatkan informasi dari media sosial secara positif sehingga dapat membentuk gaya hidup yang lebih produktif dan seimbang di era digital. Dengan demikian, edukasi literasi

digital perlu terus ditingkatkan agar remaja mampu menggunakan media sosial sebagai sarana belajar, komunikasi, dan pengembangan diri secara positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Common Sense Media. (2022). *The Common Sense census: Media use by tweens and teens, 2021*. Common Sense Media.
- Gilster, P. (1997). *Digital literacy*. Wiley Computer Publishing.
- Hargittai, E. (2010). Digital Na(t)ives? Variation in internet skills and uses among members of the "Net Generation." *Sociological Inquiry*, 80(1), 92–113. <https://doi.org/10.1111/j.1475-682X.2009.00317.x>
- Jenkins, H., Purushotma, R., Weigel, M., Clinton, K., & Robison, A. J. (2009). *Confronting the challenges of participatory culture: Media education for the 21st century*. MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/8435.001.0001>
- Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, & Katadata Insight Center. (2022). *Status literasi digital Indonesia 2022*. Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, & Siberkreasi. (2021). *Status literasi digital Indonesia 2021*. Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia.
- Livingstone, S. (2014). Developing social media literacy: How children learn to interpret risky opportunities on social network sites. *Communications*, 39(3), 283–303. <https://doi.org/10.1515/commun-2014-0113>
- Pratiwi, N., & Pritanova, N. (2017). Pengaruh literasi digital terhadap psikologis anak dan remaja. *Semantik*, 6(1), 11–24. <https://doi.org/10.22460/semantik.v6i1.p11-24>
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Selwyn, N. (2016). *Education and technology: Key issues and debates*. Bloomsbury Academic. <https://doi.org/10.5040/9781474235952>
- UNESCO. (2018). *A global framework of reference on digital literacy skills for Indicator 4.4.2*. UNESCO.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent health*. World Health Organization.
- Yuniarto, B. (2019). *Media sosial dan gaya hidup masyarakat digital*. Deepublish.
- Zebua, J., & Harefa, D. (2022). Pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di era digital. *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Indonesia*, 2(4), 145–154. <https://doi.org/10.23960/symbol.v11i2.894>